

Fayodocant
Escola Carlos de Campos


Dr. Henrique Grechi
dezembro / 2001

Aula inaugural

dada pelo Dr. F. Pompêo do Amaral, medico-chefe da Superintendência do Ensino Profissional, em 17 de Maio de 1939, no Instituto Profissional Feminino, em São Paulo, durante a cerimonia de abertura dos Cursos de Dietética.

Aula inaugural

dada pelo Dr. F. Pompêo do
Amaral, medico-chefe da Su-
perintendência do Ensino Profis-
sional, em 17 de Maio de 1939,
no Instituto Profissional Femi-
nino, em São Paulo, durante a
cerimonia de abertura dos Cur-
sos de Dietética.

EDIÇÃO DO _____
INSTITUTO D. ESCOLASTICA ROSA
— Escola Profissional Secundária —
_____ SANTOS

em linhas gerais, para abordar o problema da racionalização da alimentação popular. Muito nele haverá certamente para ser melhorado e o tempo permitirá o aperfeiçoamento do que temos, nos indicará as diretrizes mais seguras para a obtenção do que ainda nos falta. A etapa inicial — a mais difícil, sem dúvida — está, porém, vencida. E já podemos regosijar-nos, com isso.

—o—

Ha não muitos anos, afirmava o grande Mc Carrison, que, se os homens que governam os povos soubessem aplicar os atuais conhecimentos da ciência da nutrição, provocariam na sociedade mudança mais radical do que a produzida na medicina pelo advento da microbiologia.

E tinha inteira razão o consagrado pesquisador porque está provado, hoje, que a boa nutrição é condição "sine qua non" da robustez física e da capacidade intelectual dos indivíduos e da coletividade. O individuo mal alimentado será sempre um fraco. Os esforços empregados para sua educação física e mental só poderão enfraquece-lo ainda mais. Todo empreendimento que se projetar, em favor da educação física de um povo, por exemplo, estará fatalmente condenado ao mais completo fracasso, se a população em causa fôr composta de desnutridos, como o é provadamente entre nós.

Não sendo os gastos orgânicos, impostos pelo trabalho físico ou mental, compensados convenientemente pela ingestão de substâncias alimentares de que necessitamos para cobri-los, o organismo passará a consumir-se. O depauperamento, acentuando-se cada vez mais, acarretará imediata diminuição das resistências orgânicas. E, assim, aquele que entréga seu corpo, de maneira tão imprudente, aos excessos de trabalho — sem cuidar, com a devida atenção, da nutrição e do repouso — acabará mátematicamente presa fácil da tuberculose e de outras moléstias infecciosas igualmente temíveis.

A força dos povos repousa na do individuo. A obtenção de uma como de outra só é possível mediante ação complexa, sem dúvida, mas da qual a racionalização da alimentação é o alicerce. Não só a educação física e intelectual falecerão, na ausencia da boa nutrição individual ou coletiva. A profilaxia de

moléstias, a redução da mortalidade e muitas outras preocupações sanitarias só podem ser realizadas mediante melhora das condições alimentares da população.

Lusk chamou a atenção dos investigadores para a correlação entre a taxa de mortalidade pela tuberculose, na Alemanha, e a mingua de provisões alimentares provocada pelo bloqueio da grande guerra. Lepine aponta-nos a extraordinaria relação das rações deficientes com as epidemias.

Não são a tuberculose e a lepra moléstias que acometem sobretudo os desnutridos? Os bons efeitos, que se asinálam ultimamente, da terapeutica calcica auxiliada pela ministração de vitaminas, na peste branca, e de diversas vitaminas, na moléstia de Hansen, não significariam mesmo a denuncia de uma carencia alimentar pré-existente?

A carencia de vitaminas nas rações diminue a resistencia organica dos que a ela são submetidos. Prova disso é a frequente associação de diferentes moléstias infecciosas ás enfermidades typicas carenciais — xerophthalmia, beri-beri, pelagra, rachitismo, etc.

A moderna puericultura está toda ela baseada em principios de nutrologia.

