

3332 X

TRATADO
DA
EDUCAÇÃO FYSICA
DOS MENINOS,
PARA USO
DA
NAÇÃO PORTUGUEZA
PUBLICADO POR ORDEM
DA ACADEMIA REAL DAS SCIENCIAS
DE LISBOA.

65-8-2
POR
FRANCISCO DE MELLO FRANCO,
MEDICO EM LISBOA,
CORRESPONDENTE DO NUMERO
DA MESMA SOCIEDADE.

Veritatem cum eis ipsis qui docent quærimus.
Seneca.



LISBOA
NA OFFICINA DA ACADEMIA REAL DAS SCIENCIAS.

ANNO M. D C C. X C.

*Com licença da Real Meza da Comissão Geral, sobre o
Exame, e Censura dos Livros.*



34
1949



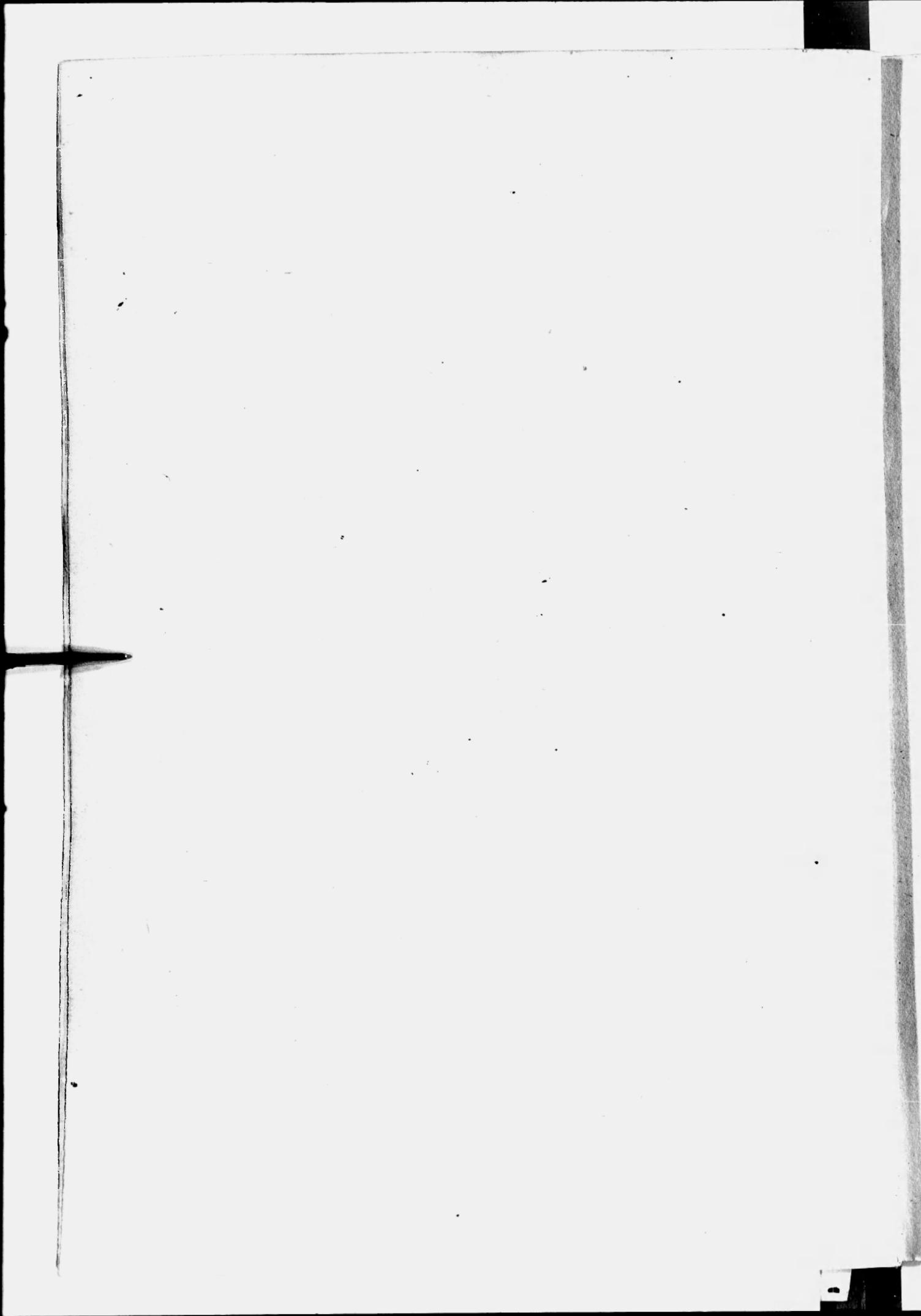
43134 A.A.
1948

618.9
F 8245

A R T I G O
EXTRAHIDO DAS ACTAS
DA
ACADEMIA REAL DAS SCIENCIAS,
da Assembléa de 1 de Outubro de 1789.

Tendo sido appresentado á Academia, pelo seu Correspondente do Número, e Membro da Comissão para o adiantamento da Medicina Nacional, Francisco de Mello Franco, o Tratado que tinha composto de Educação Física para uso da Nação Portugueza, julgou a Academia que era digno de ser impresso á sua custa, e debaixo do seu Privilegio.

JOSE CORRÊA DA SERRA
Secretario da Academia.



P R E F A C I O.

Como Medico, e como pai de familias, revolvi quantos livros pude descubrir sobre a Educaçāo fysica, ou corporal das criancas. Li com attençāo, observei com miudeza, e meditei por muito tempo. Da liçaō conclui, que os Authores naō só se encontravaō em muitos pontos essenciaes, querendo cada hum sua coufa; mas que nenhum tinha feito sobre este assumpço hum Tratado, que nada omittisse do essencial, e que dēsse ás materias a devida extensaō. Pela observaçāo conheci, que em Portugal ha abusos, e desvarios no modo de tratar as criancas. Por meio da meditaçāo fiz hum sistema proprio, servindo-me das idéas de todos, sem seguir mais do que aquellas que a minha razaō, e observaçāo confirmavaō, augmentando, alterando, e inovando. Vendo pois que em Portuguez nada ha escrito a este respeito, e que esta faltā be de summa consideraçāo, já pelo que pertence a cada hum dos particulares, já pelo que influe na Sociedade em geral, lembrei-me de dar ao Públlico o fruto da minha liçaō, e meditada observaçāo; e a minha lembrança foi ratificada pelo parecer de alguns meus amigos de tanta probidade, como saber.

He para admirar, quanto se tem affastado a especie humana dos caminhos da natureza no modo de crear a sua descendencia: e be muito mais para lamentar, que alguns pais hoje em dia taō pouco tomem a peito a saude, e ainda mais, a existencia de seus filhos. Todos os animaes, guiados só pelo simples instinçō, a cada passo nos estão dando lições sobre as obrigaçōes dos pais, e das mãis. Mas que humiliaçāo naō devem causar á soberba dos homens, que se denomināo Reis de quanto vive na terra, as lições de buns entes, a que chamaō irracionaes; de quem todavia podem aprender a ter-

a ternura, a justiça, e outras muitas virtudes! Para confundir pois a nossa especie não he preciso mais, que lançar os olhos para qualquer das classes dos animaes que nos saõ mais familiares. Observe-se, por exemplo, como huma gallinha procede. Quando chega o tempo da postura, busca hum lugar retirado para nelle preparar o ninho mais macio que pôde: acabada esta, sacrificase ao pezado trabalho de estar sobre os ovos tres semanas, sem dalli arredar pé: apenas para comer sabe de dias a dias arrebatada, soffrega, e sem socorro. Depois que vê nascidos os pintinhos, com que disvelo lhes não procura quanto pôde concorrer para a sua conservaçao? Busca-lhes o comer, mostra-lho, parte-lho, se he preciso. Despe-se da sua natural mansidaõ, e fraquezza, e cobra tal animo, e furor, que se arremessa, e atreve com todos os mais, quando entende poderão fazer mal á sua pequena familia. Se ha frio, agazalha-os debaixo das suas azas; se ha Sol, põe-se da parte opposta para lhes fazer sombra. Em quanto finalmente elles não chegaõ a estado de não dependerem dela, toda se emprega no cuidado de os manter, e conservar. Quanto não tem que aprender deste exemplo aquellas mãis, que, soffrendo mal, e talvez com indignação os nove mezes da prenhez, logo que daõ á luz os filhos, os degradaõ de si para huma ama sem escolha, sem miuda informaçao, e ás vezes para muitas leguas da sua vista?

Esta origem da despovoação, e da degeneração da especie humana merece toda a attençab do Ministerio; porque sem vassallos, e vassallos robustos, o Estado necessariamente virá a ficar como paralytico sem forças, sem energia, e tendendo cada dia para a sua intiera ruina. Sem gente robusta nem a agricultura, nem as artes, nem as sciencias poderão dar passo; e esta só se pôde formar por meio da educaçao fysica dirigida pelos dictames da natureza.

Don-

Donde nascerá, que sendo Portugal hum paiz tão favoravel á povoação, que ousadamente se pôde afirmar, que he o mais benigno de toda a Europa, ella todavia cada vez se atraza mais? Muitas saõ as causas, que evidentemente concorrem para este atrasamento, iaes saõ o luxo, a indolencia, liberdade, ou perversidade de costumes, moda abusiva de diferentes bebedas, falta de simplicidade nos comedores, &c. ; mas entre todas estas he seguramente a mais consideravel, os erros immensos com que se crião as crianças : e faz admiração ver, que tendo todas as artes neste seculo chegado a hum ponto de perfeição, só a de formar os homens esteja ainda em muitos Reinos na sua infancia.

Naõ falta entre nós a multiplicação da especie, o que falta he a sua conservação. Em Lisboa, cuja povoação he excessivamente grande, nascem milhares de crianças no anno; e que he feito dellas? He bem facil de ver que quasi todas morrem no berço; porque a naõ ser assim, Lisboa seria quasi toda habitada de gente aqui nascida; mas duvido que de vinte habitantes hum seja natural desta Cidade, e rariissimos apparecem nas Províncias. Donde se inferem duas consequencias; que a multiplicação da especie na Capital quasi toda perece no berço; e que para a povoarem tanto, se despovoão as Províncias; aonde a conservação da especie he muito maior, porque naõ só a depravação de costumes, e falta de regimen naõ he tanta, mas tambem por se peccar muito menos na educação física das crianças.

Por tanto, principalmente na Corte, se deveria trabalhar por desarrigar abusos tão nocivos á Sociedade, e cuidar muito em educar as crianças segundo a natureza; pois he certo, que sem a educação física pouco se pôde fazer na moral, e litteraria, vindo aquella a servir de base a estas duas; sobre as quaes darei ain-

ainda ao Pùblico as minhas idéas, se este primeiro trabalho for delle bem accolhido.

Oxalá podesse eu pelo menos despertar por este modo os talentos Portuguezes, para que, levados do mesmo amor pùblico, e naõ da vangloria de Author, emendem a maõ nas minhas falhas! Mas quanto be para recear, que toda a sua sagacidade se volte em estereis, e impertinentes censuras. Desculpem pois estes implacaveis censores a menos correcçao, e elegancia de estylo, que eu só procurei ordem, e clareza; e naõ fiz escrúpulo de ser as vezes prolixo, porque verdades taõ interessantes nunca enfastiaõ por serem repetidas.

TRATADO
DA
EDUCAÇÃO FYSICA
DOS MENINOS,
PARA USO
DOS
PAIS DE FAMILIA PORTUGUEZES.

C A P I T U L O I.

Porque modo se deve reger huma Mulher pejada.

A EDUCAÇÃO fysica de huma criança, se quizermos fallar com exactidaõ, naõ principia sómente quando ella com seus vagidos pede o socorro daquelles que lhe deraõ a existencia; deve sim comecar logo do primeiro momento do seu ser. A quotidiana experiençia lastimosamente nos mostra, que por imprudencia, e incuria das más no tempo das suas prenhezes, muitas crianças nascendo miseraveis ficaõ indispostas para no restante da sua curta duração gozarem de hum dia de saude, quer dizer, de hum dia feliz.

feliz.
Como o meu empenho he mostrar taõ sómente porque meios se pôde conseguir ás crianças huma vigorosa constituição, devo prescindir de todas as hypotheses com que os Filosofos tem pertendido explicar a grande obra da geração (1).

A

Se-

(1) Não creio na pertendida attracçāo das moleculas orgânicas de Buffon; porque isto he sem dúvida hum romance

2 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Seja ella como for, o que nos importa saber para o presente caso he que o feto tira da māi toda a sua nutriçāo, e que, segundo os alimentos de que ella usar, será mais, ou menos feliz a sua disposiçāo; e nisto concordaõ todos. Antes porém que entremos a examinar com mais individuaõ que regimen ha de seguir a mulher já pejada, he bem a propósito considerar algumas condições, que devem acompanhar os pais antecedentemente.

Todos terão tido muitas occasiões de observar, que de hum pai cheio de enfermidades nunca nacêo hum filho robusto: outro tanto digo da māi. He logo preciso que para huma criança ser vigorosa, seus pais tambem o sejaõ, condiçāo essencialmente necessaria. Ora ninguem pôde dar-se os parabens de huma saude forte sem frugalidade, exercicio, e regularidade no viver. Por tanto os pais, que aspirarem ao prazer de pro-

filosofico. Não estou tão pouco pelos vermiculos spermaticos de Lewenoeck. Os microscopios deste observador não só aumentavaõ os objectos, mas muitas vezes chegavaõ a fingilos. He mais provavel o que a razão dictou a Bonnet, e o que a experiençāa mostrou a Haller nos ovos, e ultimamente a Spallanzani nas rans; vem a ser, que o feto já preexiste ou no ovo, ou nos ovarios da māi, e que só espera a fecundação do macho, para se desenvolverem as suas partes. Isto com tudo não he quanto posso alcançar tão indubitavel, como o quer fazer o insigne observador Italiano. O que he certo he que esta grande maravilha se obra nos ovarios. A prova disto he terem-se achado fetos nas *trompas de Fallopio*, e ainda na cavidade do ventre. Querer porém, como elle pertende, que o *semen* prolifico do macho só sirva de estímulo ao feto já delineado, como se isto fosse geometricamente demonstrado, he afirmar mais do que se pôde deduzir das suas experiencias. Não passarei adiante; mas sempre tenho para mim, que por mais que os Filosofos suem, nunca poderão descortinar o véo, que esconde esta prodigiosa obra da geraçāo.

procrear filhos vigorosos, e felizes, devem regular-se segundo os dictames da recta razaõ; covem a saber, devem nutrir-se de alimentos sãos, e ordinarios; respirar hum ar aberto, e cofrente, e exercitar sem fadiga. Isto he quanto se pôde dizer em geral; porque este objecto requer hum tratado particular, sobre o qual já tem trabalhado Authores de abalizado merecimento, taes Cheyne, Lorri, e ultimamente Pressavin. Elles podem servir de guia no que diz respeito a esta parte da Medicina, a que chamaõ Hygieine, liçaõ necessaria a toda a pessoa, que se quizer conservar em saude.

Outra condiçao muito attendivel he, que as idades dos confortes naõ sejaõ desproporcionadas, e que naõ pequem por diminuição, ou excesso. Nos climas temperados, como o nosso, diz Ballexferd na sua *Dissertação sobre a Educaçao*, o marido deve ter de 25, até 50, quando muito, e a mulher de 18, até 40, quando muito tambem. Na verdade este he o tempo em que a natureza, pondo termo ao crescimento, se conserva em seu vigor. He barbaridade sacrificar huma menina de 12, ou 14 annos nas mãos de hum velho de 60, ou 70, e ás vezes mais idade. Prescindindo dos motivos mòraes, que vigor poderão ter os filhos deste desfacisado consorcio? A mulher crescendo ainda naõ está certamente nas circunstancias de conceber, parir, e criar filhos. O marido, que já descahe, naõ pôde ter hum *semen* taõ bem elaborado, e energico, que delle resultem filhos de boa constituição. He contra o bem do Estado, he contra a humanidade semelhante matrimonio: mas para com muitos pôde mais a boa accommodação de huma filha, do que tudo quanto dicta a razaõ. Embora naçao della filhos enfermos, e desgraçados, com tanto que sejaõ ricos. He em fim para notar que as idades se approximem dentro dos limites assima prescritos o mais que for possível, sen-

4 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

do sempre a diferença para mais da parte do varão ; porque a natureza he mais tardia em o levar a estado de perfeição. Todos os animaes que se regem pelo simples instinto , tem , segundo as suas espécies , tempos certos para as suas primeiras nupcias : só nós havemos de transtornar a ordem da natureza ; nós , que melhor deveramos observalla , pois além do instinto nos illumina huma razão : desgraçada razão humana !

