澳門平台
PLATAFORMA

當前貨幣
中國網購占了全球網絡交易額的一半，電子錢包亦越來越受到認同。

MOEDA CORRENTE
O comércio online chinês já representa metade das vendas globais na Internet, e as carteiras digitais impõem-se cada vez mais. **14-15**

PUB 簡訊

免費訂閱電子版
Subscreva grátis EPAPER

捍衛工人權益
OS NOVOS OPERÁRIOS

隨著議會老將關翠杏退下火線，李靜儀與梁孫旭帶領同心協進會參與直選。
Ella Lei e Leong Sun Iok lideram a lista ao sufrágio direto da ala laboral com a saída da dirigente histórica Kwan Tsui Hang. | 4-6

「精神健康應優先」
"Saúde mental deve ser uma prioridade"

澳門的抑鬱症流行性是區內最高，接近8%的人口得病。專家賀佰恩（Brian Hall）倡重視基礎護理。
Macau tem a maior prevalência de depressão da região, com até 8 por cento da população a sofrer da doença. O especialista Brian Hall defende maior atenção nos cuidados primários.
社會 SOCIEDADE 10-11

無法限制租金管制
O teto a descoberto

在最近的法律審查中，租金調整體系仍然滯後。
O controlo sistemático das atualizações nos preços do arrendamento fica para trás na última revisão legal.
政治 POLÍTICA 8-9

快速增長
Melhoria emergente

國際貨幣基金組織上調中國經濟增長預期，又提醒注意今後的資金緊張風險。
A economia da China é revista em alta pelo FMI, com alertas para riscos de futuras tensões financeiras.
經濟 ECONOMIA 16-17

齊運動 健體魄
Pratica Desporto, Reforça a Tua Saúde!
Let's Exercise for Our Health !
www.sport.gov.mo
☎ 2823 6363
體育局 DESPORTO Instituto do Desporto
PUB 簡訊

28.7.2017 N161 MOP12 | WWW.PLATAFORMAMACAU.COM 社長：古步毅 DIRETOR: PAULO REGO | 中葡文週報 SEMANÁRIO LUSO-CHINÊS | 逢周五出版 À SEXTA-FEIRA

社會 SOCIEDADE

澳門抑鬱症流行性在區內最高
Macau com maior prevalência de depressão na região

盧西亞娜·雷濤 LUCIANA LEITÃO

A POPULAÇÃO CHINESA DO TERRITÓRIO SOFRE MAIS DE DEPRESSÃO DO QUE A DE HONG KONG E A DA CHINA CONTINENTAL, CONCLUI ESTUDO DA UNIVERSIDADE DE MACAU.

澳門大學研究顯示，本澳飽受抑鬱症的人口高於香港、大陸。

題為《The epidemiology of current depression in Macau, China: Towards a plan for mental health action》的澳門大學研究得出主要結論指，據估計，約2.3萬至3.6萬的本澳人口有抑鬱症，比香港、大陸更為要多。該研究由澳門大學心理學系研究員賀佰恩（Brian Hall）為首的團隊進行，並於6月29日發布至Research Gate平台。

該研究在2015年1月展開，調查了1,068名18歲以上的受訪者。當中的重大發現，包括本澳的抑鬱症流行性上升（8%），女性發病率（9.3%）微微高於男性（8.8%），比較其他人口群體，年長女性尤其明顯（13.4%）。觀察年齡組顯示，男性中年人的流行性（10%）高於女性（7.35%）。

患抑鬱症的最高風險群體是：失業人士、分居或離婚人士、自我診斷為不健康的人士，還有那些生活質量不佳、在社群裡欠缺自信、正義感較低，或是難以融合社會的人。

賀佰恩認為，「澳門人的抑鬱症流行性比香港人、大陸人早前所完成的研究高」，他強調，「澳門應優先關注心理健康。」他又察覺到現有的抑鬱症案件數字與現存支援不匹配，現時在政府註冊的心理治療師有21名，只有「4名有博士學位」，當中「只有一人會粵語」。

時間表安插精神健康

這是首個旨在分析本澳抑鬱症流行性的研究，賀佰恩表示希望在時間表中引入精神健康。他稱：「我們正就精神健康的優先度和計劃展開有關討論。」續說：「流行性的浮現，使人意識到這個問題。抑鬱症是心理疾病中最常見。」

