



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

(TRADUÇÃO)

## **INTERPELAÇÃO ESCRITA**

### **Prestar atenção à saúde psicológica dos idosos**

Com o agravamento do envelhecimento populacional de Macau, a saúde psicológica dos idosos torna-se cada vez mais evidente. Devido à idade, a condição física dos idosos é inevitavelmente afectada, e esta mudança fisiológica está muitas vezes interligada com os desafios psicológicos, especialmente com a chegada da aposentação, pois, os seus papéis sociais, hábitos de vida e relações sociais sofrem grandes alterações, o que pode provocar uma má adaptação emocional e até levar a problemas como ansiedade, depressão, solidão e insónia. Isto não só traz impacto negativo à vida quotidiana e ao bem-estar dos idosos, como até aumenta o risco de estes sofrerem de doenças mentais. Como é que se pode, através de uma combinação entre a cooperação intersectorial e as estratégias diversificadas, aliviar eficazmente os desafios que os idosos enfrentam a nível psicológico e promover ainda mais a sua saúde psicológica, sendo este um dos temas importantes para o melhoramento do bem-estar e da qualidade de vida dos idosos.

Assim sendo, interpelo sobre o seguinte:

1. O Governo deve estudar a adopção de métodos diversificados, por exemplo, terapia desportiva, monitorização inteligente, consultas à distância, inteligência artificial, tecnologia de megadados, etc., com vista a prestar apoio psicológico e carinho personalizado aos idosos. Vai fazê-lo?



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

(TRADUÇÃO)

2. A preparação e o planeamento com antecedência podem permitir aos idosos adaptarem-se melhor às mudanças trazidas pela aposentação e reduzir a possibilidade de sofrerem de problemas psicológicos. O Governo deve reforçar o apoio e os serviços de consultadoria aos pré-aposentados e incentivar as empresas, as instituições financeiras e de serviços sociais a disponibilizarem informações sobre o planeamento e os serviços de apoio para a aposentação, com vista a aumentar a consciência e a importância do planeamento da vida e da preparação da aposentação dos residentes. Vai fazer isto?

3. Face ao rápido desenvolvimento da tecnologia informática, o Governo dispõe de algum plano a longo prazo para disponibilizar aos idosos formação em técnicas digitais, para que se possam dedicar activamente à vida inteligente e ter mais meios para obter novas informações e apoio, no sentido de promover a ligação dos idosos com a sociedade e com o outro, eliminando as situações de isolamento e melhorando a saúde mental dos idosos. Vai fazer isso?

2 de Janeiro de 2026

**O Deputado à Assembleia Legislativa da RAEM,**

**Ho Ion Sang**