Destas reflexões facilmente se infere , que nunca deveria casar pessoas attacadas de molestias , que tão tristemente nos tem mostrado a experiência serem contagiosas , ou hereditarias.

Supondo porém que os pais tem huma boa constituição , e idade conveniente , se bem não deva ser entendida em absoluto rigor , porque huns chegaõ ao seu ultimo estado de perfeição primeiro que outros ; passo a considerar a mulher já pejada. Aqui he que deve rigorosamente começar a educação física de huma criança. Do comportamento da mãe principia a depender a sua felicidade , ou infelicidade ; examinemos pois qual deva elle ser.

Mas primeiro que tudo he summamente preciso , que huma mulher pejada seriamente se persuada de que ella fendo , por assim dizer , depositária daquelle feto deve responder por tudo quanto lhe poder succeder de prejuizo á sua conservação ; não menos do que se directamente concorresse para a destruição de qualquer pessoa adulta. Algumas mães depois de darem por qualquer excesso , ou desordem occisão evidente a hum aborto , socegaõ a sua consciencia na idéa de que o feto só tem vida , isto he , que a alma só lhe he infundida do quarto mez por diante , tendo em pouco todo o perigo anterior a este tempo. A tal modo de pensar deraõ occisão alguns Filósofos , os quaes questionando ácerca do tempo da união da alma com

com o corpo, seguiraõ aquelle parecer. He facil de ver o damno que pôde provir de tal persuasaõ (1).

Logo que huma mulher fica pejada, se faz muito mais sensivel, do que dantes era, pelo muito que influe na sua máquina o novo estado do utero, que nos primeiros tempos padece alguma irritaçao, a que depois se acostuma. Desta mudança para maior sensibilidade facilmente se infere, que deve ser mais regulada, naõ só no comer, e beber, mas tambem no somno;

(1) Discorrendo como Filosofo, acho muito conforme á razão, que a alma he unida ao feto no acto da concepçao; pois sendo, como fica dito, muito provavel que elle já pre-existe nos ovarios, esperando que o *semen* do pai vá vivificallo: tambem creio ser do mesmo grão de probabilidade, que a alma lhe he comunicada neste mesmo acto da concepçao. Ninguem duvida de que a alma só quebra os laços que a prendem ao corpo na ultima expiraçao: naõ he pois bem racionavel o pensar que ella se une a este corpo no mesmo instante, em que elle entra a viver? Fallando porcm segundo os principios do Christianismo, naõ se deve abraçar outro sentimento; porque a base fundamental da Religiao he que no mesmo instante, em que a alma he unida ao corpo, immediatamente incorre no peccado original: ora o momento em que contrahe esta mancha he o da concepçao, segundo o testemunho de Escritura. Logo quando a mái, por falta de zelo, e dos meios que estaõ na sua maõ, vem a abortar, he rigorosamente tão homicida, como se concorresse para a morte de hum filho já crescido. Naõ sómente he homicida aquella, que barbara, e deliberadamente se serve de iniquos meios para mover; quasi todas as que abortaõ o saõ igualmente; porque raros saõ os movitos, que naõ tem origem no seu pouco cuidado, e falta de regimen. Se elles bem se deixassem levar da importancia do que fica dito, seriaõ mais exactas em evitar tudo que pôde ser nocivo a si, e ao feto de que saõ depositarias; passariaõ melhor, e teriaõ prenhezes, e partos mais felizes. O feto receberia boa nutriçao, e nasceria livre dos males, que de certo lhe faraõ guerra a nasceres de mái menos prudente.

6 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

mano ; no exercicio que ha de fazer , ou deixar de fazer ; e finalmente na pureza , e temperança do ar , em que deye viver.

A comida no principio da prenhez deve ser alguma cousa menos do costume ; porque o feto nos primeiros dous , ou tres mezes , tempo em que rigorosamente se lhe pôde chamar embriação , pela sua pequenez precisa de pouca nutrição : e a natureza providamente faz com que neste tempo haja fastio , vomitos , &c. Crescendo porém a prenhez , deve tambem crescer a comida ; porque assim o requer a nutrição do feto.

He costume entre muitas sangrarem-se infallivelmente no meio do tempo , e ás vezes tambem no fim. Quando a necessidade não urge , he pessimo costume , e quando a ha , todo o tempo he a proposito. Ordinaria faz-se a sangria mais necessaria do terceiro para o quarto mez ; tempo em que costumação succeder os movitos pela abundancia de sangue , que resulta da suspensão dos menstruos , e de não ser todo dispendido na simples nutrição do feto. O que tudo vem a provar , que nestes primeiros mezes se use de menos alimentos , e de facil digestão ; não só pela maior sensibilidade , mas tambem pelo máo estado do estomago : sobre isto porém não se podem dar regras certas ; porque aquella comida , que para huma he ordinaria , e do costume , para outra será grande dieta , e reciprocamente fallando. Em geral se pôde dizer , que se deve fugir de cousas acres , salgadas , muito adubadas ; porque tudo isto pôde exasperar , e pôr em grande irritação o sistema nervoso ; e esta desordem ha de necessariamente chegar ao feto , sem ainda me lembrar dos máos fluidos , que semelhantes comidas subministração. Pelos mesmos motivos se deve fugir de bebedas espirituosas : aquellas muiheres porém que costumação usar de algum vinho , ou o deverão beber fraco , ou diluillo com agua.

Ne-

Nenhuma mulher pejada deve jejuar ; porque nos primeiros dous , ou tres mezes todas padecem mais , ou menos incommodos : depois deste tempo algumas he verdade que passaõ bem , mas entaõ naõ só precisaõ comer mais por causa da nutriçaõ do feto , que cresce de dia em dia , mas de nenhuma sorte podem comer ao jantar quanto baste para passarem á noite só com a consoada ; pois neste estado o ventre crescido comprime o estomago , que assim naõ pôde admittir tanto comer junto. O unico modo de remediar isto , he comendo menos , mas a miudo ; e quem faz isto , naõ jejua.

Devêraõ principalmente nos primeiros mezes dar mais algum tempo ao somno , e ao descânco ; porque estes saõ os melhores calmantes que se podem applicar á sensibilidade dos seus nervos. Quando digo isto naõ entendo o abuso do somno , quero dizer , que se fôra deste estado huma mulher dormia sete horas por exemplo , deve dormir oito. Quando digo tambem que precisa de descânco , naõ digo que se deixe ficar na cama hum dia todo , mas sim que se he pessoa costumada a grande lida , que a haja de moderar. Ao contrario recommendo que as mulheres de vida muito sedentaria devaõ fazer todo o exercicio proporcionado ás suas forças. Sem exercicio ninguem pôde gozar de saude constante. Vejamos porém como deve fer o de huma mulher pejada. Deve fugir de andar a cavallo ; porque deste movimento pôde facilmente resultar aborto por effeito das concussões que padece o utero. Naõ he tambem muito seguro andar em carroagem por calçadas , e lugares pedragosos. Alguns recommendaõ que a sahir assim , seja muito de vagar , pensando evitar deste modo os saltos della. Aos Fysicos a razão mostra o contrario ; e a todos desenganará a experiençia de que em trote ordinario melhor se vencem os obstaculos , e por consequencia menos se sentem os saltos.

Naõ

8 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Naõ devem ser menos evitadas as contradanças ; o levantar pezos , ou fazer outros quaesquer movimentos violentos. Todos terão tido occasiões de ver as más consequencias deste incauto procedimento : e qualquer que tenha huma leve tinctura da economia animal , facilmente entrará nas razões destes conselhos.

Todos os Authores , reconhecendo que no campo he que se respira hum ar puro , e aberto , e que este influe muito na conservação dos animaes , aconselhaão ás mulheres pejadas o ar campestre. Como porém nem todas podem pôr em prática esta saudavel advertencia , direi que ao menos nas grandes povoações devem procurar ruas largas , limpas , em bairros elevados , e que as casas naõ fiquem vizinhas a cemiterios , ou a officinas , que infacionem o ar com suas exhalações , taes saõ fábricas de cortir couros , de fazer oleados , as tintorarias , &c. Mas como ha de huma mulher pejada mudar-se de huma rua daquellas , e de huma vizinhança destas , se ahi ella tem com a sua familia a sua subsistência ?

Naõ se deve antes pedir a quem compete , que cuide muito na limpeza das ruas , que as mande alargar , sendo taõ estreitas , que nem haja dentro dellas circulação de ar novo , e que em fim mande para os arrabaldes todas as officinas , que infacionaão a atmosfera das Cidades , já de si pouco pura ?

Huma mulher pejada naõ deve expôr-se á intemperie dos tempos ; porque o ar muito frio , ventoso , e humido pôde facilmente embaraçar a transpiração , causar febres , tosas , &c. , e tudo isto dará occasião a máos sucessos. O seu corpo neste estado mais sensivel , e irritavel , está muito sujeito a padecer os danos da intemperança da atmosfera.

Naõ se pôde todavia deixar de condemnar o demasiado melindre de muitas senhoras de qualidade , e a seu exemplo , de muitas que o affectaão , as quaes

pas-

passaõ os dias em huma cama envidraçada , forrada , e alcatifada , com fogareiros , ou fogões accezos , de maneira que quem entra de fóra , se sente quasi suffocado. Tal atmosfera naõ pôde deixar de trazer mil consequencias funestas ás mãis , e aos innocentes fetos.

A situaõ , que o Author da natureza ordenou ao feto no utero da mãi , he taõ favoravel ao seu crescimento , que á proporçaõ cresce mais em nove mezes , do que no restante da sua vida. Posto , e como suspenso no meio de hum licor morno , sem experimentar a mais leve compressaõ das membranas , em que está metido , tem a mais bella posiçao , para que seus membros ainda taõ tenros possaõ á vontade crescer ; e naõ fazem estorvo á dilataçao do utero os musculos , e pelle do baixo ventre da mãi por serem muito flexiveis. Muitas mãis porém rebeldes á voz da natureza parecem contrariar o bom exito das suas disposições. Cegas pelos ridiculos prejuizos do nosso seculo , que lhes fazem crer deshonroso o que foi sempre , e na verdade o he , a sua principal gloria , procuraõ por todos os meios occultar aos olhos do mundo a sua fecundidade : e para isto principalmente lançaõ maõ dos espartilhos , sem se lembrarem dos damnos , que esta compressaõ de necessidade ha de causar a si , e ao feto , que pouco menos he que esmagado nesta prensa , vindo isto a ser causa de muitos partos desgraçados , e naõ menos de aleijões.

A regra geral pois he , que nem com espartilhos , nem com vestidos , nem com cintas , e nem de alguma outra sorte devem fazer aperto ao ventre , seguindo nisto os passos da natureza. E como as mulheres em tal estado cahem mais facilmente pela mudança do seu centro de gravidade , devem trazer saltos baixos , e largos , para melhor se firmarem nos pés.

O socego de espirito he o maior bem , que se pôde

10 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

de possuir na terra. A violencia das paixões he ao contrario o commun verdugo da saude. E quanto o naõ será de lunia mulher pejada? Deve por tanto evitar, quanto está na sua maõ, todas as occasiões de tristeza, colera, e até de alegria excessiva; porque todas as paixões em geral levadas a certo grão alteraõ sumamente toda a economia animal. Oxalá puderamos sempre praticar esta verdade, que a todos he patente!

Authores de toda a fé pública referem factos, com que pertendem provar a grande influencia da imaginação das más nos seus fetos. Entre outros só apontarei Van-Swieten, que faz menção do seguinte sucesso: Huma mulher de Lyaõ estando em vespertas de parir, foi accommettida por seu marido, que estava accezo em ira, e com hum alfângue lhe fez tiro á cabeça. A mulher evitou fugindo os effeitos da sua colera: mas depois pario hum filho com a cabeça aberta na mesma parte, em que esteve para ser ferida. Ao nascer correo o sangue em tanta quantidade, que naõ pôde sobreviver á tal hemorragia. Se este respeitado Author dissesse, que presenceára este accidente, e que com seus olhos examinára que a ferida naõ tinha sido feita no parto, ainda assim naõ sei como me poderia accommodar; mas diz que nada disto houve, pelo que fica livre á noilla razão o duvidar. E como hei de eu crer que a criança teve a cabeça aberta naquelle sitio, em que a mãe esteve para ser ferida? E se com effeito assim foi, porque razão naõ morreu no mesmo instante da ferida? Que cousa reteria o sangue, para que só saisse no instante do parto?

Menos fé merecem ainda outros factos mencionados por alguns observadores. A razão, ao menos a minha, taõ longe está de apadrinhar semelhantes idéas, que antes as qualifica de quimericas: e para que he ir buscar a causa de hum fenômeno extraordinario, como.

mo he nascer huma criança com certas partes do corpo cubertas de pêlos, com augmento, ou diminuição de qualquer membro, na esquentaçā imaginacāo de huma māi supersticiosa, que se assustou com a vista de certo animal, ou que se horrorizou com a disformida de de hum aleijado, &c. ? Os vicios de organizaçāo naõ saõ mais frequentes nos animaes, do que nos vegetaes; e acaſo terá a terra com a sua imaginacāo influencia nestes monſtros? Ninguem o dirá.

Ainda porém que nada creia nestas influencias, naõ duvido do danno que pôde receber huma mulher pejada da vista de hum objecto, que a horrorize, ou assuste; mas he pela viva impressão, que pôde facilmente pôr os seus nervos em desordem, e alterar com a sua a saude do feto. Nem he para louvar o costume de andarem pelas ruas pobres disformes, fazendo tristes, e estudas lamentações; assim como o de se appresentarem ás portas dos Templos, e lugares publicos. Embaladas quasi todas as mulheres com estas, e semelhantes idéas, saõ martyres da sua fantasia; porque muitas vezes podem receber danos, de que escapariaõ, se de taes cousas naõ fizessem caso.

Saõ muito mais para desprezar as afflicções, que tomaõ para cumprir os seus chamados desejos, assentando comigo que a naõ satisfazellos ou movem, ou seus filhos traraõ certos defeitos relativos aos mesmos desejos. Creio que a primeira que tal inventou, só teve diante dos olhos o ser mais obsequiada, e obedecida do marido, que se deo á credulidade. Só reparo que os desejos naõ se estendem a mais, que a cousas de comer, e menos mal para os pobres maridos. Por isso que huma pejada desejou por exemplo figos, e os naõ comeo, o filho ha de nascer com signaes semelhantes a elles. Se com effeito os desejos tivessem esta admiravel influencia; quantas crianças (se he que as cousas sérias admittem jovialidades) nasceriaõ conver-

12 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

tidas em fittas , em brincos , em carroagens da moda ; &c.? Confesso que a persuasaõ em que vivem de ser isto verdade , e a afflicçao de que se preoccupaõ , por naõ poderem satisfazer os taes desejos , pôde muito bem desordenalas ; mas isto he simples effeito da sua imaginaçao. Aquellas que quizerem tomar o trabalho de se desfazerem destas preoccupações , e resistirem ás suas primeiras lembranças , conhacerão evidentemente o erro que as dominava.

Concluirei finalmente este Capítulo , advertindo que as mulheres pejadas devem ser muito moderadas em satisfazer os prazeres conjugaes , e muito especialmente no principio , e no fim das suas prenhezes : no principio , por causa da irritabilidade augmentada ; no fim pela compressaõ , que padece o ventre já entaõ assas volumoso. Ballexserd inteiramente prohíbe o menor ajuntamento em todo este tempo , trazendo por prova , que os outros animaes assim o fazem ; mas isto naõ conclue , porque os outros animaes tem seus tempos fixos , e determinados para a procreaçao da sua especie ; ao homem porém naõ taxou a natureza estes tempos ; logo daquelle naõ se deve concluir para este. E se fosse precisa esta inteira continencia , naõ vingaria huma só criança. A's vezes o peor he pedir muito , porque entaõ nada se alcança. Em tal caso só se deve pertender prudencia , e moderação.

