



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
體育局
Instituto do Desporto

Tradução

Resposta à interpelação escrita apresentada pelo deputado à Assembleia Legislativa, Chan Hao Weng

Em cumprimento das instruções de Sua Excelência o Chefe do Executivo e após a consulta junto dos Serviços de Saúde, da Direcção dos Serviços de Educação e de Desenvolvimento da Juventude e do Instituto para os Assuntos Municipais, apresento a seguinte resposta à interpelação escrita do Sr. Deputado Chan Hao Weng de 28 de Julho de 2026, enviada a coberto do ofício n.º 1027/GSG/SAAL/2026 da Assembleia Legislativa, de 13 de Agosto de 2026 e recebida pelo Gabinete do Chefe do Executivo em 14 de Agosto de 2026:

O Governo da RAEM tem-se empenhado na articulação com o planeamento estratégico nacional sobre o exercício físico de toda a população, a partir de Janeiro de 2026, o Instituto Cultural, o Instituto do Desporto e os Serviços de Saúde lançaram conjuntamente uma “Estação de Saúde e Bem-Estar”, e em conjunto com várias associações, criaram locais de prestação de serviços nos bairros comunitários, prestando-se os serviços de *one-stop* de “nutrição cultural, desporto científico e informação para a saúde”, com vista a promover a saúde física e mental da população e a construir, em conjunto, uma “comunidade saudável”. Entre estes, o Instituto do Desporto organizou os “instrutores de exercício físico” para fornecer sugestões profissionais e personalizadas de exercícios aos residentes, promover os conceitos correctos de desporto, ajudar os residentes a dominar os métodos desportivos seguros e eficazes, e estabelecer gradualmente hábitos desportivos regulares. No futuro, o Instituto do Desporto planeia ainda organizar, a título



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
體育局
Instituto do Desporto

Tradução

experimental, alguns centros comunitários para que os instrutores de exercício físico proporcionem orientações científicas sobre o desporto, ajudando os residentes a conhecer e dominar os métodos desportivos que se adaptam às suas necessidades. Ao mesmo tempo, em colaboração com outros serviços públicos e associações cívicas, continuar-se-á a promover diversas actividades desportivas comunitárias, no sentido de criar um bom ambiente desportivo para todos.

Além disso, os Serviços de Saúde têm vindo a incentivar os residentes a adoptar hábitos regulares de exercício físico, através de iniciativas como a “Competição de estilo de vida saudável” e o “Desafio de emagrecimento para toda a cidade - A força da nutrição e do exercício físico”. Os residentes também podem utilizar a função de “Gestão do Peso”, na secção “A Minha Saúde” da “Conta Única de Macau”, para calcular as suas necessidades calóricas diárias, com base nos seus dados pessoais. Esta função permite consultar as calorias dos alimentos e o tempo de exercício correspondente, a fim de reforçar assim a sua capacidade de auto-gestão da saúde.

Para os residentes com necessidades médicas, foi criado o “*Workshop* sobre gestão de peso” nos centros de saúde. Neste *workshop*, as equipas médicas profissionais avaliam as causas da obesidade, analisam a gestão de doenças crónicas, concebem os planos de exercício físico adequados e elaboram as recomendações dietéticas personalizadas. Adicionalmente, os Serviços de Saúde estão a estudar o lançamento do programa “Prescrição de exercício físico”, que fornecerá aos residentes recomendações individualizadas de actividade física para



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
體育局
Instituto do Desporto

Tradução

satisfazer as necessidades de saúde e desportivas de diferentes grupos, com vista a concretizar assim o objectivo de “integração entre medicina e prevenção”, definido nas linhas de accões governativas.

Além disso, o Instituto do Desporto atribui grande importância à generalização e ao desenvolvimento do Desporto para Todos, concretizando com seriedade os objectivos dos trabalhos de “desenvolvimento do Desporto para Todos e o reforço da condição física da população”. O Instituto do Desporto irá continuar a promover as “Classes de recreação e manutenção do Desporto para Todos” e outras actividades do Desporto para Todos de diversos temas, bem como em colaboração com as associações cívicas, promovendo a extensão dos recursos desportivos públicos para a comunidade e disponibilizando uma oferta variada de actividades recreativas e desportivas, que vão ao encontro das necessidades de diferentes faixas etárias e grupos sociais. Para 2026, prevê-se a realização de mais de 100 actividades de Desporto para Todos, enriquecendo de forma contínua, as escolhas desportivas dos residentes e criando mais condições para a prática desportiva mais convenientes para os mesmos.