A eugenia não póde ser admitida independente da racionalização alimentar. O individuo mal nutrido, com efeito, representa grave perigo para a sociedade porque, embora débil, nem sempre adoce, de maneira que não se o trata, nem se o tem em conta. E o peór é que géra filhos com sináis de degenerescencia, homens inferiores, que, por sua vez, virão a ter filhos mais degenerados ainda. Diminue, assim, a capacidade produtiva de um povo, enquanto crescem os indices de morbilidade e mortalidade.

Estudos modernos sobre moléstias da nutrição e fatores alimentares têm revelado que não se deve atribuir á sífilis exclusivamente — como em geral se faz, entre nós — a ocorrência frequente de abortos e partos prematuros. Perturbações nutritivas e carencias alimentares, particularmente vitaminicas, muitas vezes os condicionam. A nutrição conveniente da gestante impõe-se como uma das mais importantes medidas de hygiene pré-natal.

E o crescimento infantil? E' sempre prejudicado, quando a alimentação não é adequada. Heuyer e Genevrier observaram, no norte da França, durante a Grande Guerra, diminuição do talhe e do peso, em todos os escolares menores de seis anos e em 80% das crianças entre oito e treze anos. Toda a mocidade de Lille sofreu um atrazo em seu crescimento. As crianças de quatorze pareciam ter dez anos, as moças de dezoito tinham o desenvolvimento de meninas de treze e a puberdade, em geral, se fizera esperar por mais tempo. Com frequencia, encontravam-se casos em que até parada do desenvolvimento psiquico se processára.

A explicação de tal fáto encontra-se em palavras de Curschmann, que se refére á influencia que a alimentação insufficiente póde ter sobre a função das glandulas de secreção interna. Relata esse autor que, em relação ás alterações da tireoide — glandula de notavel influencia sobre o crescimento, psiquismo e funções sexuais — tem particular importancia o "deficit" de um amino-acido, o triptofano. Por isso, nos tempos de fome, como na guérrea, aumenta o numero de casos de mixedema — sindromo de insuficiencia tireoideana que se caracteriza por perturbações identicas ás descritas por Heuyer e Genevrier — ao mesmo tempo que diminuem os da enfermidade de Basedow, motivada ao menos em parte por hiperfunção tireoideana e, por conseguinte, antitese do mixedema. Para comprovar sua afirmativa, adeanta ainda Curschmann que, ao voltar ás circunstancias comuns, após a guerra, o nivel da morbidade, no que diz respeito ao mixedema, voltou tambem ao normal. O mesmo autor acredita que a experiencia de guerra e de post-guerra fez supôr que tambem o crescimento exagerado póde ser devido á alimentação insufficiente.

Deante dessa rapida exposição, pódem os ouvintes avaliar toda a exatidão do conceito de Mc Carrison, que acabámos de reproduzir. E ainda é muito oportuno recordar que devem ter sido, sem duvida, as mesmas considerações que levaram o illustre Prof. Carlo Foá, da Real Universidade de Milão, ora entre nós, a declarar eloquentemente, em entrevista concedida á "Folha da Manhã", que a racionalização da alimentação é um dos problemas politicos e sociais de maior importancia para a

vida de uma Nação, assumindo no Brasil uma relevancia toda particular.

—o—

O problema alimentar começou a constituir verdadeira preocupação para os paises, durante a Grande Guerra, quando se cuidou de provêr cientificamente ás necessidades alimentares dos exercitos — preocupação que se intensificou em seguida como consequencia de muitas descobertas biologicas, que salientaram os inconvenientes do empirismo reinante, até então.

Na França, a Sociedade Cientifica de Higiene Alimentar e da Alimentação Racional do Homem desempenhou, durante a guerra, papel relevante na escolha, preparação e distribuição de generos alimenticios ao país todo. Essa sociedade, já considerada de utilidade publica, por lei de 1904, teve vida precaria, até 1915. Desse ano em diante, porém, transformou-se em órgão tecnico consultivo do governo central e está sob a jurisdição dos ministerios de Instrução Publica e da Agricultura. Através da mencionada agremiação, o Ministerio de Instrução Publica desenvolve intensa propaganda scientifica, em favor da alimentação popular economica. O Ministerio da Agricultura tem sob a sua dependencia um instituto de investigações agronomicas, que funciona, como a repartição central de investigações sobre a alimentação, ligada á Sociedade Cientifica de Higiene Alimentar, possuindo grandes laboratorios de calorimetria, quimica, fisiologia e de pesquisas experimentais sobre a alimentação.