C A,

C A P I T U L O II.

Logo que a criança nasce, deve ser separada dos pés da mãe, cortando-se o cordão umbilical; e como deve elle ser ligado.

Muito poucos são os animais de qualquer classe que sejaão, que tenhaão o mesmo tempo de incubação, ou prenhez. As mulheres, regularmente faltando, gastaão nove mezes em concluir esta obra; mas isto não se deve entender com exactidaão Mathematica, não só porque ao certo não se pôde bem averiguar o instante da concepção, mas tambem porque, reflectindo hum pouco, se vê que segundo certas circunstancias, poderá anticipar-se, ou prolongar-se o parto mais, ou menos alguns dias. Se olharmos para os fructos, que tem seus tempos determinados para amadurecerem, veremos que seguem nisto o curso das estações: se ha frio mais se demoraão; se calor mais se anticipaão. Nas gallinhas todos os dias se observa, que ellas tendo regularmente de chôco vinte e dous dias, estes muitas vezes se atrazaão, ou adiantaão, segundo as variedades do tempo que corre.

Chegado o nono mez, entra o utero a contrahir-se; seguem-se as dores; e por huma força mecanica a criança, rompendo as membranas em que estava encerrada, he expellida do ventre materno. Querer indagar a causa, por que só no fim deste tempo a natureza promove o parto, he perder tempo em cousas de nenhuma utilidade, na certeza de que no fim estaremos mais longe da verdade, do que no principio. Assim como a pera, por exemplo, estando em quanto verde tão agarrada ao seu ramo, que nem qualquer força a derriba, quando chega á sua perfeita madureza, por si se despega, e cahe, sem sabermos dar a ra-

14 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

a razaõ : do mesmo modo succederá com o feto no ventre da māi , o qual em quanto está , direi assim , verde , facilmente se naõ despega ; mas logo que chega a tocar o termo da sua perfeição , fica como hum corpo estranho , e he rejeitado pela natureza.

Se huma mulher pejada tiver observado o regimen de vida , exposto no Capitulo precedente , he bem criterio que tenha hum parto feliz. O parto , fallando em rigor , naõ he , como vulgarmente se pensa , huma enfermidade ; porque entra na ordem da natureza , e só ella deve ser o único agente desta obra. Todos os animaes parem sem estrondo , e sem parteira , todos se restabelecem logo depois do parto : naõ succederia o mesmō ás mulheres , se se naõ desviassem dos caminhos da natureza ? Tenho para mim , que sim ; porque á proporção que ellas saõ menos civilizadas , e melindrosas , menos perigo experimentaõ nos seus partos , de maneira que as salvagens naõ parem com mais resguardo do que as feras , que lhes fazem companhia nas suas hiermas habitações. Mas já que as grandes Sociedades nos tem affastado taõ grandemente do que deveríamos ser , naõ devem as mulheres em tal estado tratar-se com tanta indifferença.

Muitos saõ os Authores , que dignamente tratáraõ de partos , e do modo , por que se devem portar as mulheres que estáõ para parir : a elles pôde recorrer quem quizer instruir-se nesta materia , que me levaria mui longe do meu objecto principal , que he a criança , a qual já vou suppôr nascida (1). Em geral só direi , que nunca deve a parturiente prevenir os seus esforços para o parto , ou , segundo a expressão vulgar , tomar puxos antes do tempo , em que o colo do útero se acha inteiramente dilatado , condição essencial-

men-

(1) Baudelocque , Mauriceau , Smellie , Levret , Buzos , Roederer , Saxdorf , e outros de igual nota.

mente precisa. A violencia das dores, e o mesmo impulso da natureza a obrigarão a este acto. Ao parteiro porém dará a conhecer, que he chegada a occasião, o conhecimento fysico do estado do utero.

Nascida pois a criança, a primeira cousa que ha para fazer he cortar-se-lhe o cordão umbilical. O pedaço que fica da parte da mãe, nunca se deve ligar; e o que fica da parte da criança, deve ser ligado o mais depressa que for possível: he preciso porém advertir que nas crianças, que por abundância de sangue motivada pela demora, e trabalho do parto, nascem com o semblante arroxado, ou denegrido, só se deve fazer a ligadura, depois de se deixar correr do cordão algum sangue (1).

O modo de fazer a ligadura he atar o cordão com

(1) Huns procuraõ fazer esta operaçao o mais breve que podem; outros costumaõ differilla alguns minutos. Baudelocque he da opinião daquelles, e diz que a razão que o move, he ver que a criança precisa de ar puro, e temperado, o qual só pôde convir á delicadeza de seus orgãos; e que aos pés da mãe só respira hum ar humido, e infectado.

O costume geralmente abraçado he fazerem-se duas ligaduras, huma da parte da mãe, outra da do feto. Diz o mesmo Author (pag. 288. Part. I.) que estas ligaduras não parecem ser essencialmente necessarias na ordem natural. O cordão cortado algumas pollegadas abaixo do embigo, lança meia onça, ou, quando muito, huma onça de sangue; por cuja razão, conclue o mesmo Author, esta ligadura he desnecessaria no primeiro movimento, e em algumas circunstâncias nociva. As crianças que abundão de sangue, e que tiverão hum nascimento mais trabalho, e demorado, vêm com o semblante livido, e com embaraços sanguineos nas principaes entradas: neste caso he preciso fazer-lhe huma sangria pelo cordão cortado; e se for anticipadamente feita a ligadura, esta, retendo o sangue que devêra correr, poderá causar-lhes a morte. Quando porém a criança nasce fóra destas circunstâncias, então he melhor proceder de antemão á ligadura da parte da criança; não porque essa pequena por-

16 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

com fisco, ou seis fios de linha ordinarios duas pollegadas abaixo do embigo, dar depois segunda volta, e apertar sufficientemente com dous nós. Se o cordão vier

ção de sangue a haja de matar; mas para que he perdeu tem necessidade?

Da parte da mái porém nunca se deve ligar o cordão; porque além de não ser preciso, he muitas vezes prejudicial, embaraçando a diminuição do volume da placenta, ou pareras, o que pôde difficultar, ou impossibilitar a sua sahida; e isto he muitas vezes de grande consequencia. Esta he a prática, diz o Author citado, que sempre segui, e ensinei. E Smellie antes delle já tinha reconhecido todas as vantagens desta mesma prática.

Algumas crianças nascem em tal estado de debilidade, que mais parecem mortas, que vivas. O semblante palido, e os membros frôxos, e infensiveis, daô indicios da vizinhança da morte. A estas, diz Plenck no seu *Tratado da Arte Obstetricia* pag. 67., não se deve cortar o cordão umbilical, excepto no caso de já estar a placenta despêgada do utero; mas primeiro se deve cuidar em animalas. As crianças porém que nascem vigorosas, quer elle que logo se ligue o cordão, no que concorda com Baudelocque; mas este nem ainda no caso de summa debilidade admitté demora. A razão, que persuade a Plenck, e aos que o seguem, a não cortar immediatamente o cordão em caso de destalecimento, he a falsa persuasaõ de que a criança ainda fóra do utero he vivificada pelo sangue da mái; mas esta precauçaõ, diz Baudelocque, não só he inutil, mas pôde ser muito nociva; inutil porque a passagem reciproca do sangue do utero para a placenta já a este tempo se não faz; e a circulação no cordão está quasi extinta; nociva porque por este esperado socorro he a criança privada de outros mais reaes, e efficazes, que só lhe podem ministrar depois de apartada da mái.

Deve-se pois neste caso de grande debilidade separar logo a criança, e depois tentar as fricções seccas feitas por todo o corpo: deve-se introduzir no bofe o bafo de huma pessoa adulta, unindo boca com boca, irritar o nariz com as barbas de huma penha, e deitar pela boça huma colher;

vier cheio de gordura, ou de fôro, recommends Bau-delocque que se faça segunda ligadura quatro, ou cinco linhas abaixo da primeira; porque esta ainda que pareça sufficientemente apertada, não he bastante para impedir o impulso do sangue; pois algumas vezes se tem visto morrerem crianças de hemorragias pelo cordão nos dous dias seguintes ao parto, por se lhes não ter feito bem a ligadura. Outros, como Plenck, mandaão fazella cinco, ou seis pollegadas abaixo do embigo, e que se corte outra pollegada abaixo, para depois se voltar esta parte para sima, e fazer-se segunda ligadura sobre a primeira. Mas o comprimento dado ao cordão he muito; e em quanto ao mais vem a dar no mesmo; porque em todo o caso o cordão se volta para sima, e fica unido á criança. A condição pois essencial he que a ligadura se faça com linho, e não com seda, e que fique sufficientemente apertada, mas de fôrma que o aperto corte o cordão.

Algumas parteiras, presumidas de mais intelligentes, com os dedos espremem para sima o cordão, introduzindo na criança o sangue, e linfa contidos nelle. Este costume he pessimo, porque assim se mette nos vasos da criança hum sangue alterado pelo toque do ar. Outras ao contrario espremem o cordão para baixo, persuadidas de que neste pouco de humor que sahe, se lança fóra o *germen* de muitas enfermidades para o futuro. Isto he futil; mas daqui nenhum mal pode vir nem á mãe, nem á criança.

C

C A-

nha de agua com huma, ou duas gottas de Alkali volatil. Algumas crianças, diz o mesmo Author, a quem escaçamente se prestáraão alguns destes soccorros, ou talvez a quem os tinhaão negado por se supporem mortas, foraão achadas vivas muitas horas depois dentro dos pannos, em que já as tinhaão como enterradas. O que faz crer, que se poderia salvar grande número de outras, se mais seriamente se cuidas- se na sua conservação.

CAPITULO III.

Do quanto he nocivo o frio no instante do nascimento.

Que diz Mr. Armstrong, pag. 148, me parece taõ arrazoado, que merece bem ser copiado. Antes de entrar, diz elle, a tratar miudamente do modo de alimentar, e dirigir huma criança, creio ser necessário dizer de antemão, que todas as cautelas saõ poucas para se resguardar do ar frio huma criança quando nasce. Insisto mais nesta advertencia, porque, principalmente entre o povo miúdo, o ar frio he a origem mais ordinaria das doenças das crianças, e a causa primeira da sua morte: he importantíssima a persuasão desta verdade. Quantas vezes naõ temos ouvido dizer, que huma criança sendo ao nascer bella, forte, e bem feita, nunca pôde medrar? Se bem considerarmos a repentina passagem que faz a criança do seio da mãe para o ar atmosferico, ainda em hum quarto que naõ he frio, faz admiração que naõ seja logo traspassada de frio, principalmente de Inverno. Além disto acontece muitas vezes que a parteira, e as de mais pessoas presentes se interessão tanto pela mãe depois de hum parto mais trabalho, que pouco cuidão da criança, se he que de todo se naõ esquecem: e he o que ordinariamente succede entre a gente menos bafejada da fortuna, por falta de pessoas, que nesta occasião lhe prestem os officios de humanidade. Por isso as suas crianças mais vezes saõ tomadas do frio, e do defluxo.

O frio no acto do nascimento, ou hum defluxo, expõem as crianças a outros accidentes, que injustamente se attribuem a causas diferentes. Fui huma vez chamado para ver huma criança de quasi quatro meses,

zes , a qual havia quatro dias estava atormentada de dores pelo ventre , com diarrhea aquosa ; e aphthas. Em virtude de hum tratamento conveniente a febre se dissipou , e as aphthas desappareceraõ. Pouco depois tornou a adoecer , e morreo. A criança tinha sido criada á maõ , porque a mái naõ estava em estado de lhe dar de mamar. A mulher que a creava me disse , que ella nunca medrára por effeito de hum frio , que apanhára no seu nascimento. Naõ aproveitando os remédios prescritos na recahida , pedi a permissão de a abrir.

Achei os intestinos saõs , mas vazios ; o figado , e o pancreas em bom estado , menos a parte convexa do figado , que estava muito adherente ao diafragma. O baço era de notavel pequenhez , formando huma estreita adherencia com o estomago em todos os pontos , em que dantes havia contiguidade ; o que , segundo entendo , embaraçou o seu crescimento. O estomago mostrava naõ ter tido lesaõ ; mas na parte em que a borda superior do baço lhe estava adherente , as tunicas eraõ taõ delgadas , que bastava tocar-lhes brandamente para se despedaçarem.

Quando vi estas adherencias , perguntei se a criança fôra sujeita a febres. Sim , me differaõ ; e muitas vezes de máo carácter , logo do seu nascimento. Com tudo a criança tomava bem pelo commum os seus alimentos , e mostrava mais nutriçaõ , do que se devia esperar do seu estado doente. Quiz saber porque a tinhaõ tratado com tanta negligencia quando nasceo. Respondeõ-me , que immediatamente depois do parto a parteira fôra chamada pelo seu marido , que estava em baixo , e que ella descêra precipitadamente , deixando a criança aos pés da cama , aonde ficou perto de meia hora. Foi muito desprezar a mái , e a filha. He para desejar que tal imprudencia nunca succedesse ; e que huma parteira em taes circunstancias naõ tenha negocio de maior importancia.

20 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

As adherencias mencionadas não mostravaõ bem ; que houvera alguma inflammaçao nas partes attacadas ? A sangria ou com a lanceta , ou com as sanguesugas , não feria util depois de hum frio taõ forte , principalmente havendo febre ?

CAPITULO IV.

Qual seja o verdadeiro modo de lavar as crianças.

HE para lastimar que até nas coufas , que á primeira vista mostraõ ser palpaveis , Authores de reconhecido merecimento figaõ veredas taõ oppostas , que da sua liçaõ mais se tire perplexidade , do que verdadeiro conhecimento do que devemos praticar. Isto he o que succede quando trataõ da lavagem das crianças : escolhamos porém de cada hum o que a razaõ apadriinha , não nos cegando com o espesso véo da autho-ridade.

As crianças quando sahem do utero , não só trazem nos intestinos , na baxiga , e ainda no estomago excrementos , que devem ser expellidos ; mas vem mais , ou menos cubertas de huma pommada viscosa , sedimento do liquido em que estiveraõ mergulhadas ; e que ao nascer lhes he utilissima , pois serve de sabão para melhor escorregarem quando vem á luz. Esta pomma- da porém depois de nascidas em vez de util se torna prejudicial , estorvando a livre transpiração da pelle : he por tanto essencial o cuidado da sua limpeza ; porque em geral a base da saude he a regularidade com que se faz a transpiração insensível.

Quasi todos concordaõ em que a primeira lavagem deve ser morna. A agua pura he o liquido proprio ; e se for muito tenaz esta pommada , poder-se-ha desfazer na agua hum bocado de sabão , que falcitará a limpeza. Deve-se rejeitar o costume de ajuntar man-tei-

teiga, ou quaesquer outras substancias oleofas, com que alguns pertendem desfazer melhor este grude. Nem taõ pouco se use de liquidos espirituosos. Os Francezes misturaõ duas partes de agua a huma de vinho: só admitto esta porçoão de vinho no caso de nascer a criança muito debil, e desanimada. Mr. Hamilton em geral condenma toda a sustancia espirituosa, ainda neste caso que justamente exceptuo: mas os motivos que dá saõ a favor da mesma excepçao; pois diz, que o vinho em lavagem entra pela pelle, e vai fazer o mesmo que se fosse ao estomago; mas esta he a mesma razaõ, por que o applico, alias era baldado o trabalho. Quando diz que se podem irritar os olhos com alguma porçoão que nelles caia, que pezo nos pôde fazer, se está na maõ de quem lava o evitar este damno?

Deve-se continuar esta lavagem com agua morna regularmente todos os dias, lavando a cabeça, e todo o corpo, e havendo sempre cuidado de visitar os sovacos, e verilhas, por serem partes que com facilidade se ferem; e caso que ou por menos cuidado, ou por se não poder evitar, se formem taes excoriações, não he preciso mais que apolvilhallas com pós do cabello puros, e sem mistura de cal, que costumaõ fraudulentamente ajuntar no commercio.

