



澳門特別行政區立法會
Região Administrativa Especial de Macau
Assembleia Legislativa

(TRADUÇÃO)

INTERPELAÇÃO ESCRITA

Saúde dos jovens na era da Internet

Recentemente, o Governo divulgou o “Plano de Acção para Macau Saudável”, no qual se aponta a falta de tempo, por parte dos residentes, para um estilo de vida saudável, e os resultados do “Inquérito sobre o Comportamento da Saúde dos Alunos do Ensino Secundário no Ano Lectivo de 2022-2023” demonstram que a maior parte do tempo livre dos alunos é dedicado a actividades que não implicam “movimento” por exemplo actividade na internet através do telemóvel e computador, e 90 por cento dos jovens não conseguem atingir o padrão médio de exercício físico diário. Mais a mais, depois das aulas, mais de 70% dos alunos dedicam muito tempo aos ecrãs electrónicos para entretenimento [1]”. Com a generalização do uso da *internet*, a popularização dos produtos tecnológicos 3C e a evolução do desenvolvimento tecnológico, tais como a inteligência artificial e os “mega dados”, num só telemóvel é possível satisfazer várias necessidades, por exemplo, de entretenimento, de aprendizagem, de fazer amizades, de acesso à informação, etc. Se os jovens não se controlarem, podem passar os dias “ancorados” ao telemóvel e ao computador, ficando excessivamente “mergulhados” no pequeno ecrã, e o uso por longos períodos de tempo do ecrã pode provocar miopia, conjuntivite, entre outros sintomas, e mais, a forma como as pessoas sentam podem provocar corcunda, curvatura lateral da coluna vertebral, degeneração muscular, obesidade, entre outros problemas, que constituem riscos para a saúde dos jovens.



澳門特別行政區立法會
Região Administrativa Especial de Macau
Assembleia Legislativa

(TRADUÇÃO)

Segundo o “Relatório da Avaliação da Condição Física da População da Região Administrativa Especial de Macau 2020” [2], os estudantes do ensino primário, secundário e universitário que praticam regularmente o exercício físico não ultrapassam os 40%, e durante os dias de descanso 40% dos alunos do ensino primário, quer do sexo masculino quer do sexo feminino, utilizam equipamentos electrónicos durante duas ou mais horas por dia. No caso dos alunos do ensino secundário, a percentagem dos que utilizam produtos electrónicos durante duas horas ou mais aumentou para 80%, e mais de 60% entre os alunos do ensino secundário. De facto, o Governo da RAEM tem envidado esforços na melhoria da saúde dos residentes, através do sistema de saúde pública, dos cuidados de saúde e da criação de *hardware* e *software* desportivos, tendo obtido muitos sucessos. Mais a mais, foi publicado o “Plano de Acção para Macau Saudável” para definir o rumo do desenvolvimento, a longo prazo, deste assunto. No entanto, hoje em dia, na era da *internet*, as pessoas não conseguem prescindir dos produtos 3C, por isso, os problemas de saúde dos jovens agudizam-se, assim sendo, interpelo o Governo sobre o seguinte:

1. As actividades ao ar livre contribuem para o melhoramento da capacidade visual e da saúde física das pessoas, assim sendo, de que medidas dispõe o Governo para fazer face aos problemas de saúde causados pelo excesso de uso de *internet* que não implicam movimento físico? O Governo vai reforçar os respectivos trabalhos, por exemplo, promover mais actividades desportivas ao ar livre adaptadas aos jovens, para pais e filhos aproveitarem esses eventos desportivos, etc., com vista a criar um ambiente de desporto para todos e a atrair os jovens a participarem em actividades desportivas nos dias de descanso, reduzindo o entretenimento que



澳門特別行政區立法會
Região Administrativa Especial de Macau
Assembleia Legislativa

(TRADUÇÃO)

compromete a falta de movimento do corpo e contribuindo para a construção de uma cidade desportiva?

2. Actualmente, são muitos os alunos que utilizam os equipamentos electrónicos durante longos períodos de tempo, o que resulta em problemas de saúde, como a miopia, a curvatura lateral da coluna vertebral, a degradação muscular, etc., assim sendo, como é que o Governo vai aperfeiçoar o mecanismo de avaliação da condição física dos jovens e reforçar os respectivos exames para descobrir, o mais cedo possível, os comportamentos desviantes? Como é que vai reforçar a cooperação com as escolas, no sentido de incentivar os alunos a terem bons hábitos de vida, incluindo o planeamento de actividades, a organização de descanso, a prática de exercício físico nos tempos livres, postura, etc., a fim de reforçar a consciência dos jovens para a saúde?

3. Assim sendo, como é que o Governo vai reforçar as acções de divulgação e sensibilização, no sentido de reforçar a consciência da população sobre o desporto, especialmente no âmbito da educação familiar, disponibilizando orientações aos encarregados de educação sobre a utilização racional dos produtos 3C, para que as crianças aprendam a controlar-se a si próprias, a utilizar adequadamente os produtos 3C durante um determinado período de tempo, a organizar adequadamente o seu tempo livre e a criar um estilo de vida saudável?



澳門特別行政區立法會
Região Administrativa Especial de Macau
Assembleia Legislativa

(TRADUÇÃO)

25 de Julho de 2024

**O Deputado à Assembleia Legislativa da RAEM,
Ngan Iek Hang**

[1] Referência:

https://www.cyberctm.com/zh_TW/news/detail/3128374#google_vignette

[2] Referência:

https://www.sport.gov.mo/uploads/wizdownload/202306/2323_9jtep.pdf, “Utilização de produtos electrónicos pelos alunos do ensino primário e secundário”, páginas 85 e 86.