賀佰恩對本澳未有進行過這類研究不感到驚訝，一方面，心理健康是忌諱，在華人社會是不光彩的事，而另一方面，抑鬱症是不可見的病，從而使不少人理解不到性別研究的必要性。而且，由於只有「少數」心理治療師執業，心理健康貌似「不會是本澳優先事項」，特別是本澳有著「非常傳統的華人社會」這樣的一個標籤。以香港為例，香港非常重視這個問題。「在香港，有很多注意這個疾病的發展工作，亦研發對策讓人意識到這不僅僅是狀態不佳，讓這些人關注自身。」他強調，「抑鬱症與自殺如影隨形，我們亦知道澳門人正出現自殺的想法。」

未來的其他研究

在這個研究中，他們分析了一些點如性別、教育程度、收入以及職業。本澳的其他特別因素有待分析，如「不滿衛生部門和交通運輸部門」，或「博彩業的衝擊」。他解釋指，「由於空間問題——他們以電話進行調查，感覺到受訪者抗拒在電話分享，或者說不想在電話裡分享信息。」

因此，賀佰恩留待部分分析指標在以後的研究進行。他指：「我們想測量本澳人的抑鬱症及痛苦的程度，精神疾病有不同的理解方法，比如說他們或感覺到身體不是他們的。」其後，他又認為本澳的中性男性更具這個病徵，他希望以其他「有關博彩從業員心理健康」的研究補充這個研究。

此外，他又注意到「老年人抑鬱症的流行性」，他認為澳門人口的預期壽命是全球數一數二，有很多人對這個發現感到很不舒服。因此，應「發展直接介入長者的對策」。

而關於治療方面，現階段「仍未成熟」，他表示在本澳仍然難以評估。研究指出本澳兩間醫院「如發現嚴重精神疾病，提供留院治療，但沒有空間供外來患者使用」，出現了「治療和留醫是優先處理方法，卻不是預防性心理介入」。因此，賀佰恩強調，需要在醫院、兒童與青少年就讀的學校定下基礎護理服務，教導處理生活問題的方法，並為抑鬱症制定預防措施。

即使本澳已有明確對策，「訓練心理治療師或社工以發展這方面的專業技能」，賀佰恩提出多個可能發生的情況中，最終找出一個最具新意的，算是另一種精神健康的網上對策。他建議，「利用手機軟件或互聯網軟件、自我診斷說明程式，由一名心理治療師時刻監督。」

他稱：「目前為止，我們不能保證在澳門能否發揮作用，因西方背景下的發展方法或不是最合適的方法。」研究又引用2011年的統計結果，本澳粵語使用人數為379,932人。

賀佰恩建議「利用手機軟件或互聯網軟件、自我診斷說明程式，由一名心理治療師時刻監督」。

Brian Hall sugere "usar aplicações de telemóvel ou software da Internet, programas de autoajuda guiada, sempre sob a supervisão de um psicoterapeuta".

Estima-se que entre 23 mil e 36 mil habitantes chineses do território sofram de depressão, correspondendo a uma fatia maior de população do que na região vizinha e na China continental. São as principais conclusões de um estudo da Universidade de Macau intitulado "A epidemiologia da depressão atual em Macau, China: Na direção de um plano de ação para a saúde mental", publicado em 29 de junho na plataforma Research Gate, levado a cabo por uma equipa liderada pelo investigador do departamento de Psicologia, Brian Hall.

O estudo teve por base 1,068 inquéritos a indivíduos chineses com mais de 18 anos, realizados em janeiro de 2015. Entre as principais descobertas, contam-se a elevada prevalência de depressão no território (8 por cento), com uma ligeiramente maior incidência nas mulheres (9,3 por cento) do que nos homens (8,8 por cento), sendo particularmente visível nas mulheres mais velhas (13,4 por cento), em comparação com outros segmentos demográficos. Olhando para os escalões etários, conclui-se ainda que na meia-idade a prevalência é maior nos homens (10 por cento) do que nas mulheres (7,35 por cento).

Os grupos em maior risco de desenvolver uma depressão são: desempregados, separados ou divorciados, indivíduos que se autodiagnosticaram como tendo uma

現時在政府註冊的心理治療師有21名，只有「4名有博士學位」，當中「只有一人會粵語」。

Percebe-se que "há um desencontro entre os números de depressão encontrados e o apoio que existe", por haver apenas "21 psicoterapeutas registados no Governo", "quatro dos quais com doutoramento" e "um a falar cantonês".

saúde pobre, além daqueles que têm pior qualidade de vida, menor confiança na comunidade, menor percepção de justiça ou menor integração social.

