

IAOD do Deputado Ho Ion Sang em 21.07.2026

Reforçar o sistema de apoio aos cuidadores

Recentemente, um caso envolvendo uma tentativa de suicídio de uma pessoa idosa chamou a atenção social, destacando o pesado fardo físico e psicológico que os cuidadores suportam ao longo do tempo. Em Macau, onde o envelhecimento populacional se acelera rapidamente, os cuidadores familiares desempenham um papel relevante, mas frequentemente carecem de apoio suficiente. Nos últimos anos, o Governo tem respondido activamente às necessidades sociais: desde Janeiro de 2026, o montante do subsídio aos cuidadores foi aumentado para 2400 patacas por mês, alargando-se, ao mesmo tempo, o âmbito de benefício às pessoas com deficiência mental grave ou muito grave, elevando-se o limite de rendimento do agregado familiar e permitindo que os residentes de Macau que vivem em Hengqin se possam candidatar. Mais, o Governo tem o plano de acelerar a criação do centro de apoio aos cuidadores, que oferecerá formação em técnicas de cuidados, apoio emocional e serviços de acompanhamento de casos, bem como de criar equipas comunitárias dedicadas ao atendimento aos idosos que vivem sós, envidando esforços para que o mesmo entre em funcionamento ainda este ano. Mas, para verdadeiramente aliviar as dificuldades enfrentadas pelos cuidadores, há que aprofundar reformas em múltiplas frentes, incluindo o estudo das políticas, o apoio emocional, a intervenção precoce, os serviços de descanso, a formação em cuidados, os subsídios económicos e as redes comunitárias, construindo assim um sistema de apoio aos cuidadores mais abrangente e com visão prospectiva, permitindo que continuem a prestar cuidados de qualidade enquanto obtêm os serviços de descanso e o apoio necessários.

Assim, apresento as seguintes sugestões:

1. Com a iminente criação do centro de apoio aos cuidadores, o Governo deve aprofundar estudos especializados sobre estes, identificando com precisão as suas diversas necessidades na nova era, assegurando assim que todos os serviços evoluam com os tempos. Actualmente, muitos cuidadores têm de conciliar o trabalho com a vida familiar, enfrentando múltiplas pressões, como encargos económicos, conflitos de horário e trabalho emocional prolongado. Proponho a implementação de medidas amigas mais específicas, como a criação de uma licença remunerada para cuidadores a tempo inteiro, bem como a prestação de serviços de cuidados temporários em centros ou no domicílio aos domingos e feriados para cuidadores em efectividade. Estas medidas não apenas permitiriam que os cuidadores obtivessem descanso regular, tratassem de assuntos pessoais ou realizassem exames médicos, mas também aliviariam efectivamente o esgotamento profissional, em prol da qualidade dos cuidados.

2. Os cuidadores enfrentam sempre tarefas de elevada intensidade durante longos períodos, tornando-se particularmente vulneráveis à depressão, à ansiedade e ao esgotamento emocional. Actualmente, a identificação do stresse depende principalmente da procura activa de ajuda, o que pode facilmente levar à perda de oportunidades de intervenção precoce. Proponho a integração da avaliação rápida do stresse dos cuidadores nos procedimentos gerais dos Centros de Saúde, Centros Diurnos para Idosos e unidades de reabilitação, estabelecendo também um sistema de triagem por níveis, com o objectivo de

elaborar planos de apoio personalizados, incluindo aconselhamento emocional, encaminhamento para tratamento psicológico, grupos de apoio mútuo e serviços de intervenção em crise. Através de um rastreio activo e de uma intervenção atempada, será possível proteger efectivamente o bem-estar geral dos cuidadores e das suas famílias.

3. O Governo poderá estudar tomar como referência o *Support for Carers Project* de Hong Kong, colaborando com associações para, através da atribuição de subsídios a centros para idosos e unidades de reabilitação, formar pessoal de administração predial e de segurança da linha da frente, capacitando-os com competências para identificar idosos, pessoas com deficiência e cuidadores em situação de necessidade, e familiarizá-los com as informações sobre benefícios sociais disponíveis nas zonas envolvidas, transformando-os em “guardiões de cuidados comunitários”. Ao mesmo tempo, deverá ser criado um mecanismo rápido de encaminhamento, permitindo que o pessoal da linha da frente contacte atempadamente com os serviços ou unidades competentes, estendendo assim a rede de apoio até ao ponto da frente da comunidade, promovendo a detecção e intervenção precoces e melhorando eficazmente a eficácia preventiva.