



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

Dar prioridade à prevenção, à intervenção precoce e à prevenção do suicídio

Choi Tong

01/03/2023

O Governo da RAEM adoptou um mecanismo de interligação próxima entre os serviços públicos e as instituições de serviço comunitário de “prevenção a quatro níveis associada aos antidepressivos tetracíclicos”, para criar um mecanismo de coordenação a fim de promover e prestar serviços de saúde mental aos indivíduos que deles necessitem. Graças a acções colaborativas entre as várias partes ao longo dos anos, o mecanismo de interligação e a formação de profissionais de saúde na área da psiquiatria têm alcançado resultados notáveis.

Os impactos da epidemia nos últimos anos provocaram em muitos residentes um aumento do stress psicológico e do sofrimento emocional, além de terem aumentado os casos de suicídio, com uma tendência crescente de os suicidas serem cada vez mais jovens, o que tem suscitado a atenção do público. As causas do suicídio são complexas e diversas, podendo envolver problemas mentais, factores psicológicos, relações interpessoais/familiares e factores socioeconómicos. Contudo, os actos suicidas podem ser evitados através da identificação precoce das pessoas com pensamentos suicidas e uma intervenção correcta e atempada.

Sugestões de acções de prevenção do suicídio, a serem realizadas a três níveis: individual/família, escola e sociedade:

1. A nível individual/familiar: fortalecer a comunicação entre os membros da família para melhorar a relação entre pais e filhos. Os pais devem orientar os seus filhos para melhor entenderem as causas e efeitos do stress e formas de o aliviar, auxiliando os filhos a desenvolver a capacidade de resolução de problemas e o pensamento positivo para os ajudar a reforçar a sua resistência a situações de stress.



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

2. A nível escolar: estabelecer políticas de saúde mental, realizar diversas actividades preventivas e de aconselhamento, orientar os alunos sobre formas de expressar adequadamente as suas emoções e de aliviar o stress, ajudando-os a cultivar atitudes positivas e uma visão optimista, além de fortalecer a sua resiliência psicológica. Ao mesmo tempo, prestar um atendimento mais adequado aos alunos e aprimorar os procedimentos de notificação a fim de possibilitar uma identificação, comunicação e intervenção precoces.

3. A nível social: Ao envolver-se de forma proactiva na prevenção do suicídio, o Governo e as organizações de serviços sociais devem melhorar os seus conhecimentos sobre a prevenção e o tratamento do suicídio, recorrendo a dados científicos para otimizar os vários serviços, fornecendo assistência adequada e criando redes de prevenção do suicídio. Além disso, devem-se realizar palestras temáticas sobre a visão positiva da vida, para manter as pessoas motivadas e optimistas e favorecer o seu bem-estar físico e mental em tempo útil, e ajudar os residentes a desenvolver atitudes correctas perante a vida.