



## 慎防消費陷阱：以對象是長者的養生講座

### Cuidado com as armadilhas de consumo: Sessões informativas de cuidados de saúde destinadas aos idosos

現時市場上有些專門以長者為對象的講座，常以贈送保健食品或生活日用品等小禮物作招徠，講座上向長者大派試用產品，利用優惠及限時促銷等手法激起消費者的消費意慾，有些講座甚至冠以“專家學者”名銜，或以用家好評等方式來推銷保健品，利用長者憂慮健康的心理及對權威機構的信任引君入甕，長者們以健康行頭，特別願意花錢購買。

在這些講座上的“專家”宣稱保證產品療效，若無效即退款等承諾，誤導長者支付高額的消費，然而，這類店舖往往是以短期租約運作，經一段時間後有可能搬遷或結業，消費者事後要追討損失就比較困難。因此，本會提醒長者對這類養生講座要特別謹慎，如欲參加亦應先與家人商量，即使決定參加亦須緊記切勿衝動消費，同時本會提醒消費者消費後應保留收

Hoje em dia, podem-se encontrar algumas sessões informativas de cuidados de saúde exclusivamente direccionadas aos idosos, atraindo-os com lembranças como produtos de saúde ou de uso diário. Nas sessões distribuem amostras grátis aos idosos e tentam despertar neles a vontade de fazer consumo através de oferecer descontos e promoção por tempo limitado. Algumas sessões informativas ainda alegam que os produtos de saúde recebem reconhecimento de “peritos e académicos” ou comentários positivos de utentes, tirando proveito da preocupação dos idosos sobre a saúde e da confiança nas instituições autoritárias. Como os idosos colocam sempre a saúde na prioridade, eles pretendem investir mais dinheiro para comprar produtos de saúde.

Nessas sessões informativas, os “peritos” dão o compromisso de reembolso se o produto não surtir efeitos, na intenção de induzir os idosos a fazer consumo de valor elevado. No entanto, como este tipo de lojas funciona sob um contrato de arrendamento de curta duração, pode mudar de instalações ou encerrar após passado um período, o que poderá causar dificuldades em pedir indemnização no futuro em caso necessário. Assim sendo, o CC alerta aos idosos para ter cuidado particular com este tipo de sessões informativas, devendo ouvir previamente a família no caso de pretenderem assistir às mesmas

據等消費憑證，一旦發生消費爭議可向本會求助。

本會提醒長者們應保持適量運動及適當飲食，要知道保健養生產品不能替代醫生和藥物治療疾病，即使產品價格可以負擔，也應多了解產品的實際功效，同時可反問一下：對方是否有誇大的宣傳？有病真的不用治療？自己對產品有適切的需要？產品售價是否合理？相信經過一輪反問後，冷靜下來就會更清晰知道自己是是否有要買的必要性。

如果長者有任何身體不適，應向醫生或醫院諮詢意見，切忌藥石亂投，否則可能導致延誤病情。

本會呼籲年輕一代應多陪伴並了解長者的身心狀況，多關愛獨居或缺少社會資訊的長者，銀髮一族的健康與福祉需要家庭關愛與社會監督的雙重守護，才可以避免被不法分子有機可乘。 

e, quando assistirem, evitar fazer consumo impulsivo. Por outro lado, lembra-se que os consumidores devem guardar comprovativo de aquisição como recibo após o consumo, e podem pedir ajuda ao CC em caso de litígio.

O CC apela aos idosos para fazer exercícios de intensidade moderada e manter uma alimentação equilibrada, lembrando que os produtos de saúde não podem substituir médicos e medicamentos para o tratamento de doenças. Mesmo que o preço dos produtos não leva a uma carga financeira, devem informar-se melhor dos efeitos reais desses produtos, perguntando-se: Se a promoção é exagerada? Não é preciso ir ao médico quando está doente? Têm necessidades reais sobre os produtos? O preço é razoável? Crê-se que estas perguntas a si próprio podem ajudar a acalmar-se e verificar claramente se necessita realmente de comprar os mesmos.

Caso os idosos se sintam mal-dispostos, devem ir ao médico, não tomando medicamentos sem indicação médica, senão pode agravar a doença.

O CC apela às novas gerações para acompanhar mais e verificar o estado físico e mental dos idosos, prestando mais atenção aos que vivem sozinhos ou afastados das informações sociais. A protecção de saúde e bem-estar dos idosos exige a atenção da família e a fiscalização social, no intuito de não deixar oportunidades a qualquer delincente.

## 消費者委員會2025年4月份個案分類

Tipo de atendimento recebido pelo Conselho de Consumidores em Abril de 2025

**Nº** 接獲個案總數  
Total de atendimentos **737宗**

**!** 投訴  
Queixas **514宗**

**?** 諮詢  
Informações **223宗**

### 首5項被投訴的項目 (由多至少排列) Os cinco temas mais reclamados (por ordem decrescente)

類別	Categoria	數量 Quantidade	百分比 Porcentagem
娛樂事業	Entretenimentos	169	32.9%
旅遊業	Sector de turismo	47	9.1%
飲食服務	Serviços de restauração	44	8.6%
珠寶首飾	Joalharias e bijutarias	38	7.4%
個人護理產品及服務	Produtos e serviços de higiene pessoal	31	6.0%