Na Inglaterra, o Instituto Lister e o Comité para estudos dos fatores accessorios da alimentação são os centros oficiais mais importantes dedicados ao estudo da questão. São organizações científicas das mais valiosas do mundo, pelo valor tecnico de seus componentes bem como pela natureza e numero de suas pesquisas científicas.

Na Italia e na Alemanha, o esforço que se realiza na orientação da produção, administração e utilização dos generos alimenticios é enorme.

A Russia, até ha pouco conhecida como país da fome, reage brilhantemente contra a situação que a deprime. Em

1929, não possuía nem um só centro técnico para estudo do problema alimentar. Hoje é, talvez, o país de melhor organização nesse particular. O professor Cherkes dirige o primeiro Instituto Científico de Nutrição daquela nação, fundado em Odessa. Outros similares foram criados em Rostov, em Khar-kou, em Moscou, em Kiev, em Voronej e em Leningrado, sendo que, nos dois primeiros, mais de duzentos pesquisadores se dedicam a estudos de nutrição. Sendo o maior obstáculo para a criação desses estabelecimentos a falta de pessoal capaz, foram organizadas secções técnicas para o preparo de médicos especializados em higiene alimentar, de químicos para as análises dos alimentos, bem como escolas onde se formam técnicos em dietética, os quais são empregados na administração dos grandes refeitores.

O grande nutrologista Tadasu Saiki fundou, em 1915, em Tokio, no Japão, o primeiro centro de estudos de alimentação, após renhida luta com a diferença e a ignorância que reinavam, no ambiente em que vivia, por tudo o que se relaciona com a questão alimentar. Impressionado com a atividade do mesmo, o governo do imperio levantino criou, em 1920, o Instituto Imperial de Nutrição, como dependencia do Ministerio do Interior, o qual já funciona, ha quasi vinte anos, sob a direção do famoso sabio. Consta esse instituto de quatro secções: a primeira, destinada a investigações no campo das ciencias fundamentais da nutrição; uma segunda, dedicada ao ensino das disciplinas aplicadas á alimentação, no seu aspéto economico e científico; a terceira, incluindo o museo e atendendo á propaganda, bem como aos trabalhos estatísticos e, finalmente, a quarta encarregada da administração. Apontado como modelo de organização no genero, o instituto de Saiki, sendo centro de pesquisas científicas, é tambem estabelecimento de ensino profissional e promotor de vulgarização dos principios da alimentação racional.

Nos Estados Unidos da America do Norte, o Ministerio da Agricultura, bem como os serviços de Saúde Pública e outras instituições semi-oficiais e particulares, orienta a alimentação popular. Os principais centros de estudos sobre nutrição são lá o laboratorio do Prof. Mc Collum, na Escola de Higiene

e Saúde Pública de Baltimore, e os das Universidades de Harvard e Columbia, onde trabalham pesquisadores de nomeada. As Universidades mantêm catedras dos diversos ramos da nutrição. A divulgação dos principios da alimentação racional é feita, por todos os meios, ás mães de familia — as quais são interessadas sobretudo no que diz respeito á maneira economica de preparar os alimentos — bem como no exercito, na armada, nas escolas e dirétamente ao publico. Essas atividades foram mesmo reunidas recentemente no Instituto Americano de Nutrição, destinado a difundir os conhecimentos de alimentação e a facilitar o contáto pessoal entre os pesquisadores dos problemas de nutrição e dos demais relacionados com essa ciencia.

—o—

Mais perto de nós, o Uruguai e a Argentina muito têm feito pela alimentação popular. Póde-se mesmo, sem qualquer exagero, dizer que suas organizações em nada ficam a dever ás demais estrangeiras.

No Uruguai, o primeiro passo foi dado com a fundação da Comissão Nacional de Alimentação Corréta, de finalidade educativa e cultural, a qual interessou imediatamente o Governo em suas atividades. Numerosas e destacadas personalidades dos círculos científicos do país visinho foram convocadas para uma reunião preparatoria, com o fim de estabelecer as bases da nova instituição. Todas expressaram sua adesão ao movimento científico em favor da saúde, da economia e do bem estar coletivos. Acreditou-se oportuna a organização de uma comissão provisoria, afim de tratar das bases e da orientação da nova entidade. E uma comissão executiva, constituindo quatro secções, organizou o plano de trabalho. Esse nos pareceu tão interessante que não hesitamos em tomar aos prezados ouvintes mais alguns instantes, afim de podermos reproduzi-lo, em linhas gerais;

1.^a Secção — “De propaganda e publicidade”. Cuidaria de informações jornalísticas, edição de folhetos, gráficos, etc., composição de “films” e organização de conferencias.