Brian Hall considera que a alta prevalência de depressão entre os chineses de Macau, "maior do que a apontada em estudos anteriores, em Hong Kong e na China continental", revela que o cuidado com a "saúde mental deve ser uma prioridade" no território. E percebe-se que "há um desencontro entre os números de casos de depressão encontrados e o apoio que existe", por haver "21 psicoterapeutas registados no Governo", e apenas "quatro com doutoramento" e "um a falar cantonês".

Saúde mental na agenda

Tratando-se este do primeiro estudo que procura analisar a prevalência da depressão no território, Brian Hall afirma que quis trazer a saúde mental para a agenda. "Estamos a começar uma discussão sobre prioridades e planeamento para a saúde [mental]", diz, acrescentando: "A prevalência surge para perceber quão relevante é este assunto. A depressão é a mais comum das doenças mentais."

O investigador não fica surpreendido por nunca ter sido feito este tipo de estudo em Macau, já que, por um lado, "a saúde mental é um tabu que tem associado um grande estigma no contexto chinês", e por outro "a depressão é uma doença invisível", que leva a que muitas pessoas desconheçam a necessidade de um estudo do género. Depois, dados os "poucos psicoterapeutas" em atividade, a saúde mental aparenta "não ser uma prioridade" num território sobretudo marcado por "uma sociedade chinesa muito tradicional".

No território vizinho, por exemplo, presta-se mais atenção a este problema. "Em Hong Kong, há muito trabalho a ser desenvolvido para alertar para a existência desta doença e desenvolver estratégias para perceber que é algo mais do que apenas uma má disposição, e ligar estas pessoas aos cuidados respetivos", diz. "A depressão e o suicídio andam juntos — e sabemos que as pessoas em Macau estão a ter pensamentos suicidas", destaca.

Outros estudos no futuro

Neste estudo, analisaram-se pontos como o género, o nível de educação, os rendimentos e a ocupação profissional. Outros fatores associados às especificidades do território ficaram por analisar, como a "insatisfação com diferentes serviços como a saúde e os transportes" ou o impacto da indústria do jogo. "Foi por uma questão de espaço — fizemos inquéritos por telefone e mesmo assim sentimos que resistiam a participar ou que não queriam partilhar informação por telefone", explica.

Assim, Brian Hall deixou alguns indicadores de análise para estudos posteriores. "Queremos medir os sinais locais de depressão e angústia —, as diferentes maneiras de entendimento da doença mental, por exemplo, se sentem que são fantasmas dentro de um corpo", refere. Depois, considerando que os homens de meia-idade são os mais atingidos por esta patologia em Macau, o investigador quer complementar este estudo com outro "sobre a saúde mental de pessoas que trabalham na indústria do jogo".

Além disso, tendo-se notado "uma prevalência de depressão nos idosos" e, considerando que Macau tem a esperança média de vida maior do mundo, "há muitos que se sentem desconfortáveis" com esta descoberta. Cabe, por isso, "desenvolver estratégias de intervenção direcionadas aos idosos".

Já no que toca ao tratamento, nesta fase "prematura" o investigador afirma que é ainda difícil avaliar o território. O estudo indica que há dois hospitais no território que "providenciam internamento hospitalar em caso de doença mental profunda, mas não há espaços para utentes externos", sugerindo que "a medicação e o internamento são os métodos de tratamento prioritários, ao invés de intervenções psicossociais e preventivas".

Assim, realça Brian Hall, "é preciso localizar os serviços nos cuidados primários, nos hospitais, nas escolas quando se trabalha com crianças e adolescentes, na forma como se ensina a lidar com os problemas da vida, e que acabam por ser medidas preventivas para a depressão", declara. Há ainda que apurar se a estratégia certa para Macau é "treinar psicoterapeutas ou treinar assistentes sociais para desenvolverem competências específicas nesse campo". Entre as várias hipóteses avançadas por Brian Hall, este acaba por destacar uma mais inovadora, e que passa por uma estratégia alternativa de saúde mental online. "Usar aplicações de telemóvel ou software da Internet, programas de autoajuda guiada, sempre sob a supervisão de um psicoterapeuta", sugere.

"Neste momento, em Macau não estamos seguros do que pode ou não funcionar, já que os métodos desenvolvidos no contexto ocidental podem não ser os mais apropriados", diz.

O estudo tomou por referência os resultados dos Censos 2011 e que davam conta da existência de 379.932 falantes de cantonês no território.