



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

(TRADUÇÃO)

INTERPELAÇÃO ESCRITA

Saúde mental de docentes e discentes

Nos últimos anos, sob a influência de diversos factores sociais, os problemas de saúde física e mental dos estudantes tornaram-se cada vez mais proeminentes, especialmente no que diz respeito à saúde mental, sendo a promoção do seu bem-estar físico e mental uma tarefa premente. Segundo os resultados do “Inquérito sobre a Saúde Mental dos Estudantes do Ensino Secundário de Macau 2025”, recentemente divulgado pela Associação Geral de Estudantes Chong Wa de Macau em conjunto com o Observatório de Desenvolvimento Social da Universidade de São José, mais de 70 por cento dos estudantes sentem-se stressados devido aos estudos e a questões com eles relacionadas, mais de 40 por cento experienciam irritabilidade, ansiedade e depressão quando enfrentam stress, e alguns referem mesmo pensamentos de automutilação, sendo que apenas uma minoria procura activamente serviços de apoio emocional. Para além disso, o inquérito indica ainda que os estudantes inquiridos dormem, em média, apenas sete horas por noite, dos quais mais de 34 por cento dormem menos de seis horas, 28 por cento estão insatisfeitos ou muito insatisfeitos com a sua rotina de sono recente, e 24 por cento afirmam que os problemas de sono já interferem com a sua vida quotidiana. Isto demonstra que a saúde mental e as condições de sono dos estudantes do ensino secundário de Macau exigem atenção urgente e melhorias.



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

(TRADUÇÃO)

Por outro lado, de acordo com o relatório do Programa Internacional de Avaliação de Alunos (*PISA*) de 2015, os professores desempenham um papel importante na redução da ansiedade dos estudantes em relação aos testes. Se os professores puderem prestar apoio individual quando os estudantes enfrentam dificuldades, a sua ansiedade será aliviada de forma mais eficaz. No entanto, na realidade, em muitos casos, os próprios professores nem sempre conseguem resolvê-las com eficácia. Muitas vezes, os professores têm de suportar um grande volume de trabalho, e a sobrecarga de trabalho prolongada possa levar à acumulação de esgotamento profissional, dificultando-lhes, sob as restrições de falta de energia, a expansão dos seus horizontes profissionais e a exploração ou a participação em actividades benéficas para a sua saúde física e mental. Isto não só pode afectar o estado individual dos professores, como também prejudicar a sua capacidade de prestar apoio aos estudantes durante o processo educativo.

Pelo exposto, interpelo sobre o seguinte:

1. No novo ano lectivo, de que planos concretos dispõem as autoridades para reforçar a capacidade das escolas na identificação das necessidades de saúde mental de docentes e discentes, e compreender mais rapidamente os problemas psicológicos dos mesmos, implementando mecanismos de intervenção preliminar e de encaminhamento de crise? O Governo vai reforçar a cooperação intersectorial, integrando equipas multidisciplinares nas escolas, redes de apoio comunitário externas e recursos de serviços médicos, para criar um sistema de apoio à saúde mental complementar dentro e fora da escola, a fim de apoiar as escolas na prestação de serviços de



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

(TRADUÇÃO)

aconselhamento psicológico atempados e adequados a docentes e discentes com necessidades?

2. A privação de sono afecta directamente a função cognitiva e a estabilidade emocional dos estudantes, e a sua persistência prolongada debilita a sua capacidade de lidar com as pressões de estudo e da vida quotidiana, podendo mesmo causar impactos negativos mais profundos na sua saúde física e mental. Face aos problemas frequentes com o descanso dos estudantes, o Governo vai adoptar medidas diversificadas de melhoria, designadamente a realização de palestras e *workshops* sobre a saúde do sono, a concepção de jogos interactivos divertidos, a elaboração de guias informativos de fácil compreensão, a prestação de serviços de apoio profissional, entre outras, com o intuito de elevar o conhecimento dos estudantes, encarregados de educação e professores sobre a importância dos bons hábitos de sono e dos conhecimentos relacionados, e simultaneamente fornecer aos estudantes soluções profissionais e eficazes, auxiliando-os a melhorar a qualidade do sono e a equilibrar o estado emocional, com vista a apoiá-los a criar progressivamente um hábito de descanso regular e a alcançar um equilíbrio virtuoso entre a saúde física e mental e o desenvolvimento académico?
3. No que diz respeito à integração de conteúdos pedagógicos, as autoridades vão estudar a conjugação da educação para a saúde mental com a educação patriótica e a educação da excelente cultura tradicional chinesa, por exemplo, melhorar a qualidade psicológica dos estudantes através da divulgação do espírito da Guerra da Resistência e do espírito da Grande Marcha, realizar



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

(TRADUÇÃO)

discussões e palestras temáticas sobre as convicções ideais e o valor da vida, melhorar a qualidade e enriquecer o conteúdo dos recursos de educação cultural tradicional e de educação para a saúde mental, entre outros, integrando a orientação de valores em todo o processo de crescimento psicológico, de modo a permitir que a educação patriótica, a educação da cultura chinesa e a educação para a saúde mental formem um efeito sinérgico?

30 de Setembro de 2025

O Deputado à Assembleia Legislativa da RAEM,

Ho Ion Sang