Passado o primeiro mez, no qual se terá sempre usado de lavagem morna, pouco e pouco se deverá ir passando a lavallas com huma esponja molhada em agua fria. Ainda que isto a principio cause alguma leve estranheza, em pouco tempo não só supportaõ com indifferença a simples lavagem, mas até com a continuaçao chegaõ a gostar dos mesmos banhos frios na força do Inverno.

A razaõ que me convence a aconselhar o uso da agua tepida no primeiro mez, e a ir depois passando devagar á lavagem a principio com a esponja molhada he, I. o lembrar-me dos gravissimos danos, que

Mr.

22 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Mr. Armstrong observou sobrevirem às crianças, que por imprudencia eraõ expostas ao frio logo que nasciaõ : II. saber que ainda depois de limpa esta substancia viscosa, de que vem cubertas, o tecido cellular fica embebido de superabundancia de muco, o qual se conservaria fixo, se nos primeiros dias se usasse da agua fria, naõ podendo reslover-se, nem dissipar-se pela transpiraçao o que se consegue com a tepida : III. a demasiada sensibilidade com que nascem naõ sofreria bem o rigor da agua fria, muito principalmente de Inverno ; e naõ deixa de haver observações fúnebras de convulsões, causadas pelo anticipado, e indiscreto uso dos banhos frios.

CAPITULO V.

A utilidade dos banhos frios provada pela razão, pela prática dos Antigos, e pelo exemplo dos povos do Norte.

BEm contempladas as propriedades da agua fria, e da quente, manifestamente se conhece que os effei-
tos daquella devem ser oppostos aos desta. A fria cor-
robora, e dá tom á fibra animal; a quente a relaxa,
e enfraquece excessivamente. Naõ he pois indiferente
o applicar os banhos de huma, ou outra, como por
miseria ainda hoje em dia alguem pensa. He necessa-
rio o exacto conhecimento do estado do corpo, a que
se haõ de applicar. A fibra das crianças he molle, fro-
xa, e quasi sem acção; pelo que mal se pôde accom-
modar com os continuados banhos da agua morna, que
lhes aumenta a sua natural languidez, e inercia. Saõ-
lhes logo unicamente applicaveis os da agua fria, que
seguramente emendaõ aquelles defeitos inseparaveis da
sua primeira organizaçao. Isto em quanto ao que sim-
plesmente dicta a razão.

Si-

Sigamos exactamente este uso, se quizermos des-de logo dar huma tempera rija ao corpo das crianças, e fazellas insensiveis á intemperie das estações. A seu tempo tainbem os poderemos gradualmente ensinar a soffrer o ardor dos mais quentes dias do anno, para que em todas as circunstancias, em que pelo decurso da vida se acharem, supportem sem trabalho o excessivo rigor do frio, e o ardor do Sól.

Mas esta saudavel prática será sem dúvida embargada pela cega ternura das mãis, que resguardando ieus filhos até do mesmo ar puro, os vaõ dispondo a serem mais melindrosos, que o vidro. Enganai-vos, mãis crueis, pois por mais que confieis na vossa riqueza, e estudo melindre, naõ os podereis libertar das leis da natureza. Ellas abrangem a todos; e se algum escapa, he só aquelle que naõ procura fugir-lhes. Procurais, he verdade, poupar-lhes o pequeno incommodo de hum banho de agua fria. Para que se naõ constipem, dizeis vós, tragamo-los sempre abafados: o calor he quem os cria. E com effeito conseguís trazellos pouco menos que em huma estufa; mas quanto o naõ sentiráõ, quando se virem froxos, languidos, sem aquelle vigor, e alegria, que só pôde dar a saude? Ensinai por tanto a vossos filhos a supportarem com igualdade de animo aquillo, que depois naõ poderá evitar. Preparai-os anticipadamente a todos os accidentes, que pela mobilidade das coufas, ou pela encadeaçãõ dos successos, se levantaõ no meio das maiores felicidades. Este será o melhor patrimonio, que lhes podereis deixar.

Naõ he muito para admirar que depois de hum mez se vaõ insensivelmente costumando as crianças ao toque da agua fria, quando os antigos (*) Germanos, e os (**) Celtas hiaõ mergulhar seus filhos na corrente

(*) Galeno. (**) Aristoteles na sua Politica.

24 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

te de hum río, logo que sahão do utero, pertendendo assim conhecer a força do recemnascido, bem como aquelle que para dar tempera ao ferro, o mette ein braza dentro da agua fria. Estes eraõ, diz Galeno, aquelles corpos, cuja estatura, e robustez faziaõ espanto aos Romanos. Mais do que isto fazem no Brasil alguns Gentios; pois consta que as mulheres imediatamente acabaõ de parir, vaõ com seus filhos recemnascidos metter-se na corrente dos rios. Estes saõ aquelles homens, cuja força, e vigor admiráraõ os Europeos, e ainda hoje em dia se admiraõ.

He porém grandissimo absurdo querer sem limitação imitar o exemplo destes povos, tendo nós hum genero de vida tão diferente. Os nossos corpos tão pouco capazes de soffrer a impressão de hum frio repentinaõ; a nossa vida molle, e delicada; a nossa educação, que não he certamente para comparar com a das mulheres daquelle tempo, nos fazem perder todas as vantagens, que prudentemente se poderiaõ esperar destes primeiros banhos. Seria preciso ter a mesma robustez de fibra, que tinhaõ os filhos daquelles antigos Celtas, e Germanos, para tirarmos de tal prática o mesmo fructo que elles. Vivamos do mesmo modo, e nossos filhos supportaráõ o que supportavaõ os seus.

Naõ só temos nos Antigos que notar, a respeito dos banhos frios das crianças; mas tambem sabemos que ainda os adultos, e velhos naõ receavaõ tomallos como remedios efficazes. Seneca, este Filosofo, cujas sentenças tem servido de texto aos mais consummados dos modernos, diz, que elle, se bem que muito entrado em annos, se servia delles pelo Inverno. Dir-me-haõ que talvez Seneca o fizesse levado da austerdade dos principios da sua Filosofia: embora assim fosse; o que faz ao nosso caso he a certeza, que dá de lhe fazerem beneficio. E que se dirá de Horacio? Sabemos que-

que nenhuma Seita o arrastava , e que naõ pertendia affectar as austeridades dos Estoicos. Todavia elle nos affirma , que na força do Inverno se banhava em agua frigidissima (*) :

*Gelidâ cum perluor undâ
Per medium frigus.*

Quem sabe qualquer cousa da Historia Romana , naõ ignora , que o Medico Musa curou a Augusto da Phthysica por meio de banhos frios. Os Romanos , em huma palavra , estavaõ taõ costumados a elles , e a passar de huma estufa ao ar gelado , que nos naõ devemos maravilhar de terem sido inalteraveis ao vento , e ás tempestades , ao nevado Inverno , ou ao Estio mais ardente. Nenhum soldado na campanha era ouſado a abrigar-se da chuva , e das injúrias do tempo , sem ficar com a nota de fraco.

Passemos aos póvos existentes ; que o seu exemplo tem mais força de inteiramente nos convencer. Todos os Authores do Norte , que fallaõ a este respeito , por huma bocca aconselhaõ , e recommendaõ os banhos frios ás crianças , havendo a prudencia assima exposta. Os Francezes ensinaõ quasi todos o mesmo. Dos escritos se vê , que os Sabios destas Nações educaõ seus filhos , como aconselhaõ aos mais que o façaõ. Quanto ao povo diz Mr. Grivel nestes termos (**) : Se este uso fosse contrario á saude , naõ veríamos no Norte de Alemania , na Polonia , e na Russia tanta gente , e sobre tudo os Judeos , metterem-se homens , mulheres , e meninos de toda a idade nos rios destas frias regiões sem reparo , nem escolha de estações. Que motivo os attrahiria a este hábito , se do banho frio lhes resultasse o menor prejuizo , e se ao contrario nelle naõ achassem

D

naõ

(*) Liv. I. Epistola 15. (**) *Theorie de l' Education.*

26 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

nao só utilidade, mas prazer? Sabemos que os Irlan-
dezes banhaõ seus filhos com agua fria em todos os
tempos. Com tudo menos sensiveis do que nós, nem
tem saude menos firme, nem vida mais curta. Os Ef-
cocezes, que lavaõ os seus no rigor do Inverno, achaõ
que a agua misturada de gélo lhes he mais proveitosa.
Isto mesmo confirma Locke (*).

Em Portugal, ainda que raras pessoas com as
crianças usem da agua fria, vemos que milhares de pes-
soas adultas, por meio dos banhos do mar, e do rio,
recuperaõ todos os dias huma saude vigorosa de ma-
neira, que os felizes sucessos observados por todos,
tem quasi feito passar a abuso este efficacissimo reme-
dio em infinitade de molestias.

De tudo o referido legitimamente se conclue, que
nada pôde embaraçar o prudente uso da agua fria pa-
ra com as crianças. Esta he sem dúvida a voz da na-
tureza; pois sendo o parto huma obra natural, e sen-
do precisa a lavagem, segundo está mostrado, parece
manifesto que só devemos usar da agua no seu estado
natural, que he fria. A quente, a que podemos cha-
mar nao natural, só se deve applicar quando o corpo
humano nao estiver no seu estado natural. E por isso
que contemplo entre nós as crianças recemnascidas fó-
ra deste estado, he que no primeiro mez aconselho a
agua morna, nao seguindo neste ponto a prática dos
Celtas, e Germanos; porque he preciso attender com
madureza, e circumspecção ao estado actual dos habi-
tantes da Europa, para vermos se em tudo lhes he ap-
plicavel a prática dos Antigos. Acafo terá degenerado
nesta parte do mundo a especie humana? Se degene-
rou, devemos fugir de algumas, e moderar muitas das
crises, que aos nossos antepassados eraõ saudaveis. Isto
tem

(*) Tratado da Educação.

tem tanta influencia no presente objecto, e em toda a economia animal, que me parece muito acertada a averiguacao destes problemas.

C A P I T U L O VI.

A especie humana tem degenerado, e sensivelmente degenera na Europa, e porque motivos.

A Constituicao dos Alemães, a melhor talvez de todos os povos da Europa, hoje em dia muito pouco corresponde á idéa terrivel, que nos dá Tacito daquelles vigorosos Germanos, cuja principal educaçao só tendia á fortificar o corpo, para se fazerem mais valentes, e temidos de seus inimigos. Quanto naõ differem os Francezes de hoje dos seus primeiros pais, cujo retracto nos deixou hum digno Escritor na seguinte forma (*): Os Gallos eraõ de figura agigantada; os seus tumulos, e os seus ossos no-lo mostraõ. Daqui se pôde ver quanto a especie tem degenerado, e que diminuicao se tem feito de dia em dia nas forças, e faculdades da nossa naçao. „

Os nossos Portuguezes, a fallarmos sem paixaõ, já naõ saõ aquelles bravos, e intrepidos soldados, que só com o seu nome faziaõ espanto aos povos mais temerosos na guerra. Quaõ raros saõ hoje os soldados, que podem manejar os instrumentos bellicos daquelle feliz tempo.

Se em fim lancarmos os olhos para estas formosas estatuas, que escapáraõ á voracidade do tempo desde a mais remota antiguidade, acharemos que fendo os olhos, bocca, e as de mais partes, que naõ podiaõ mudar, quasi as mesmas que as de hoje, todas tem as espadoas mais largas, os braços mais grossos, as per-

D ii

nas

(*) Mr. Laureau *Histoire de France avant Clovis.*

28 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

nas musculosas, em huma palavra, todas tem hum carácter de virilidade, que os mais habeis Statuarios do nosso tempo lhes naõ dariaõ, sem exceder a natureza. Ha por tanto toda a razaõ para affirmar, que a especie humana sensivelmente degenera na Europa. E que motivos causarão esta mudança? He provavel que sejaõ os seguintes.

A invençao da polvora, que reduzio toda a arte militar a principios, foi a epoca em que se entrou a desprezar a Gymnastica, fazendo-se huma revoluçao consideravel na educaçao da mocidade, que se naõ applicou como dantes a adestrar-se na carreira, e avigorar o corpo por meio dos muitos jogos, que os antigos conservavaõ.

A economia politica dos Estados da Europa, talvez terá concorrido em grande parte para esta degeneraçao. Ha de presente mais tranquilidade entre as nações vizinhas: ha homens pagos pelas Potencias, para defenderem seus Dominiõs, os quaes no tempo da guerra saõ vexados da miseria, e no da paz corrompidos, e arruinados pela libertinagem: á sombra destes, livres do cuidado de vigiar sobre a sua segurança, se estragaõ os outros em huma vida molle, effeminada, engolfados nos deleites, nos jogos, e em todo o genero de dissipação.

Huma cousa quanto a mim mais forte, que as precedentes, e que vem de huma moda abominavel, he o pernicioso costume de naõ serem as criancas criadas com o leite de suas mãis; de serem ligadas com faxas apenas nascem, e pelo tempo adiante com espartilhos, seguindo-se daqui hum modo de educar absolutamente opposto ás vistas da natureza.

O costume de algumas familias, que por sistema naõ casaõ fóra de hum pequeno círculo de pessoas, tem nellas feito notavel degeneraçao. A experiençia tem mostrado, que o meio de conservar naõ

só a especie humana , mas tambem a dos outros animaes , he cruzando as raças ; e quem for reflectindo verá , que aquellas pessoas que nasceraõ de nacionaes com estrangeiros , ou de nacionaes de diferentes Provincias , saõ mais bem figuradas , mais ageis , e de mais espirito. Os homens curiosos de cães , cavallos , &c. tem summo cuidado em cruzar as raças. E he cruel que nós cuidemos em melhorar a raça dos outros animaes , deixando quasi de proposito degenerar a propria especie ? He o que naõ poderiamos crer , se o naõ vissemos com os proprios olhos.

A habitaçao pouco saudavel de muitas ruas , e bairros das grandes Cidades ; o luxo de seus habitantes , que tem introduzido mil officios , e artes contrarios á saude já pela vida sedentaria , já pela má postura do corpo , devem entrar em conta. As longas navegações excitadas pela fome das riquezas , e pela ambicão de imperio naõ tem concorrido em pequena parte.

As duas novas , e terribilissimas enfermidades desconhecidas dos antigos , e que servem de universal flagello no seculo presente , as Bexigas digo , e o mal venereo , que grandissima parte naõ tem nesta nossa degeneraçao ?

As meretrizes tão dissolutas , e contaminadas nas grandes povoações , saõ certamente os patibulos , aonde milhares de mancebos valentes , e robustos vaõ cegamente dar inevitavel garrote á sua saude. Se fosse possivel evitallas , lucrariaõ muito os Estados ; senaõ , devêraõ vigiar sobre a saude destas funestas , e misericaveis mulheres.

Porque naõ seraõ tambem os charlatões , os mezinheiros , que em boa paz , e recebendo dinheiro , saõ verdadeiros assassinos do povo credulo ? Porque naõ seraõ aquelles , que sabendo apenas abrir huma veia , se encarregao de curar as mais delicadas molestias ? E

30 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

finalmente, porque não será a mesma Medicina manejada por mãos temerarias, e vulgares o quotidiano agente desta manifesta degeneração? He evidente que o modo de a evitar, ou ao menos de a diminuir, he não pôr em prática nenhuma daquellas cousas que a produzem: mas quão difícil he desfarragar costumes, que envelheceraõ já com nossos pais!

CAPÍTULO VII.

Como se devem vestir as crianças, e os abusos que ha a este respeito.

SÓ á força de nos obstinarmos em huma voluntaria cegueira, he que podemos deixar de conhecer a summa debilidade, e delicadeza das crianças recem-nascidas. Bastaria reflectir hum instante no modo, por que elles se conservaõ nove mezes no utero. Fomentadas pelo calor materno, e mettidas no meio de hum líquido temperado, e doce, requerem da parte dos pais, ou assistentes exactas providencias na passagem, que fazem daquella situaçao para a nossa atmosfera. He pois impossivel que não estranhem muito esta repentina mudança: por isso Mr. Armstrong tanto recomenda o cuidado de as livrar, quanto he possivel, da impressão do ar; o qual, ainda que seja quente, sempre o he menos que o líquido, em que até entaõ nadáraõ: e tudo era necessário para se não perturbar a economia animal de huma máquina tão melindrosa.