2.^a Secção — “Científica e de Higiene Dietética”. Teria por objetivo o empreendimento de estudos dietéticos no país — compreendendo a experimentação respectiva — bem como de

estudos relativos a enfermidades da nutrição e do aparelho digestivo. Consideraria, além disso, o custo da alimentação correta individual.

3.^a — Secção "Industrial", abrangendo a produção agrícola e pastoril. Encararia a preparação das substancias alimentares e o custo dos alimentos basicos, indispensaveis á saúde coletiva.

Esta exposição das finalidades de cada secção da primitiva organização uruguaia parece-nos conveniente sobretudo para podermos demonstrar quão absurdas foram certas criticas feitas á criação de um Instituto de Nutrição, entre nós, principalmente as daqueles que consideravam ineficiente tal empreendimento porque o custo de alguns generos alimenticios, avultado em nossa cidade, impediria á população o aproveitamento das praticas dietéticas que lhes fossem recomendadas. Ora, os que nos honram presentemente com sua atenção devem inferir do exposto que um Instituto de Nutrição ou semelhante não póde ter por finalidade apenas a difusão dos conhecimentos científicos da alimentação, mas precisará enquadrar seus ensinamentos dentro das possibilidades economicas do povo e até estudar e propôr ao governo os meios de reduzir o custo das substancias alimentares mais necessarias.

Fechado este parenthesis, que acreditámos muito util, passemos á

4.^a — Secção "Internacional". Promoveria o intercambio com instituições semelhantes estrangeiras. As finalidades deste seriam principalmente a troca e aquisição de revistas que tratam de nutrição e da alimentação coletiva, a representação em exposições de alimentação ou outras nas quais se torne possivel incluir-se um plano cultural de ordem dietética, etc.

As primeiras questões que se levaram em conta, para a criação da organização mencionada, compreendiam realmente o estudo total do problema, entre a população, em diversos aspectos e finalidades:

Estudo físico-químico e biologico do sólo agrícola. O problema da agua potavel, o abastecimento de leite higienico e seus derivados. O cereal, a fruta, as verduras. As carnes e produtos derivados. O ensino, nas escolas publicas, do problema da alimentação, tendo em vista finalidades praticas e a conser-

vação da saúde do escolar. A preparação de alimentos. Escolas para cozinheiras. Os esportes e a alimentação. A criação futura de um instituto de nutrição, etc.

Como vêm, quasi tudo o que precisaríamos já ter feito ou, pelo menos, deveríamos cuidar de fazer, quanto antes.

Estes foram os pontos considerados primordiais, para o inicio da atividade, ha dez anos. E quais os resultados que trouxe a campanha, até o momento? Pelas noticias que de lá nos chegam, sabemos, hoje, que o Uruguai tem estabelecido um fornecimento perfeito de leite á população, mediante organização original e racional, que permite a entrega direta do produto, do produtor ao consumidor, com supressão do intermediario, que, entre nós, aufére os principais lucros. E, como resultado disso, o leite uruguaio é ótimo e de custo muito reduzido. A renda de sua venda vai tambem beneficiar diretamente ao fazendeiro e ao vaqueiro, os quais hão de sentir-se, assim, mais animados a promover a necessaria melhora de seus rebanhos.

Já em 1932, com a finalidade de distribuir gratuitamente a trabalhadores desocupados rações indispensaveis á sua manutenção, criou-se, em Montevidéo, a Comissão de Refeitórios Publicos. Parte dos recursos de custeio era fornecida pela municipalidade, contribuindo espontaneamente os negociantes de praça, com o restante.

