



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

Criação e aperfeiçoamento dos mecanismos de prevenção do suicídio

U Chi Lek

3/5/2022

Os últimos tempos têm sido marcados pelo registo de vários casos suspeitos ou de tentativas de suicídio. De acordo com os dados, no ano passado, Macau registou um total de 60 casos de suicídio, entre os quais 22 ocorreram no último trimestre. Em 2022, só no período entre Janeiro e Abril, foram registados 33 casos de suicídio. Com base nesses números, é evidente a crescente tendência ou tentativa de suicídio na região, pelo que esta se trata de uma situação que merece toda a atenção e preocupação da sociedade, por forma a encontrar soluções que reduzam e evitem que as emoções negativas afectem mais pessoas e que assegurem a preservação da vida.

Proponho que as partes envolvidas foquem o investimento dos seus recursos na prevenção do suicídio e no desenvolvimento dos respectivos estudos. O Governo deve reforçar o seu apoio psicológico em benefício da população, aperfeiçoar o mecanismo cooperativo de “prevenção conjunta de quatro níveis, interligados estritamente aos tetracíclicos” e potenciar a eficácia do mecanismo na identificação de potenciais casos em comunidades. Além disso, o Governo deve ainda assumir o papel coordenador no estabelecimento de um centro de investigação especializada, para ajudar no estudo de casos de suicídio e na elaboração de políticas relacionadas. Outras acções importantes que podem ser desenvolvidas são a organização de diferentes palestras e seminários no âmbito de saúde psicológica, a optimização do plano curricular da educação para a vida e o reforço das companhias de divulgação e promoção nos diferentes meios de comunicação social, sobretudo nos meios digitais, a fim de impedir o “Efeito de Manada”. Em termos de apoios, o Governo também deve aumentar a regularidade com que organiza as grandes feiras de emprego, para que a sociedade possa beneficiar de mais ajudas nesse sentido.

Já a própria população tem de procurar reforçar a sua confiança e resiliência. Mesmo perante a permanência prolongada a que as medidas de prevenção pandémica têm obrigado, a população deve continuar a adoptar um estilo de vida saudável. Nesse aspecto, uma maior iniciativa na manifestação de solidariedade e prestação de apoio deve ser tomada para a população sénior e idosa que vive sozinha. Além disso, é essencial que cada um se mantenha devidamente



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

informado sobre a actualidade da situação pandémica através de fontes fidedignas e prestar mais atenção às notícias e reportagens positivas. Por fim, convém estabelecer uma mentalidade optimista, tentar reciclar os métodos utilizados no passado para enfrentar adversidades, praticar mais actividades desportivas e conversar mais com amigos e familiares, com vista a aliviar o stresse e lidar com as perturbações emocionais que possam surgir no período de combate à pandemia, através de desabafos e exercício físico.