Esta delicadeza não só se manifesta ao nascer, mas dura muitos mezes. He porém de admirar, que conhecendo todos o estado de melindre, em que nasce huma criança, a queiraõ apertar, e cingir com rôlos de faxas, ou volvedouros debaixo do vaõ pretexto de a fortificar. Ella quandõ nasce não he mais, por as-

assim me explicar, do que hum composto de vasos sobre maneira tenros, pelos quaes devem continuamente correr liquidos, que sem perturbaçāo se distribuaçāo por todo o corpo. He por tanto bem facil de ver quanto será nociva qualquer pressāo mais forte em huma máquina, que pouco antes estava cercada de hum fluido taçāo apropriado.

Geralmente clamaçāo todos, que a criança he fraca, e he preciso fortificalla. Assim he; mas desgraçadamente os meios que se tomaçāo, saõ pelo commum contrarios ao fim pertendido. Se huma criança recem-nascida he fraca, naõ está por entaçāo em nossa maõ o vigoralla: a natureza com o andar do tempo he quem o ha de fazer. O mais que podemos conseguir he naõ contrariarmos as suas tengões, mas sim estudallas, para as seguirmos passo a passo.

A natureza no utero materno conservou sempre o feto em liberdade: e com isto nos ensina que depois de nascido lhe deixemos os membros livres, e o corpo desapertado, para que se vá fortificando com seus pequenos movimentos. Esta mesma liberdade se nos inculca pelo seu natural instinçāo; pois vemos que chorando muitas vezes huma criança em quanto está vestida, logo que a despein naõ só se cala, mas dá manifestos sinaes de contentamento, e satisfaçāo.

Segundo pois os dictames da natureza, a regra que a este respeito se pôde estabelecer he, que os vestidos de nenhuma sorte devem constranger as crianças, nem por apertados, nem tambem por demaziados. Cada naçāo tem seu diferente estilo de as vestir. O que se practica em Portugal naõ he máo, reformados primeiro alguns abusos.

Commummente se veste huma camisinha aberta por diante, a qual se volta para sima por se naõ sujar, e ser mudada a miudo; põem-se depois huma fralda, que deve cubrir o osso sacro, ou fundo do espinha-

32. TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

ço, nadegas, até quasi aos pés. Esta fralda em humas terras he de panno de linho já usado por se dar melhor com o corpo; e em outras de huma baetinha branca, e muito macia. Ajuntaõ hum cueiro de baeta quasi do mesmo tamanho; e por sima de hum maior tambem de baeta, que vem desde os sovacos a cubrir muito os pés. Este cueiro, á diferença do outro, sobrepõe á roda da criança, e he depois contido por huma faxa, ou volvedouro, que dá algumas voltas ao redor do ventre, e peito. Nos braços mettem huns manguitos, que se prendem nas costas de hum a outro com fittas.

Este modo de enfaxar he commodo; porque facilmente se podem alimpar as crianças sem o trabalho de as vestir de cada vez que se sujarem: mas he preciso reformar alguns prejuizos introduzidos pela ignorancia; e saõ I. que de modo nenhum se devem ligar os braços debaixo do volvedouro, como vulgarmente costumão pelo espaço dos oito, ou quinze primeiros dias, a titulo de assim lhes darem força nos bracinhos: este costume, além de barbaro, he opposto ao fim pertendido; pois delle não só resultaõ aleijões, que depois se imputaõ a outras causas; mas até verdadeiras paralysias. O modo de os vigorar he deixallos em liberdade. II. o volvedouro não deve dar muitas voltas, as quaes não devem passar de duas até tres, segundo a sua largura: e sobre tudo deve haver a prudencia de o deixar largo, de maneira, que só sirva de conter, e segurar os cueiros, e nunca de fazer o corpo delicado, como erradamente pertendem (logo direi os danos que nascem deste aperto). III. tanto os cueiros, como o volvedouro, nem sempre devem ser de lá. Deve-se regular isto pelas estações; mas he melhor que o volvedouro seja sempre de fazenda ligeira.

Este modo de enfaxar, havendo as cautelas mencionadas, parece-me conforme ao que requer a natureza.

reza ; porque fendo o volvedouro largo , anda a criança á vontade , e fica sempre sustentado o cueiro pequeno , e a fralda , que devem ser reformados , logo que a criança precise , sem o incommodo de a estar sempre despindo. O cueiro mais pequeno não he inutil , como talvez parecerá ; porque como este não passa do osso sacro , muito facilmente se mette , e tira , e embaraça além disto que o maior se suje : por isto deve ser sempre de baeta.

Além do que fica dito , a respeito de nunca se ter a criança de modo nenhum constrangida , devemos attender igualmente a duas couzas essenciaes á felicidade da sua conservação ; que são a muita limpeza , e que todo o seu fato seja sempre muito enxuto , assim como tambem o enxergaõsinho do berço : para o que haverá mais de hum , para melhor se revezarem ; e deverão ter grandes aberturas para se enxugar bem a palha , havendo cuidado de a renovar de tempos a tempos. Crianças nunca devem dormir senão em palha. A pouca attenção , que se dá ao que fica exposto , faz que a livre transpiração se perturbe ; que venhaõ defluxos , diarrheas , excoriações nas virilhas , e nadegas ; o que tudo atormenta horrivelmente estas pequenas , e muito sensíveis criaturas.

Algumas Commadres fazem huma cataplasma , a que chamaõ estopada , que he a mistura de hum ovo com vinho , na qual se ensopa huma estriga de linho , e com ella se cobre a cabeça da criança , atando-se por sima hum lencinho. A razão , que costumaõ dar he , que isto compõe , e fortifica a cabeça : razão futil , e tão pouco convincente , que este costume por si mesmo está quasi esquecido. Depois de lavada a cabeça , não se lhe deve pôr nada , nem tão pouco pertencer endireitalla com as mãos , segundo o vaõ capricho destas mulheres ignorantes do seu officio. O mais que se lhe deve pôr , he hum barretinho , ou touca de

E

pan-



panno branco, que não aperte a cabeça, mas que a cubra. Tudo o que passar daqui he nocivo; porque, além de se pegar esta massa ao cabello, que depois se não tira sem custo, he hum capacete, que embaraça a transpiração, e pôde causar danos de maior cuidado.

Vem agora a propósito o fallar de hum prejuizo muitas vezes funesto; e he que dous, ou tres dias depois do nascimento algumas crianças tem os peitos inchados, duros, e doridos por effeito de hum humor semelhante a leite. Neste caso costumaõ as Commadres presumidas de mais espertas, espremer o dito humor, sem se condoerem dos sinaes de dôr que mostraõ estes innocentes. Tem para si, que lhes fazem grande beneficio; mas infelizmente os effeitos saõ contrarios; porque, além dos tratos que lhes fazem, daqui se originaõ inflamações difficeis de emendar, e que ás vezes deixaõ defeitos para o futuro. Quantas más se queixarão de não poderem criar seus filhos por falta de leite, sem talvez advertirem que não foi da natureza que receberão este mal, porém sim da cega ignorância daquellas, que por caridade as maltratáraõ? He tambem para lembrar que nunca se devem pregar os vestidos com alfinetes; mas que só se usará de fittas. Os alfinetes saõ muitas vezes a causa dos seus gritos repentinos, de doenças, e até de mortes. Mr. Underwood refere, que huma criança depois de chorar desesperadamente, cahio em convulsões, cuja causa nunca se pôde descubrir, senão depois de morta; porque entao, tirando-se o barrete que se lhe deixou por causa da molestia, se vio que tinha hum alfinete cravado na molleira. Este unico exemplo he capaz de fazer abominar hum costume tão perigoso.

Naõ bastará ter dito em geral, que as crianças nunca devem sofrer o menor aperto nos seus vestidos, por ser esta a voz da simples natureza, que desde o

prin-

principio as conservou sempre livres no ventre materno : he preciso esmiuçar hum pouco mais os funestos damnos , que provêm do aperto taõ geralmente feito a estas máquinas taõ delicadas. Em objectos de tanta ponderaçao até a prolixidade he permittida , e principalmente para com o povo , que mais se leva do temor dos males , do que da esperança dos bens.

Com o aperto duas cousas pertendem as pessoas , que cuidaõ deitas miseraveis innocentes , fazer-lhes o corpo bem feito , e dar-lhes força ; mas succede tudo pelo contrario. Os póvos a quem vulgarmente chamamos selvagens , talvez só por se affastarem menos da natureza , saõ pela relaçao de todos os viandantes os mais bem proporcionados , os mais bem feitos , e os mais robustos , e valentes. Entre elles naõ se vem nem aleijados , nem taõ pouco eorcovados : todavia naõ criaõ seus filhos prezos , e constrangidos com faxas : livres , e contentes naõ supplicaõ com seus vagidos a liberdade de seus tenros membros. Esta he a prática dos Japonezes , dos Indios , e de outros póvos da America meridional. Na Virginia , no Oriente , e em especial na Turquia naõ se faz outra cousa : e naõ nos saõ elles superiores na proporçaõ , e valentia ? He facto constante. Se fosse precisa a arte para haver hum corpo perfeito , he manifesto que naõ haveria hum só animal , de qualquer especie que seja , bem constituido , e bem formado ; pois sabemos que todos saõ creados á vontade , e em plena liberdade. Só nós seremos exceptuados ? Naõ duvido que haja quem o diga ; porque tal haverá , que se dê por muito injuriado unicamente pelo compararem com hum animal.

Com o aperto dos vestidos o succo nutritivo , que devia circular uniformemente por todo o corpo , achan- do resistencia em certas partes , acode em maior quan- tidade para aquellas aonde a naõ encontra : esta he a lei geral da circulaçao. Desta desordem da distribuiçao

E ii do

36 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

do nutrimento resulta, que humas partes haõ de crescer mais do que outras, perdendo-se deste modo o equilibrio da economia animal, e por consequencia a saude, e em alguns casos a propria vida. A cabeça, que está como separada do tronco, pela maior abundancia de succo nutritivo que recebe, se faz de huma grandeza monstruosa (*). Tem-se observado que as crianças, que forão creadas sem aperto, tem a cabeça mais pequena, do que as que o sofrerão. Quem quer pois conhece o perigo que corre huma máquina em tal desordem, quando da sua proporção, e equilibrio depende a sua feliz conservação.

Achando tambem o sangue resistencia nas partes comprimidas, de necessidade ha de refluir para as internas. Diminue-se por consequencia a transpiração insensivel taõ necessaria á saude; e dahi vem o augmento de todas as outras secreções, e excreções: augmentaõ-se a ourina, a evacuação do ventre, o muco do nariz, e dos bronchios, &c. Isto he desordem; e della só devemos esperar molestias.

Para que venhaõ a ter figura delicada, e esbelta, no peito, e na cintura he aonde fazem maior aperto: e esta he justamente a parte, aonde o podiaõ fazer com maior danno, por conter entranhas essenciaes á vida. Apertado o peito, o bofe naõ se pôde dilatar perfeitamente; por conseguinte nem se pôde bem nutrir, nem crescer. Daqui provém necessariamente a debilidade desta preciosa entranha, que tanto influe na debilidade, e desordem do todo. Esta juntamente com as assembléas, aonde se respira hum ar abafado, e nefitico, e com o abuso das bebidas da moda, he a principal origem de tantas pessoas physiscas, e doentes do peito, como taõ geralmente se vem hoje em dia em Lisboa.

O

(*) Vandermonde, tom. 2. pag. 17.

O estomago da sua parte não padece pouco. Aperta-se a cintura, comprime-se o estomago, e sucede-lhe o mesmo que ao bofe: não se nutre perfeitamente, não cresce, como devêra, e vem daqui a sua debilidade. Não será esta huma das principaes causas de tantas doenças de estomago, que hoje se observaõ em especial no bello sexo? E quem ignora que havendo hum máo bofe, e máo estomago não pôde haver saude?

A' vista de males tão manifestos, tão vulgares; e grandes, não feria temeridade esperar inteira reforma sobre este prejuizo cruel, se por outra parte não soubesse, que he mais facil conquistar hum Reino, do que desfarrigar abusos, que tem por defensores a moda, e o capricho. A estes males, causados pelas faxas, e que comprehendem ambos os sexos, se seguem os que fazem os espartilhos, principalmente nas meninas; mas chega a tanto a indiscrição, e barbaridade de alguns pais, que até praticaõ o mesmo com os meninos, em quanto não chegaõ a certa idade. Quem o creria, se o não visse!



CAPÍTULO VIII.

Do quanto diz respeito ao modo de nutrir as crianças.

ARTIGO I.

Se deve mammar logo na mão; e quando há de ser a primeira vez.

Alguns tempos antes do parto já se observa nos peitos hum líquido, que de dia em dia se vai fazendo amarellado; e he o que se tira, mugindo nos primeiros tres dias do parto. No quarto he que ordinariamente acode hum leite muito delgado, e a que bem podemos chamar sôro; e esta affluencia de leite vem pelo commum acompanhada de alguma febre, que muitas vezes dá que fazer pelos erros dieteticos commettidos nos primeiros quatro, ou cinco dias; porque assentando-se geralmente que a parida precisa de muita substancia pelas evacuações do costume, a enchem de caldos gelatinosos, de fatias, vulgarmente chamadas, de parida, coufa indigestissima, e de quanto se crê pôde dar força. Ao mesmo passo que nestes primeiros dias se deveria fugir de carnes, desses caldos de sustancia, &c. contentando-se com as hervas, e fructas da estação, e quando muito, por attender ao costume dos Portuguezes, com algum caldo de gallinha muito ligeiro. Se assim se fizesse, estou bem certo de que não haveria tantas desgraças sobre partos. Mas isto pede hum discurso particular, que bem merece a attenção dos Medicos.

Este líquido amarellado, que já na occasião do parto se observa nos peitos, e depois o leite foroso, que

que acode ao terceiro, ou quarto dia, vem a ser o purgante com que a natureza quer que se purguem os recemnascidos; porque todos trazem mais, ou menos quantidade de certo humor (*) viscoso, que lhes forra o estomago, e os intestinos; o qual deve ser exactamente evacuado, porque da falta desta evacuaçāo se originaõ enfermidades, que ás vezes saõ mortaes. Todos os outros animaes, governados tão sómente pelo instincto, isto he, pela voz da natureza, mammaõ, assim que podem, o primeiro leite das mãis que os criaõ, o qual pouco a pouco lhes vai limpando as primeiras vias deste humor assima dito, que em quasi todos se observa, sem de tal receberem o menor damno; e como o poderiaõ receber da exacta observancia dos dictames da natureza! Por huma perfeitissima analogia dizemos, que o remedio destinado por esta sábia guia he o primeiro leite da māi, o qual em tudo corresponde ás suas intenções.

Outro qualquer leite he improprio, e damnoso, naõ só por naõ ter a precisissima virtude de purgar, mas tambem por ser mais grosso, e nutritivo, e por isso superior ás forças de hum estomago ainda em extremo debil. Mas por desgraça persuadida muita gente, de que a natureza he em tudo comnosco diminuta, e até opposta, suppõem este primeiro leite venenoso: pelo que recommenda, que as mãis o lancem fóra; e, fiada nos seus expedientes, aconselha certas drogas, e remedios, de que faz depender a felicidade destas miseraveis criaturas, sacrificadas ao capricho, e á ignorancia até de huma parteira. Estes remedios variaõ segundo as Provincias; porque em humas he a gemina de ovo com assucar, em outras o xarope de xicorea composto, ou simples, e em outras mel com huma pin-

(*) Em termos facultatiuos Meconio, e vulgarmente Ferado.

CAPÍTULO VIII.

Do quanto diz respeito ao modo de nutrir as crianças.

ARTIGO I.

Se deve mammar logo na māi ; e quando ha de ser a primeira vez.