Em 1933, o governo nacional resolveu assumir a superintendência do serviço, por intermedio do Ministerio das Industrias, abrindo, para isso, uma verba mensal de 6.000 pesos. No ano seguinte, a superintendência dos Refeitórios foi transferida para o Ministerio do Trabalho e a dotação dos mesmos aumentada para 8.000 pesos. Nesse mesmo ano de 1934, verificando que o numero de desocupados decrescia, o governo uruguaio resolveu estabelecer refeitórios populares pagos, á razão de 10 centesimos para cada refeição. Em seis mezes daquele ano, entre homens, mulheres e crianças, 55.579 pessoas frequentaram os estabelecimentos. Em 1935, a frequencia aumentou para 229.221 pessoas e, em 1936, para 533.363, isto é, uma média de 43.530 pessoas, por mês, e 1.951, por dia.

O presidente Gabriel Terra, referindo-se aos refeitórios,

em 1937, assim se expressou: "Os refeitórios publicos do Instituto de Alimentação Científica do Povo, que servirão este ano um milhão e meio de refeições a dez centesimos para o publico, pagando o Estado o excedente do custo, como principal interessado no bem estar e no fortalecimento da raça, e os 110 postos municipais, nos quais se vende a carne em pacotes, a oito centesimos o kilo, e o leite, a 7 centesimos o litro, são as provas de maior eloquencia que oferece o governo que presido do seu culto á solidariedade social".

Já tivémos ocasião de manifestar que, melhor do que cuidar de salario minimo, seria, entre nós, a realização de empreendimentos como este. Com efeito, os poucos mil réis que se proporcionam a mais, a um individuo desabituaado a certas liberalidades, não melhoram seu conforto, nem sua nutrição. Concorrem, em geral, para acrescimo das verbas destinadas ao vicio. Mais eficiente social, economica e fisiologicamente seria proporcionar refeições racionais aos trabalhadores de fabricas e operarios em geral, a preço reduzido, invertendo nisso o Estado ou os patrões uma parcela de seus rendimentos.

Até as grandes coletividades de servidores do Estado — Exercito, Marinha, etc. — têm, no Uruguai, a sua alimentação racionalmente organizada.

E aproximadamente o mesmo que se passa no Uruguai acontece na Argentina, onde o Prof. Pedro Escudero, partindo de acanhada dependencia do Hospital Rawson, organizou o prestigioso Instituto Municipal de Nutrição, em Buenos Aires, estabelecimento que passa a ser agóra o Instituto Nacional de Nutrição. O eminente dietólogo que o dirige estudou, a partir de 1931, a alimentação conveniente aos hospitais e aos refeitórios escolares e iniciou, em 1933, uma grande ação jornalística em favor da racionalização da alimentação popular. Com o desenvolvimento da campanha, verificou que se tornára indispensavel a formação de tecnicos, para a ação ampla que se impunha. E, por isso, fundou a Escola Municipal de Dietistas, que lhe fornece pessoal habilitado para o proseguimento da tarefa já encetada.

A dificuldade assinalada por Escudero e vencida praticamente com a fundação de sua Escola de Dietistas é a mesma

que encontrará todo aquele que quizer enfrentar, entre nós, o problema da alimentação popular.

—o—

Não temos tecnicos. Como, por conseguinte, levar avante os projéto de refeitórios para operarios, escolares, etc. e outras organizações semelhantes? Evidentemente, o problema alimentar só será bem solucionado, quando os meios, que se utilizarem nesse proposito, repousarem em principios exatos, sob o ponto de vista científico. Construir grandes refeitórios e enormes cozinhas, fazendo-os funcionar sob direção leiga e com cozinheiras que se valham dos métodos empiricos muito em vóga entre nós, póde ser tudo menos racionalizar a alimentação popular. Um refeitório, ainda que suntuoso, se não dirigido por tecnico especializado em alimentação, não póde ter qualquer valor educativo. E' praticamente igual a uma escola esplendidamente montada, cuja direção tenha sido confiada a um servente, por exemplo.

Em uma palavra, para enfrentarmos o complexo problema da racionalização da alimentação popular, precisamos formar pessoal capaz para dirigir a ação. Foi o que reconheceu a Superintendência do Ensino Profissional, que tratou de, quanto antes, agir junto ao atual governo, no sentido de obter o preenchimento da lacuna que lamentavelmente existia. E foi assim que se organizou o "Curso de Auxiliares em Alimentação", que ora se inaugura. Ele não formará cientistas naturalmente, porém, habilitará, cada ano, uma pleiade de bons tecnicos perfeitamente em condições de desenvolver, com entusiasmo — esse fogo abençoado que anima as grandes realizações — um trabalho utilissimo junto á nossa população.

