



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
社區服務諮詢委員會
Conselho Consultivo de Serviços Comunitários

Promover a saúde mental da população e urgência em iniciar programas de apoio a trabalhadores da linha de frente

Si Nei Na

3/3/2020

Com a epidemia de COVID-19 a desenrolar-se, os trabalhadores da linha de frente trabalham dia e noite para combater a epidemia e proteger a vida e a saúde da população de Macau, num esforço que é digno de reconhecimento. Mas em tempos de desastres naturais e incidentes de saúde pública, não podem ser ignorados os seus impactos psicológicos sobre a população. Os problemas sociais provocaram uma procura crescente pela população por serviços de saúde mental, e portanto, instamos as autoridades a intensificar o desenvolvimento de estruturas de saúde mental.

Aqui estão algumas sugestões:

1. Actualmente, a página electrónica especial contra epidemias do Centro de Coordenação de Contingência do Novo Tipo de Coronavírus possui dois links: "Apoio ao Combate à Epidemia" e "Apoio Psicológico", oferecendo ao público várias linhas telefónicas directas de aconselhamento psicológico. Sugiro a adição *online* de um teste de avaliação mental e um teste de stress simples, além da popularização das respectivas informações, para ajudar a população a compreender melhor os seus níveis de stress;
2. Desenvolver o sistema de prevenção primária e melhorar os serviços de apoio psicológico direccionados, providenciando intervenção psicológica e medidas de apoio adequadas para reduzir a pressão sobre o seu funcionamento e melhorar a imunidade mental e física;
3. Fortalecer a equipa médica e a formação dos trabalhadores da linha de frente a fim de melhorar os seus conhecimentos sobre saúde mental e usar a tecnologia para intensificar e desenvolver vários serviços de saúde mental para aumentar a sua capacidade de “ajudar as pessoas a ajudarem-se a si próprias”;
4. Investigar a viabilidade da criação de um "Programa de Promoção da Saúde Mental para Todos" para permitir que o público, as organizações e o governo



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
社區服務諮詢委員會
Conselho Consultivo de Serviços Comunitários

criem um modelo triangular sólido para prestação de auto-ajuda, assistência mútua e assistência governamental. A ideia é reforçar consideravelmente a imunidade emocional da população para ela estar bem preparada para enfrentar no futuro problemas sociais mais complexos e mudanças no clima social.