Alguns tempos antes do parto já se observa nos peitos hum líquido, que de dia em dia se vai fazendo amarellado; e he o que se tira, mugindo nos primeiros tres dias do parto. No quarto he que ordinariamente acode hum leite muito delgado, e a que bem podemos chamar sôro; e esta affluencia de leite vem pelo commum acompanhada de alguma febre, que muitas vezes dá que fazer pelos erros dieteticos commettidos nos primeiros quatro, ou cinco dias; porque assentando-se geralmente que a parida precisa de muita substancia pelas evacuações do costume, a enchem de caldos gelatinosos, de fatias, vulgarmente chamadas, de parida, coufa indigestissima, e de quanto se crê pôde dar força. Ao mesmo passo que nestes primeiros dias se deveria fugir de carnes, desses caldos de sustancia, &c. contentando-se com as hervas, e fructas da estação, e quando muito, por attender ao costume dos Portuguezes, com algum caldo de gallinha muito ligeiro. Se assim se fizesse, estou bem certo de que não haveria tantas desgraças sobre partos. Mas isto pede hum discurso particular, que bem merece a attenção dos Medicos.

Este líquido amarellado, que já na occasião do parto se observa nos peitos, e depois o leite sorofo, que

que acode ao terceiro, ou quarto dia, vem a ser o purgante com que a natureza quer que se purguem os recemnascidos; porque todos trazem mais, ou menos quantidade de certo humor (*) viscofo, que lhes forra o estomago, e os intestinos; o qual deve ser exactamente evacuado, porque da falta desta evacuaçā se originaõ enfermidades, que ás vezes saõ mortaes. Todos os outros animaes, governados taõ sómente pelo instincto, isto he, pela voz da natureza, mammaõ, assim que podem, o primeiro leite das mãis que os criaõ, o qual pouco a pouco lhes vai limpando as primeiras vias deste humor assima dito, que em quasi todos se observa, sem de tal receberem o menor damno; e como o poderiaõ receber da exacta observancia dos dictames da natureza! Por huma perfeitissima analogia dizemos, que o remedio destinado por esta sábia guia he o primeiro leite da mãi, o qual em tudo corresponde ás suas intenções.

Outro qualquer leite he improprio, e damnoso, naõ só por naõ ter a precisissima virtude de purgar, mas tambem por ser mais grosso, e nutritivo, e por isso superior ás forças de hum estomago ainda em extremo debil. Mas por desgraça persuadida muita gente, de que a natureza he em tudo comnosco diminuta, e até opposta, suppõem este primeiro leite venenoso: pelo que recomienda, que as mãis o lancem fóra; e, fiada nos seus expedientes, aconselha certas drogas, e remedios, de que faz depender a felicidade destas miseraveis criaturas, sacrificadas ao capricho, e á ignorancia até de huma parteira. Estes remedios variaõ segundo as Provincias; porque em humas he a gemma de ovo com assucar, em outras o xarope de xicorea composto, ou simples, e em outras mel com huma pin-

(*) Em termos facultativos Meconio, e vulgarmente Fersado.

pinga de agua , &c. De tudo isto o mais inocente he o mel : naõ será porém muito melhor usar daquillo que a natureza nos offerece ? Para que havemos de suppôr que todas as crianças nascem logo sujeitas ao imperio da Medicina curativa ? Sigamos os passos da natureza ; conformemo-nos com os outros animaes , e seremos taõ felizes , como elles. Isto todavia naõ he dizer , que deixará de haver hum , ou outro caso , em que seja logo preciso usar de alguns remedios ; mas isto deve ser por conselho de Medico muito habil , e naõ por costume , ou arbitrio de huma parteira. Vamos ver quando deve mammar a primeira vez.

Na suposiçao de que o primeiro leite he ruim , quasi geralmente se recusa nos primeiros tres dias dar de mammar á criança , a pezar dos seus vagidos , e dos finaes com que o pede. Isto he huma semi razaõ , e sem dúvida deshumanidade. A natureza sepára o leite , a criança busca-o aniosamente ; mas a rebeldia , e dureza de quem a tem a seu cargo , lho nega. Os Administradores do Hospital das paridas em Londres forao os primeiros que em Inglaterra ordenáraõ , que as crianças houvessem de mamar , logo que parecessem desejar a mamma , que he sempre dez , ou doze horas depois do parto ; e conheceo-se bem no Hospital o fructo desta prática , até entaõ desprezada. Todos os Authores , que tem em nossos dias escrito de partos , o aconselhaõ. Todos os animaes , com o seu exemplo , no-lo estaõ ensinando. Finalmente a razaõ o dicta , e devemos obedecer a seus mandos. Naõ podemos por tanto deixar de consentir que as crianças mammem , logo que peguem no peito , sem fazermos violencia á natureza , donde nasce naõ só o prejuizo da criança , mas tambem o da māi , como logo se mostrará.

ARTIGO II.

Todas as mães saõ obrigadas a criar seus filhos.

Toda aquella mãe, que, sem causa mui justa, deixa de criar seus filhos, ultraja a natureza, que he nesta parte obedecida de todos os outros animaes, que constante, e carinhosamente criaõ os seus. Aquella que procede de outro modo, he verdadeiramente meia mãe; porque deixa a sua obra imperfeita, e ainda em menos de meio caminho. He verdade que o nutrio no seu ventre por nove mezes, mas entaõ naõ estava em sua maõ deixar de o fazer: depois que o vê, e que o ouve supplicar o alimento, que a natureza providamente lhe prepara, quasi sempre com pretextos frivulos se obstina, e ensurdece aos seus clamores.

Ninguem pense que he indiferente á criança o ser creada com o leite da mãe, ou com o de outra mulher estranha. Naõ he preciso reflectir muito para conhecer a importancia deste objecto. Depois de ter sido alimentada por espaço de tantos mezes pelo proprio sangue da mãe, he evidente que entre ambas ha huma perfeita analogia; e que o leite preparado pelos órgãos do mesmo corpo, de quem recebeo o primeiro alimento, lhe he o unico conveniente, dado pela natureza, e preferivel a outro qualquer. Esta semelhança, confessada por todos os Medicos, que escreverão a este respeito, naõ he fructo de huma imaginação esquenta da, pois tem todos os caracteres de verdade. Para prova do quanto influe basta ver, que se o feto de huma cabra (*) for nutrido com o leite de huma ovelha; e que se o desta for creado com o leite de huma cabra, a lã da ovelha será mais aspera, e o cabelo

F

lo

(*) Aulo Gellio: *Dissertatio Favorini Philosophi.*

lo da cabra mais macio , do que saõ ordinariamente. Ainda mais , lançando os olhos para o que se passa no reino vegetal , facilmente se descobre que a fortaleza das arvores , e que a excellencia dos fructos dependem sempre da qualidade das aguas , e da terra , que lhes ministraõ a sua nutriçao de maneira , que huma planta fructifera , e excellente em hum terreno , se-rá esteril , e sem prestito transplantada para outro dif-ferente.

Pois se isto succede em toda a natureza , como se julgará indiferente o mammar huma criança o leite de sua propria mãi , ou o de huma ama mercenaria , que , além de nunca lhe poder ser taõ proprio , he mil ve-zes contaminado de molestias , que infallivelmente pas-saõ ás pobres innocentes , ás quaes muitas vezes se oc-cultaõ , para a seu tempo se manifestarem com mais violencia , e entaõ se attribuem a causas mui diversas. Naõ to arriscaõ a saude de seus filhos aquellas mãis , que indiscretamente se dispensaõ da sagrada obrigaçao imposta pela natureza ; mas tambem expõem a grandif-simo perigo as suas qualidades moraes ; pois talvez ie-ja da razaõ , e da experiençia , que da qualidade do leite , que tomaõ os primeiros mezes depende muito o seu caracter futuro. Naõ nos admirêmos pois , se tan-tas mãis honestas , e virtuosas tem o descontentamento de se verem reproduzidas em filhos pouco dignos del-las. Virgilio já conhecia isto taõ claramente , que que-rendo pintar hum coraçao duro , e deshumano , disse :

Hyrcanæque admorunt ubera tigres.

Hyrcanas tigres de mammar lhe deraõ.

Do exposto se vê que ás crianças lucrariaõ mu-to , se fossem creadas pelas proprias mãis : agora vou mostrar , que he tambem muito do interesse destas o crea-

crearem seus filhos. Não trarei á lembrança aquella doce satisfaçāo, que trasborda no animo de quem cumple com as suas obrigações; nem a ternura filial tão rara entre nós, e a que aliás qualquer mãe tinha sempre o direito de aspirar, criando seus filhos; nem o desgosto de ver huma mãe, que seu filho foge, e com razão, para os braços de quem o cria, fazendo pouco caso dos seus carinhos. Tudo isto he summamente attendivel, e merece hum discurso particular; mas como pertence mais ao Moral, do que ao Fysico, prescindo desta parte, e passo a mostrar o que assimā me propuz.

A que perigos se não expõe huma mulher, que, tendo para si que lhe he indecorosa a qualidađe de ama de seu filho, he obrigada a seccar o leite? Este costume (*) he desconhecido das mais barbaras nações, e nunca foi praticado pelas mais civilisadas nos bellos dias de Roma, e da Grecia. O obstaculo repentino oposto á grande secreçāo de leite em hum tempo; em que a fraqueza da mãe a faz incapaz de supportar hum abalho tão violento, lhe he muitas vezes da mais fúnesta consequencia. A vida da mãe, em quanto dura a febre do leite, está em perigo imminente, além dos tumores, abscessos, e scirrhos, que ficao muitas e muitas vezes, e que sem diffuldade passaõ depois a caneros. De 4400 mulheres (**), que pariraõ no Hospital dos Partos em Londres, e que desde o primeiro dia deraõ de mamar, só quatro forao incommodadas do leite, mas não chegaraõ a ter os peitos aggravados.

A abundancia (***) com que o leite acode aos peitos he ás vezes tão grande, que causa dores agudíssimas. Faz-se espesso, e vem a formar obstrucções,

F ii

scir-

(*) Gregory no seu Ensaio, pag. 51. (**) Idem, p. 51.

(***) Dez-Essartz, pag. 183.

44 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

fcirrhos , e cancros , que a arte quasi nunca remedea. Não achando sahida pelos peitos , refue para o sanguine , engrossa-o , e produz huma plethora perigosa , visto o estado de debilidade da parida. Este (*) licor , naturalmente doce , escandecido pela sua mistura , e circulação com o sanguine , azeda-se , faz-se irritante , e accende o fogo de huma febre sempre violenta , e muitas vezes mortal. Os olhos scintillantes , as dores vivas de cabeça , a frequencia , e força do pulso , saõ sinaes não equivocos da abundancia de sanguine , que accomete esta parte , e que he logo seguida de delirio , e ás vezes até de huma apoplexia incuravel , &c.

Eis-aqui a linguagem destes , e de outros muitos respeitaveis Authores , que víraõ , e observáraõ todas estas funestas consequencias. E qual será o Medico , que não tenha visto alguma cousa destas ?

Deixo de parte o paradoxo de Vandermonde , que pertendia que todas as crianças se criasssem com o leite de animaes. Ballexerd já o refutou , e agora não me canço em produzir razões contra este extravagante sentimento ; porque tenho para mim , como regra geral , que nunca nos affastamos dos caminhos , que evidentemente nos mostra a natureza , sem grande deterimento da nossa parte.

Diraõ algumas más (figura-se-me estallas ouvindo) : Aqui estou eu , que tenho parido tantas vezes , e nunca experimentei nada disso. Posso responder com as mesmas palavras de Mr. Des Essartz , pag. 187 : Confesso que algumas ha especialmente favorecidas da Providencia , mas este número he mui pequeno: e quantas ha , que se julgaõ perfeitamente livres de todo o perigo das molestias subseguidas aos partos , e que saõ depois attacadas de doenças teimosas , cuja verdadeira ori-

(*) Não estamos pela Pathologia do Author , mas estamos pelos effeitos ; e he o que faz ao nosso caso.

origem se deve buscar nas desordens , que entaõ sofreo a máquina na forçada repulsaõ , e extincçaõ do leite ? Nunca se víraõ tantas enfermidades de languor , tantos hysterismos , tantas Phthysicas de todas as especies , como desde o tempo , em que se introduzio o pernicioso costume de se dispensarem as mãis do cuidado de crear seus filhos. E com que certeza diraõ estas senhoras , que nunca tiveraõ que soffrer , por haverem seccado o seu leite ? Se cavarmos bem fundo acharemos , que , pelo commun , as molestias á primeira vista novas , tem raizes muito antigas.

Naõ bastaõ (continuaráõ a duvidar) as afflictões , os trabalhos , e as dôres , que supportamos no tempo da prenhez , e do parto ? Que desagradavel incommodo naõ he para huma mãi , o ter sempre a seu lado huma criança , cujas necessidades a cada instante se renovaõ ; e que lhe naõ deixa hum momento soccegado nem de dia , nem de noite ? Responderei com o mesmo Author citado : Esta frivola declaimaõ contra huma obrigaõ taõ sagrada , naõ tem sem dúvida por verdadeiro motivo , senão o receio dos embaraços , que traz consigo a creaçaõ dos filhos. Naõ queira Deos que , seguindo os sentimentos do Doutor Harris , digamos , que as mãis sacrificão as suas obrigações unicamente ao prazer de poderem com liberdade receber , e fazer visitas ; de se darem sem constrangimento a todas as fantasias da moda , e do costume ; de correrem aos bailes , aos espectaculos , e aos passeios ; de passarem em fim no jogo a maior parte da noite. Seria suppollar despidas de todos os sentimentos naõ só maternos , mas até de humanidade ; seria pollas abaixo dos brutos , cujo comportamento , a respeito de seus filhos , faria peijo ás senhoras de hoje , senão tivessem a desculpa da preoccupaõ da moda , e do costume.

Se tomo a empreza de combater estes prejuizos , naõ he por me lisongear com a esperança de fazer
mui-

46 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

muitas seftarias. Não ignoro que huma senhora que eria seu filho, he para o nosso seculo hum fenomeno, que se caracteriza loucura; e que o receio do ridiculo suffoca todos os dias a voz da natureza, e da probidade: mas graças ao poder da sá Filosofia! Sei de algumas senhoras de muita qualidade, as quaes movidas das persuasões de verdadeiros Medicos, já se abalancáraõ a dar de mammar a seus filhos os primeiros dous mezes; e por fim se deraõ os parabens de o haverem feito, vendo-se mais convalecidas, do que em outros partos, e a seus filhos vigorosos. Assim se principiará a desterrar hum dos maiores males, que inventou o capricho contra a especie humana. Mas quaõ distante vejo ainda esta feliz época. Possaõ em fim as reflexões, que vou fazer, dissipar o communum temor de não poderem com o pezo da criança, e fazellas tomar a generosa resolução de se portarem como verdadeiras mãis! A experiençia lhes fará ver claramente, que todos estes pertendidos estorvos, e que este constrangimento, não saõ mais que hum fantasma, que a ternura da mãe fará inteiramente desapparecer.

As mãis, que exhortaõos a crear seus filhos, podem-se reduzir a duas classes: ou a fortuna lhes permite terem ao pé de si huma ama secca, encarregada de toda a miudeza da creaçao; ou saõ obrigadas a cuidarem de tudo por si mesmas. Que fica para fazer ás primeiras? Nada mais do que appresentar os peitos nas horas destinadas para isso, e vigiar sobre a dita ama. Ainda que isto mesmo pareça oppressivo, e incommodo, as regras, que adiante se exporáõ, ácerca do tempo em que se deve dar de mammar, dispensaõ as mãis do jugo, de que vulgarmente, e sem necessidade se carregaõ. Seguindo estas regras terão todo o tempo de ver suas amigas, e de se divertirem. (*) As senhoras de Marselha, que

naõ

(*) Des-Essartz.

naõ conhecem pretexto para deixarem de crear seus filhos, naõ se privaõ das suas visitas, e dos seus divertimentos honestos, pedindo-o a occasião.