Colocado entre as atividades do Curso de Aperfeiçoamento das Escolas Profissionais — destinadas ao preparo de professoras especializadas, para o ensino e direção de estabelecimentos congeneres, em nosso Estado — esse curso será ministrado exclusivamente ás alunas que pretenderem dedicar-se á nova profissão.

As candidatas a "auxiliares em alimentação" receberão, nesse curso, ensinamentos detalhados relativos aos fundamen-

tos da alimentação racional. Ficarão conhecendo a classificação dos alimentos, as transformações que sofrem em nosso aparelho digestivo, a maneira por que são aproveitados pelas células de nossos diferentes tecidos e como se eliminam de nosso organismo os produtos de sua desintegração. Aprenderão ainda a escolher substâncias alimentares, segundo a sua procedência; a reconhecer os produtos deteriorados, bem como os indícios de fraude, e a recorrer aos processos que se empregam comumente na denuncia destas. Tornar-se-ão capazes de compôr uma ração conveniente para certa pessoa ou para dada coletividade e de exercer sobre as mesmas certo controle que permita verificar a oportunidade do regime que lhes é ministrado. Ficarão habilitadas a cumprir, com exactidão, as prescrições medicas. Poderão, além disso, ser vantajosamente empregadas na divulgação pelas escolas primarias e junto á população, em geral, dos principios da ciencia em que foram iniciadas. Serão aproveitadas, se preciso fôr, na realização de inqueritos relativos ás condições alimentares de certa comunidade ou no estudo detalhado de regimes convenientes para as familias, de acôrdo com os generos alimenticios encontraveis em certa época do ano, no lugar onde habitam e dentro de suas possibilidades economicas. Terão os conhecimentos necessarios para dirigir com eficiencia as cozinheiras, que, entre nós, se guiam por costumes empiricos transmitidos através dos tempos e, principalmente para lutar pela remodelação dos chamados "pratos nacionais", em favor de sua digestibilidade, sem prejuizo do sabôr que neles tanto sabemos apreciar.

— 0 —

Com as "auxiliares em alimentação", que deste curso sairão, a Superintendência do Ensino Profissional poderá aperfeiçoar o ensino nos cursos de vulgarização dos conhecimentos de alimentação que mantem e multiplica-los. Queremos referir-nos aos "Cursos de Dietética para Donas de Casa", nos quais o ensino se exerce de uma forma bem elementar, no sentido de habilitar as alunas ao conveniente desempenho das atribuições que decorrem da propria denominação dos mesmos. Enquadrados entre as atividades normais das escolas profissionais, serão

ministrados a todas as alunas matriculadas nos estabelecimentos congeneres do Estado. E quem conhece o numero de moças que tais instituições abrigam, quem sabe o papel educativo que desempenha nos lares — principalmente nos mais modestos e atrasados — uma jovem bem preparada, quem avalia os beneficios que elas costumam estender aos circulos de suas amigas ha de reconhecer o grande alcance destes cursos de divulgação alimentar.

Com "auxiliares em alimentação", poderemos realizar ainda outros empreendimentos de alta finalidade educativa, em favor da racionalização alimentar, os quais exigem pessoal habilitado.

E chegaremos, assim, aos poucos, ao Instituto de Nutrição, solenemente prometido ao nosso povo pelo Exmo. Snr. Secretario da Educação, em oportuna entrevista concedida á imprensa. Tal realização é, sem duvida alguma, indispensavel para que se possa abordar, com a necessaria amplitude, o problema de tão grande alcance higienico e social ao qual nos referimos. Num país, onde a desnutrição da população é caracter dominante, urge providenciar, quanto antes, que sejam atendidos os direitos fisiologicos e vitais do individuo, os quais condicionam a saúde da coletividade.

Auguramos que a inauguração de hoje signifique, antes de mais nada, um passo seguro em favor de outras iniciativas endereçadas ao bem estar publico — divisa que póde perfeitamente resumir a ação de todos os bons governos.