Ao mesmo tempo, o Instituto do Desporto, através do “Plano de Avaliação da Condição Física da População de Macau”, que se realiza de cinco em cinco anos, tem vindo a conhecer o estado e a evolução da condição física dos residentes de diferentes grupos etários, com vista a fornecer fundamentos científicos para a promoção da prática desportiva e o aperfeiçoamento dos respectivos serviços por toda a população. No futuro, serão utilizados de forma continua os resultados da



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
體育局
Instituto do Desporto

Tradução

avaliação da condição física, tendo em conta com as características da condição física e as necessidades desportivas dos diferentes grupos, com vista à implementação gradual da generalização do desporto para todos, reforçando a prevenção da saúde e a intervenção clínica, fortalecendo a saúde escolar e aperfeiçoando os serviços destinados aos idosos, bem como proporcionar apoio académico para melhorar a condição física através dos serviços interdepartamentais. No futuro, tendo em conta o desenvolvimento tecnológico e as necessidades de exercício físico dos residentes, será promovido o desenvolvimento da inteligência artificial para capacitar a população em geral para a prática desportiva, otimizando a avaliação da condição física e as orientações para a prática desportiva, no sentido de elevar, de forma contínua, o nível da condição física dos residentes e contribuir para a construção de uma “Macau feliz”.

A fim de satisfazer as necessidades prementes dos residentes em termos de instalações de lazer e espaços desportivos, tendo em conta a estrutura demográfica das diversas zonas e a área dos espaços de lazer, entre outros factores, e com base nos princípios de optimização e integração, com vista a enriquecer as instalações complementares para a prática desportiva da população de Macau. No ano passado, o IAM concluiu as obras de optimização da zona de lazer da Rua Central de T'oi Sán, tendo instalado um corredor de exploração elevado na zona recreativa infantil e melhorado as instalações da zona para a prática de exercícios físicos para adultos. Está a ser planeada a remodelação da zona de lazer da Rua da Missão de Fátima para a introdução de novos equipamentos de exercícios físicos interactivos. Por



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
體育局
Instituto do Desporto

Tradução

outro lado, encontra-se em construção a Zona 3 da Fase 2 do Corredor Verde da Margem Sul, que será um espaço de lazer costeiro integrado, com circuito exclusivo de bicicletas e sistema pedonal. Na zona está projectada uma praça polivalente, um parque infantil, um campo para bicicletas para pais e filhos e uma zona para instalações desportivas. O Campo de Aventuras Juvenis da Praia de Hac Sá será dividido em várias modalidades, nomeadamente, torre de aventura, parede de escalada, deslizamento em altura, rede aérea, carrinhos para crianças, parque de bicicletas de montanha, campo de skate, campo de wargame e aventuras aquáticas, com vista a criar um espaço diversificado para a formação física.

O Instituto do Desporto também planeou e construiu infraestruturas desportivas multifuncional, tendo em conta as características locais. O edifício para instalações desportivas no lote A9 da Zona A dos Novos Aterros, actualmente em construção, vai ser um centro desportivo multifuncional. Através da organização de diferentes modalidades desportivas, de modo a permitir aos residentes a prática de actividades desportivas diversificadas e o melhor aproveitamento dos limitados recursos de solos e de espaço.

Além disso, o Governo da RAEM libertou três terrenos provisórios destinados a instalações desportivas, onde serão instalados campos de futebol, trilhos de corrida, campos de badminton, campos de pickleball, campos de basquetebol e instalações desportivas ao ar livre, proporcionando assim mais espaços desportivos para a população de Macau.



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
體育局
Instituto do Desporto

Tradução

O Instituto do Desporto, através da cooperação com a sociedade, convidou escolas e associações para integrarem as suas instalações desportivas na “Rede das Instalações Desportivas Públicas”, disponibilizando-as aos residentes em tempo oportuno. Do mesmo modo, a Direcção dos Serviços de Educação e de Desenvolvimento da Juventude coordenou com as escolas que reúnem condições, incentivando-as a abrir os seus recintos desportivos ao público durante os períodos não lectivos. No futuro, o Instituto do Desporto irá continuar a explorar e convidar outras entidades que reúnam as condições para aderirem à “Rede das Instalações Desportivas Públicas”, aproveitando melhor os recursos desportivos existentes, de modo a proporcionar à população mais opções de instalações desportivas.

Macau, 27 de Agosto de 2026.

A Presidente Substituta,
Lei Si Leng