Está bem (ainda replicarão), supponhamos que tudo se ordena desse modo; mas como poderá huma pobre mãe delicada perder noites com o choro da criança? De necessidade ha de adoecer, e o leite se tornará veneno. A dificuldade dissolve-se sem trabalho. Huma vez que haja essa amea secca, pôde dormir com a criança em hum quarto assastado da mãe; e só a incomodará aquellas vezes, que for preciso dar-lhe de mamar. Todo o trabalho por tanto de huma senhora rica, se reduz unicamente a dar os peitos ao seu filho de certas em certas horas: e a suavidade, e satisfação, que sem dúvida ha de achar neste emprego, lhe causará maior prazer, do que aquelle que experimentaõ as outras nos mais brilhantes divertimentos. A segunda classe daquellas, que naõ saõ tão bafejadas da fortuna, tem na verdade maior trabalho; estas porém saõ as que menos necessitaõ de conselhos, para seguirem os dictames da natureza, porque a necessidade as obriga a observallos: mas a falta de prudencia, e diligencia lhes aumenta o trabalho, por crearem seus filhos sem methodo, nem ordem, que depois se exporá.

Muitas mulheres finalmente fogem de crear os filhos (e muitos maridos ratificaõ as suas idéas), com o receio de se fazerem mais cedo velhas; mas isto he engano manifesto, pois dahi resulta a multiplicidade de prenhezes, que de ordinario se seguem, sem mediar aquelle tempo destinado pela natureza para o seu restabelecimento. Huma mulher, que naõ cria tem naturalmente hum filho quasi todos os nove mezes. Este excesso debilita as suas forças, e lhe traz antes de tempo as enfermidades da velhice (*), e sendo esta dispensa mais

(*) Gregory, pag. 54.

mais frequente entre as pessoas de qualidade , como estas saõ de si mais fracas em razaõ do seu genero de vida , menos podem supportar esta violencia feita á natureza.

ARTIGO III.

*Quaes saõ as mäis que legitimamente estaõ dis-
pensadas de crear seus filhos.*

NAõ direi com hum célebre Author , que toda aquella mäi , que tem força para dar á luz hum filho , tambem a tem para o crear. A proposição seria verdadeira , a naõ ser taõ generica ; porque ha circunstancias , que fazem ás vezes a lactação absolutamente impossivel ; e que outras vezes a fazem nociva ou á mäi , ou ao filho , ou a ambos , como vou mostar.

De todas as modas , e costumes absurdos , que tem abortado o vaõ capricho humano , nenhum ha taõ prejudicial , nem taõ desarrazoado , como a commun introduçao das amas , alugadas para crearem filhos alheios ; e tem-se feito taõ geral este pessimo contagio , que até tem lavrado entre as pessoas da mais baixa esfera. Mas a moda he de sua natureza taõ pouco apadrinhada pela razaõ , que sempre a procuraõ cobrir com algum especioso véo de honestidade ; pois quasi todas recorrem á debilidade de constituição , e á insuficiencia de forças para tamanho pezo. Para com algumas naõ duvido , que seja verdadeira esta escusa ; mas a verdade he , que quasi sempre vem a ser pretexto ; e que a verdadeira causa he o naõ quererem confundir-se com a infima plebe , e naõ parecer menos que as outras de maneira , que por moda as senhoras hoje em dia só conversão nas suas indisposições de saude : a tanto pôde chegar o desvário da cabeça humana.

He

He sem duvida que as mulheres da Cidades saõ de presente delicadas , e debeis ; isto porém naõ nasce só da primeira educaõ ; vem em grande parte do actual modo de vida froxo , e indolente. Se estivessem por tanto bem persuadidas de que pelas leis sagradas da razaõ , e da natureza saõ obrigadas a crear seus filhos , e que esta deve ser a sua principal gloria , estou bem certo de que mudariaõ de vida , e de regimen , e de que entaõ se poriaõ em estado de cumprir com os seus deveres.

He taõ frivola esta razaõ geral de debilidade , quando naõ ha maior fundamento , que para certas molestias he a lactaõ o mais efficaz remedio. Ella fortifica muitas vezes compleições assas delicadas : e basta para prova observar (*), que huma mäi que cria tem huma saude mais robusta , huma alegria mais igual , hum appetite mais constante , e a disposiçaõ geral mais forte , e mais completa. Outra cousa bem digna de ser notada , he o morrerem menos mulheres , em quanto criaõ , do que em outro qualquer tempo da sua vida , á excepçaõ do da prenhez , no qual naõ he ordinario morrer huma mulher de doença , a naõ ser occasionada por violento danno externo. Deve-se pois examinar sem paixaõ , se esta debilidade , e delicadeza he , ou naõ hum justo motivo para tal dispensa ; e deveria esperar-se a decisao da bocca de hum Professor habil , e nada contemporisador , naõ ficando já mais a parida arbitra de tal negocio.

A lactaõ he absolutamente impossivel ; I. quando faltaõ os bicos dos peitos : II. quando saõ taõ molles , que esfregando-se naõ enrigecem : III. quando saõ taõ delicados , que o mesmo chupar da crianga lhes faça inflammações , e excoriações fortes : IV. quando ha inflammação , chagas , scirrhos , cancros nos peitos :

G

V.

(*) Gregory , pag. 52.

50 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

V. quando saõ ou muito cheios de gordura , ou muito molles , e magros ; porque tudo isto ou de todo estorva a secreção do leite , ou deixa separar muito pouco.

He nociva á māi , I. quando tem molestia de peito ; porque entaõ facilmente entraõ a ter tosse , deitaõ sangue pela bocca , e cahem em phthysica ; e se já houver alguma destas cousas , sóbe para logo de ponto : II. quando pela dificuldade do parto , ou por molestia actual , ou precedente estaõ exauridas as forças : III. quando o sistema nervoso he demasiadamente irritavel , demasiadamente digo , porque , segundo a observação de muitos Praticos , alguns temperamentos irritaveis , e hystericos com a lactação se corroboraõ : IV. quando da mesma lactação se origina huma grave molestia ; pois quando esta he superior ás forças da lactante , vem a produzir (*) a febre hectica , hysterismo , suores , e grandissimas debilidades.

He nociva ao filho quando as māis padecem molestias hereditarias , e contagiosas , como a gotta , alporcas , lepra , e quasi todas as doenças de pelle , e pilepsia , &c. Naõ devem em tal caso crear as proprias māis , para que se naõ confirme nos filhos alguma destas molestias. Exceptue-se porém o gallico ; porque desto se cura o filho , curando-se methodicamente a mesma māi.

He finalmente nociva a ambos quando as māis ficão pejadas : á māi , porque facilmente vem a abortar ; ao filho , porque o leite depois da prenhez se diminue , e altera.

A R-

(*) Gaubio , *Instituições Pathologicas.*

A R T I G O . IV.

Quaes saõ os meios de suprir esta impossibilidade das mães, e que condições deve ter a ama.

Endo a māi algum dos embaraços assima referidos, he evidente que se deve excogitar outro meio de alimentar a criança. Huns se lembrão da papa feita de miollo de paõ, e leite, ajuntando huma gema de ovo: outros querem que seja preferivel a isto o caldo feito da flor de farinha de trigo, ou centeio, bem secca ao calor do lume com o mesmo leite: outros em fim querem o simples leite de animaes; mas naõ concordaõ em qual delles deva ser.

Qualquer dos dous primeiros methodos he insuficiente, e só capaz de conservar as miseraveis crianças em tal estado, que depois ou morrem, ou vem a ser sempre doentes. Hum alimento superior ás forças daquelles taõ delicados estomagos, necessariamente ha de ir fazendo continuadas indigestões: aumenta-se a debilidade natural, segue-se má nutriçāo, vem depois obstrucções do baixo ventre, magreza summa, e por fim diarrheas copiosas, que remataõ a scena tragicamente.

Eis-aqui as precisas consequencias de hum metodo taõ affaistado das primeiras disposições da natureza. O caldo feito com a farinha, e leite he muito mais damoso, que a papa de miollo de paõ; porque vem a ser hum grude, que forra o estomago, e intestinos, e tapa os vasos lacteos. Estou em dizer que ainda para huma pessoa forte he comida pouco digesta: que estragos naõ fará em huma criança taõ tenra, e delicada? He hum meio lento, mas seguro de a matar.

O metodo de crear com o leite de animaes, por
G ii if-

32 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

isso que se chega mais á natureza , he o que tem menos inconvenientes , os quaes a qualquer saõ manifestos , depois do que assima se expozi. Falta aquella devida proporção do leite com o estomago da criança ; falta a analogia ; falta em fim ser o leite chupado com a saliva naquelle grão de calor natural , e sem perda das partes , que se volatilisa , quando se expõem ao ar. Vem a ser por tanto o unico meio sufficiente de suprir a falta da māi huma ama com as condições , que se vaõ expôr.

A mulher , que se eleger para ama , deve ser a mais semelhante , que for possivel , á propria māi , naõ digo só no genio , e temperamento , mas tambem no genero de vida. Vulgarmente se assenta , que huma mulher do campo , robustissima , e creada com trabalhos pezados , he a melhor ama , sem se attender á criança que tem de crear. Para conhecer que isto naõ he verdadeiro em toda a sua extensaõ , basta ver que o filho de huma tal mulher em nada se parece com o de huma creada nas grandes Cidades , e muito menos com o de huma senhora de qualidade. O da primeira tem todos os seus órgãos fortes , firmes , e elasticos ; o da segunda tem tudo pelo contrario. Naõ pôde portanto este delicado , e tenro dar-se bem com o leite que precisa , para haver de se tornar util , de entradas vigorosas. O filho de huma camponeza perigaria muito , se fosse alimentado com o leite de huma senhora delicada , ainda que fosse sádia : reciprocamente digo , que o filho desta se dará muito mal , se for creado com o leite daquella. Tanto padeceria huma cor-tezaõ , que , passando ao campo , em tudo quizesse sustentar-se á maneira dos camponezes ; como aquelle , que , sendo creado rustica , e grosseiramente , viesse ás Cidades , e ahi inteiramente se alimentasse , como os que vivem regaladamente.

Naõ deve esquecer aqui outro muito consideravel in-

inconveniente , que ha em escolher ás cegas estas amas robustas , e muito exercitadas ; qual he a repentina mudança que fazem vindo para as Cidades, naõ só na comida , mas tambem na falta do activo exercicio que faziaõ ; mudança que de necessidade altera a sua saude , o seu leite , e por conseguinte a criança que houver de crear. Será por tanto a primeira condiçao na eleição de huma ama , que ella se chegue , quanto couber no possivel , ao témperamento , e ao modo de viver da māi.

O requisito , que Ballexerd pertende na ama , de ter o leite quatro , ou cinco mezes , he opposto ao que a razaõ dicta , e ao que ensinaõ outros de naõ menos authoridade. O leite deve ser proporcionado ás forças do estomago da criança ; e isto he o que faz a natureza , dando ás māis nos primeiros mezes hum leite delgado , e pouco nutritivo , que depois vai de dia em dia engrossando : pelo que o leite de cinco mezes naõ convem a huma criança de poucos dias , ou semanas. Logo a regra verdadeira , e geral he , que o leite da ama diffira o menos possivel do da māi.

O quererem algumas pessoas que a ama tenha já parido duas vezes , he preoccupaõ sem fundamento algum. He o mesmo ser a primeira , ou a terceira vez , com tanto que os outros requisitos se verifiquem nela. Prescindindo pois de outros prejuizos semelhantes , deve-se notar , que hum grande abonador , que pôde dar a ama ácerca da sua boa disposição , he a criança que até entaõ tiver creado , a qual vista , se passará ao exame seguinte.

A idade deve ser de vinte até trinta e cinco annos , por ser este o intervallo , em que o corpo permanece no seu estado de perfeição sem declinar.

O genio deve ser alegre , e vivo , e ao mesmo tempo docil , e pachorrento , para que se naõ inquiete facilmente. He muito preciso examinar se he aceada ;

54 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

da ; o que se pôde conhecer não só dos seus vestidos ; mas também vendo-se a criança que até então criava , e ainda , podendo ser , o interior da casa. Observar-se-ha se o seu halito he agradavel ; se tem as gengivas vermelhas , e a bocca guarnecidia de bons dentes , porque isto significa , que tem humores de boa qualidade.

He melhor que tenha os cabellos pretos , e a côr morena , porque as louras , e brancas são de ordinario mais debeis. Devem-se excluir (*) as que tem o cabello ruivo , ou avermelhado , e a cara chéa de sardas ; porque a sua transpiração , e o seu halito cheiro a azedo , e o leite tem o mesmo cheiro , e corrompe-se com muita facilidade. Os peitos devem ser de mediana grandeza , nem molles em excesso , nem tão pouco duros ; chéos de leite , e não de gordura. Os bicos devem ser proporcionados , nem muito pequenos , nem muito grandes , e nem grossos de maneira , que proibia a acção de mammar commodamente : devem lançar o leite com facilidade , e esfregando-se não de ficar inchados , e ríjos. O leite deve ser branco , de sabor adoçado , e sem cheiro. A consistencia segundo os tempos ; porque o novo he mais chéo de soro ; e á medida que vai tendo mais mezes , vai insensivelmente engrossando. Esta mesma variedade se observa na côr , a qual gradualmente se faz mais e mais branca. A consistencia media , e que deve ter depois dos quatro mezes , se conhece deitando huma pinga na unha horizontalmente posta : se o leite corre immediatamente , he final de ser muito aguado ; e se voltando-se a unha não corre , he sobre maneira grosso. O meio pois he , que estando a unha direita se conserve , e que inclinada corra logo.

Estes são os caracteres externos , que constituem hu-

(*) Balleixerd , pag. 45. Ambrofio Pareo , pag. 503.
Dez-Essartz , pag. 209.

huma ama boa ; mas como nem sempre bastaõ , a ternura dos pais deve levar mais longe a sua escrupulosa indagaçao , informando-se particularmente se ha alguma noticia de haver na sua familia doenças hereditarias ; e que molestias terá tido na sua vida , a fim de se determinar o grão da sua saude , e a qualidade dos seus humores. Finalmente deve haver huma exacta inquirição dos seus costumes , os quaes , como já fica dito , passaõ com o leite a estas innocentes victimas.

Todo o mundo deveria ter grandissimo cuidado em respirar sempre hum ar puro , porque sem elle naõ se pôde lograr saude ; mas com ninguem deve haver mais cuidado , do que com as crianças , que tenras , e melindrosas menos podem resistir á infecçao do ar. Pelo que , supondo que aquellas pessoas , que podem ter ama em casa , moraõ em bom sitio , ainda a estas se deve advertir , que o quarto da ama seja bom , espaceoso , bem arejado , e com Sol de Inverno : mas o costume he o contrario disto ; pois de ordinario a ama com a criança dorme no quarto das criadas , que he o peor da caia. Aquellas pessoas porém , que , por menos teres , saõ obrigadas a desterrar de seus olhos seus caros filhos , devem preferir huma ama do campo á da Cidade , unicamente pela melhoria do ar campestre. A habitaçao no campo , diz Ballexerd , he sómente o que pôde compensar em parte os damnos que vem ás crianças , por naõ ferein criadas pelas proprias mãis.

Authores ha , que inteiramente prohibem a quem cria , o uso dos prazeres conjugaes ; e outros que o facilitaõ reputando o contrario , preocupação popular. Pertender com aquelles total continencia de douz confortes , que vivem juntamente , he querer quasi hum impossivel ; assim como he opposto á razao o facilitarem estes hum livre uso do matrimonio. No meio de pareceres taõ oppostos direi , que aquellas amas , que vivem com seus maridos , deverão usar do privilegio con-

56 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

conjugal com prudente moderação; querendo antes que huma mulher se exponha ao risco de ficar pejada, do que haja de fazer violencias continuadas aos estimulos da carne. Aquellas porém que criaõ filhos alheos longe de seus maridos, será melhor que fujaõ sempre de tales occasiões. Os pais lucraõ muito nisto, porque se naõ expõem á desgraça de mudarem de ama huma, e outra vez por effeito das prenhezes, que facilmente podem vir; se em tal caso houver tanta fortuna, que elles confessem que estão ocupadas; pois de ordinario, para naõ deixarem o interesse da criação, o encobrem, em quanto podem, vindo-se a conhecer talvez a tempo, em que a criança já recebeo os danos de hum leite degenerado.

