

Comunicado dos Serviços de Saúde, datado de 11 de Março de 2025.

Serviços de Saúde realizam *workshop* de planeamento de actividades de educação para a saúde
Espera-se melhorar a capacidade de planeamento das instituições de apoio social para ensinar sobre a prevenção de lesões

A fim de concretizar os objectivos das diversas políticas do "Plano de Acção para Macau Saudável", efectuar a descentralização de recursos e elevar a capacidade de planeamento das instituições de serviços sociais para ensinar sobre a prevenção de lesões, de forma a generalizar os conhecimentos sobre a prevenção de lesões junto da comunidade, os Serviços de Saúde realizam, no primeiro semestre do corrente ano, uma série de actividades "Prevenir lesões começa por mim", entre as quais, o *workshop* de actividades de educação para a saúde, com vista a aumentar a consciência dos trabalhadores das instituições de serviços sociais sobre a segurança e a capacidade de planeamento de actividades de educação para a prevenção de lesões. As três sessões de *workshop* de planeamento de actividades de educação para a saúde, realizadas recentemente, terminaram com sucesso. No total, foram formados mais de 100 trabalhadores provenientes de 49 unidades de serviços sociais, incluindo lares, centros comunitários, creches, centros de reabilitação e instituições educativas.

O *workshop* teve como tema principal a prevenção de acidentes domésticos, através da discussão em grupo e da análise de casos, entre outras formas interactivas, tendo sido abordados vários temas, por exemplo, a situação actual dos acidentes domésticos ocorridos em Macau nos últimos anos, a avaliação de riscos e métodos de tratamento dos incidentes domésticos mais comuns, as estratégias de prevenção dos acidentes domésticos, o resumo dos programas de actividades de educação preventiva e os pontos-chave de planeamento de actividades, entre outros. O objectivo é aumentar a consciência dos trabalhadores das instituições de serviços sociais sobre a segurança e a capacidade de planeamento de actividades de educação para a prevenção de lesões, esperando-se que estes se tornem promotores da educação para a saúde na comunidade. Os participantes consideraram, em geral, que o conteúdo do *workshop* era muito prático e útil para o trabalho diário, esperando poder continuar a participar em actividades semelhantes, a fim de melhorar ainda mais as suas capacidades profissionais e o seu nível de conhecimentos, contribuindo ainda mais para a educação para a saúde nos

bairros comunitários de Macau.

De acordo com o sistema de monitorização de lesões em Macau, nos últimos anos, a maior taxa de ocorrência de lesões tem sido nas fracções habitacionais, tendo sido registados, anualmente, cerca de 4.000 casos de lesões no domicílio, na sua maioria bebés e idosos, principalmente por causa de queda, ferimento por objectos, corte, etc. Os Serviços de Saúde salientam que as medidas de prevenção de lesões são uma linha de defesa importante para garantir a saúde e a segurança da vida. Para prevenir a ocorrência de acidentes domésticos, os Serviços de Saúde recomendam a adopção das seguintes medidas de prevenção:

1. Equipamentos eléctricos: Utilizar aparelhos eléctricos e fogões qualificados, instalar e verificar regularmente a sua manutenção, e evitar a sobrecarga eléctrica;
2. Colocação de artigos: Colocar tapetes antiderrapantes nas cozinhas e noutros locais escorregadios, instalar corrimãos nas escadas e assegurar uma iluminação suficiente; armazenar adequadamente os artigos tóxicos e os objectos cortantes, como medicamentos e produtos de limpeza, para evitar que sejam tocados acidentalmente por crianças e pessoas com deficiências cognitivas; proceder à inspecção periódica das instalações em casa, no sentido de eliminar atempadamente os riscos de segurança; ;
3. Quanto aos hábitos de vida: O pavimento do domicílio deve ser mantido seco e os corredores com acesso livre; ao cozinhar, não saia da área da cozinha e feche atempadamente as válvulas após o uso do gás; ao utilizar água quente, evite acidentes, tais como temperatura muito alta e queimaduras;
4. Outras medidas de segurança: adquirir conhecimentos sobre primeiros socorros em caso de acidente doméstico, dominar técnicas básicas de primeiros socorros e tomar a iniciativa de proteger a saúde e a vida da sua família. Em caso de emergência, ligue imediatamente para a linha de emergência 999/110/112.

Para mais informações sobre uma série de actividades e a prevenção de lesões, pode consultar a página temática "Informações sobre o registo e a prevenção de lesões" dos Serviços de Saúde: <https://www.ssm.gov.mo/apps1/InjureRegPrevent/ch.aspx#clg32363-vlg32369>.

Foto: Realização de *workshop* de planeamento de actividades de educação para a saúde "Prevenir lesões, começar por mim"