Assim como as amas naõ devem fazer exercicios violentos, assim a vida molle, e inerte lhes he muito nociva. Deve-se nada menos ter muita vigilancia nos alimentos de que haõ de usar, os quaes deverão ser simples, e ordinarios: mas pelo commun se naõ atende a esta escolha. O que se pertende he a abundancia de leite, e naõ se adverte que experiencias, e observações constantes tem mostrado, que da qualidade dos alimentos depende a do leite, e que delle inteiramente provém o crescimento, a saude, e a vida das crianças.

Ellas, diz Boerhaave, pagaõ sempre as faltas, que as amas commettem no regimen dietico. O remedio purgativo que ellas tomaõ, obra nas crianças; e os licôres espirituosos que bebem, fazem nas suas crias doenças perigosas.

Eu vi, diz o mesmo illustre Hypocrates do nosso seculo, hum menino de qualidade attacado de convulsões horriveis. A ama estava muito sã, e no corpo delicado deste menino nada achei, que fosse causa de tão cruel ataque. Notei sómente, que a ama estava muito alegre, e como toldada de vinho. Perguntei-lhe, se o

ti-

tinha bebido : respondeo-me , que sim. Perguntei-lhe mais , a que horas tinha dado de mammar : disse-me , que logo depois de jantar. Certificado aliás pelas suas respostas , que o menino passará até alli sem molestia ; e combinando os arrôtos , e convulsões com a confissão da ama , vim no conhecimento de que o menino estava embriegado , doença quasi sempre mortal em idade tão tenra ; e na verdade tive muito trabalho em o curar (*). Logo mais abaixo refere também o exemplo de outro menino , que morreu de huma superpurgação occasionada por hum purgante , que sua ama tomára.

As mulhers pois que criaõ devem comer carnes frescas (menos a de porco , principalmente enfacciada , ou defumada) , hervas , e fructas da estação bem fasonadas ; peixe fresco , e de escama , legumes , se forem de estomago forte , e costumadas a elles. Finalmente devem fugir de tudo o que for salgado , estimulante , e espirituoso.

Estou bem persuadido , diz Boerhaave no mesmo lugar citado , que as bebidas espirituosas (neste número devem comprehender-se o vinho , os licôres , o café , o chá , e tambem os molhos de especiarias) são huma causa frequente das doenças , que mataõ desde o berço tantas crianças de qualidade ; e huma causa ainda mais frequente da fraqueza , e languidez destas mesmas crianças.

He difficil , reconheço por experiençia propria , encontrar huma ama com todas as condições mencionadas ; mas quem deixou de achar embaraços quasi invenciveis , logo que se aparta da ordem natural ? O mais feliz , e prudente he o que diminue a somma dos males. Por tanto sou obrigado a fazer , ácerca do presente Artigo , esta ultima advertencia : que senaõ for

H

pos-

(*) *Prælectiones Academicae* , Tom. V. part. 2. pag. 449.

58 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

possivel áchar-se amar com os requisitos propostos, ou ao menos com os mais essenciaes, será melhor dar á criança bom leite de animaes, do que máo leite de mulher; porque he melhor arriscar, do que perder de certo: e he mais facil ter bom leite de animaes. Vejamos porém qual delles deve ter a preferencia.

Os leites mais usados naõ só em Portugal, mas a té nas outras Potencias, saõ de cabra, vacca, burra, e ovelha. A analyse quimica, e a quotidiana experienca tem mostrado que elles tem entre si alguma diferença nos principios constitutivos, abundando o de burra mais de fôro, do que dos outros principios; o de ovelha de mais manteiga; o de vacca de mais queijo, e o de cabra he o que tem os principios mais proporcionados. Havendo pois esta diferença nos leites, e havendo-a tambem na constituição, e organisação das crianças, he evidente que se naõ deve applicar indiferentemente qualquer delles.

Os filhos de pais ricos (*), pela maior parte, tem temperamento melancolico: elles saõ pelo commun pouco activos, algum tanto pezados, e sombrios, &c. Se estas pessoas quizessem criar seus filhos á maõ, fariaõ bem em preferir o leite de cabras. Este animal, vivendo só de plantas tenras, e aromaticas, em lugares elevados, e em ar puro, ha de comunicar o seu espirito, balsamo, e docura ao leite, e aos que usarem delle. A experiençia nos ensina que este leite, além da qualidade nutritiva, he tambem refrigerante, e brandamente purgativo, e depois do de mulher he o mais doce, e diluente para o corpo humano. He pois com este leite que deveriaõ ser creados os filhos da gente rica, quando naõ puder a mãi. Deste modo se atenuariaõ os seus humores viscosos, e se animaria a circulaçao muito lenta. O corpo se faria mais robusto,

e a

(*) Baldini, *Modo de criar as crianças á maõ*, pag 77.

e a alma em orgãos mais activos teria mais elevaçao, o espirito mais vivacidade, e o genio mais penetraçao, &c.

O leite de vacca convirá mais aos filhos de pais vivos, fortes, e que tem vida activa. Por este meio se moderará o curlo rapido dos seus humores, que se farão menos subtis. Este leite tem abundancia dos principios que formaõ o queijo, e a manteiga, e por isso he mais espesso. Pelo que pertence ao leite de burra, como he refrigerante, e que tem certos principios balsamicos, e depurativos convirá ás crianças que nascerem de pais bilioſos, ou que tenhaõ algum vicio scorbutico. A ovelha dá leite excellente para as crianças que saõ excessivamente delicadas, e apoucadas. Nada ha na natureza mais capaz, do que este leite, de fazer cobrar promptamente carnes, e de as vigorar, usando-se delle por algum tempo. Nestas mesmas idéas está Balllexerd, quando falla de nutrimento, e outros Authors da melhor reputaçao: e eu naõ deixo de concordar com elles no todo. Mas qual deve ser o modo de dar este leite.

Smith nas suas *Cartas sobre o modo de crear as crianças*, e Baldini na obra ha pouco citada, descrevem hum instrumento, ou vaso, por meio do qual commodamente se pôde dar leite ás crianças. O instrumento, cuja idéa dá Smith, he semelhante a hum bule com bico comprido, o qual tem na extremidade muitos buraquinhos: esta se cobre com hum pergaminho do mesmo modo furado, e que naõ fique justo. Desta sorte a criança acha a extremidade do bico macia, e agradavel; e lhe péga quasi taõ voluntariamente, como se fora o mesmo peito da mäi, segundo atesta o seu Author, Underwood, e outros, que muitas vezes o víraõ.

O instrumento, que imaginou Baldini, he mais aperfeiçoado: he hum vaso de vidro, á maneira de

60 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

huma bexiga com seu bojo, que vai estreitando até acabar em huma especie de gargalo, em cuja extremidade se encaixa hum globulo de metal dourado para se naõ attacar de zinabre, ou ferrugem. Este globulo he feito de duas ametades oucas, que se atarrachaõ por huma rosca: huma dellas está firme no gargalo, e a outra he que se desatarracha. Enche-se a capacidade deste globulo de huma esponja muito fina, e limpa, que deve sahir fóra por hum buraco feito na ame-tade movele. O boccado de esponja que sahe he que faz as vezes do bico do peito. Consulte-se a estampa, que vem na obra do Author, ou em Italiano, ou na Traducçao Franceza.

Os pobres, aconselha o mesmo Baldini, em vez deste instrumento poderáõ servir-se de huma pequena garrafa, que leve quasi hum quartilho. Cubrir-se-ha a bocca da garrafa com huma pelle de camurça, ou de qualquer outra, de maneira, que accommode huma esponja, que ha de entrar pelo gargalo abaixõ: a pelle deve ter hum buraco, por onde saia hum boccado da esponja; o qual serve de bico de peito. He bom fazer-lhe com huma agulha, ou alfinete grande alguns pequenos buracos, para que o leite possa sahir mais facilmente.

Quando se quizer dar de mammar, deve-se amornar levemente o leite, mettendo o vaso dentro da agua, que lhe dê o gráo de calor, que se pareça com o natural. Deve haver muito cuidado em se lavar com agua quente tanto a esponja, como o vaso, para que naõ fique algum fermento azedo. He melhor mugir o leite duas, ou mais vezes nas vinte e quattro horas, para que naõ haja nelle alteraçao, principalmente seendo o tempo quente.

Se desde o principio se quizer crear á maõ huma criança, naõ se lhe deve dar logo aquelle leite, que se eleger, que em regra geral he o de cabra; mas pri-

primeiro se lhe deve dar a chupar huma boneca de panno macio molhada em agua adoçada com mel , a qual fará sahir o ferrado , e as de mais impurezas , de que vem chéas as suas primeiras vias. Nas primeiras vinte e quatro horas naõ se lhe dará outra coufa ; mas depois se lhe irá dando pelo modo exposto o leite diluido com huma parte de agua , e duas de leite ; e se for de vacca , ainda se deitará mais agua. Esta porçaõ de agua se irá pouco e pouco diminuindo até aos dous mezes , e entaõ se dará puro.

No primeiro mez basta dar leite ás crianças de duas em duas horas , naõ sendo já mais preciso acordallas para isso. Huma onça , ou pouco mais de leite he bastante para cada vez , no decurso do primeiro mez ; no segundo se dará onça e meia ; no terceiro duas ; de maneira , que pouco e pouco se deve aumentar a quantidade do leite , e alongar os espaços do tempo. He porém de advertir que a fortaleza , e estomago da criança he quem ha de principalmente determinar a porçaõ do leite ; pois he claro que se naõ pôde dar huma regra geral ácerca da quantidade da comida para todas as pessoas.

Affim como propuz tantas cautelas a respeito da escolha das amas , e sendo neste caso o animal , que se eleger , huma especie de ama , também devemos attender a algumas das suas qualidades , que se reduzem a bem poucas : I. que o animal naõ seja de muita idade ; II. que esteja em boa nutriçao ; III. que seja bem alimentado ; e nisto he que deve consistir todo o cuidado.

Segundo a relaçao de Authores veridicos ha póvos , que usaõ muito deste methodo de crear os filhos na falta das mãis ; e com tudo saõ fortes , fadios , e chegaõ a huma longa velhice. Naõ seria melhor que os Portuguezes o abraçasssem antes , do que entregassem seus filhos nas mãos de huma mulher , as mais das

62 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

vezes, desconhecida, sem afecto, sem limpeza, sem alinho, sem sombra de probidade, sem a precisa regularidade de vida, e talvez chéa de molestias occultas, mas nem por isso menos destruidoras? Para casa de huma mulher destas he que quasi sempre se desterra hum filho, que vai ser segura vítima de desordens sem conto. Se os menos teres são a causa disto, não he mais commodo que a mái, já que lhe não pôde dar leite dos seus peitos, o crie pela sua mão com aquella ternura, e disvello maternal, que difficilmente se achará em outrem? Quanto não lucraria o Estado não só no augmento da povoação, mas na saude, e robustez de seus vassallos! Não he este o unico methodo praticavel na Casa dos Expostos? Creio que só assim, evitando-se muita despeza, se evitaria tanta mortandade, e ao mesmo tempo se extinguiria o trafego infame, que com a vida destes innocentes faz muita gente desalmada.

ARTIGO V.

Que regularidade deve haver em dar de mammar ás crianças; e os abusos que vulgarmente reinaõ a esse respeito.

Quem come mais do que podem as suas forças, trabalha por estar doente. Este Aforismo (*) do Pai da Medicina, dictado pela razão, e confirmado pela experienzia de tantos seculos, he huma condenação formal do máo habito, em que estão as amas de darem de mammar quasi todas as horas, e em grande quantidade, imaginando que o chôro das crianças he sempre final certo, de que tem necessidade de alimento;

(*) Aphor. 17. Secc. 2.

to ; e este prejuizo he o motivo do seu zelo indiscreto , que me cumpre destruir.

Sómente a dôr he capaz de fazer chorar huma criança ; mas as amas estaõ taõ preoccupadas , que quasi geralmente attribuem á sensaçao da fome qualquer demonstraçao desagradavel , que as crianças annunciem com o chôro. Mas a verdade he , que quasi sempre a causa de suas lagrimas , e vagidos he o incommodo , que lhe causa ou o aperto dos vestidos , ou alguma dobra que moleste , ou algum alfinete que pique , ou a acrimonia dos vestidos , ou o muito frio , ou calor , ou finalmente o estomago muito carregado. Se as amas cuidassem de examinar se he alguma destas causas , ou quaesquer outras , quem motiva o chôro , facilmente conhceriaõ que naõ he a pertendida sensaçao da fome , a que seimpres recorrem.

Embora digaõ que as crianças se calaõ com a mamma , e que por isso he preciso dar-lha quando choraõ. Esta he a ordinaria resposta que costumaõ dar , e que mil vezes tenho ouvido , se pertendo ir contra hum tal abuso. Mas o certo he , que nem sempre se calaõ com a mamma ; e quando se calaõ he por hum pouco , em quanto , violentadas pelas amas , saõ obrigadas a distrahir o seu verdadeiro incommodo com o attractivo do leite. Se a causa , por exemplo , he huma indigestaõ , mal se pôde remediar o chôro , aggravando com mais alimento o primeiro motivo delle. Creio que ainda ninguem se lembrou de curar huma indigestaõ comendo cada vez mais : isto porém he o que estamos vendo praticar todos os dias com as miseraveis crianças.

He impossivel determinar com exactidaõ , quantas vezes em vinte e quatro horas deve mammar huma criança , porque humas tem mais necessidade , do que outras de mais , ou menos alimento. A sua saude , a sua força , e o seu appetite unicamente podem guiar

nes-

64 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

nesto ponto huma ama cuidadosa, e racionavel. Quando a criança passa bem, fallo genericamente, pôde mammar nos primeiros dous mezes oito vezes entre dia, e noite com prudente moderação. Sendo o costume no nosso paiz comer quatro vezes no dia, poderá a ama dar de mammar antes de almoçar, fazendo-o ás oito horas; duas horas depois do almoço; e pouco antes do jantar; quatro para cinco horas depois do jantar; e antes de ceia, supondo-a das oito para as nove horas; e pela noite adiante as ultimas tres vezes, segundo a criança acordar, passando sempre tres horas depois da cêa, que será muito menos pezada que o jantar.

He preciso porém advertir, que nunca se deve acordar a criança para mammar, como algumas amas imprudentemente o fazem; antes devem esperar que esteja bem acordada, porque sendo despertada, fica em sobresalto, mamma com repugnancia, e facilmente torna a adormecer com o peito na bocca: o que lhe pôde ser muito damnosso, por lhe ficar provavelmente algum leite por engulir, o qual depois pôde entrar para a trachea (*), e fazer-lhe huma tosse tão violenta, que a suffoque. Nem tal será preciso; porque he de facto, que costumada huma criança a mammar a horas reguladas, pouco mais, ou menos, acorda a ellas, sendo seu despertador o estimulo que sente o estomago: outro tanto vemos succeder aos adultos, se saõ regulares nas suas comidas. Passado o segundo mez, deve-se ir diminuindo o número das vezes, e aumentando a quantidade do leite, por assim o pedir o insensivelmente adquirido vigor do seu estomago.

Disse que se devia dar de mammar certas horas depois das diferentes comidas; porque sendo o leite quasi o mesmo chylo extrahido dos alimentos, conser-

va

(*) Vulgarmente gôto.

va por tempo o seu carácter : o que he facil de ver , examinando o leite de huma mulher , depois de ter comido rabaons , alhos , &c. , o qual duas , ou tres horas depois conserva o cheiro , e acrimonia da dita comida : e só vem a ter a qualidade de agradável ao paladar , e de naõ ter cheiro , depois de quatro para cinco horas , conforme a quantidade do alimento , e naõ menos a sua qualidade.

Esta regra só entende com as crianças em saude ; porque quando doentes , o melhor meio de as curar , he dando os remedios ás amas , e fazendo-as mamar algum tempo depois , o qual deve ser regulado por peisoa intelligente da natureza dos taes remedios. Desta forte fica o leite medicamentoso , e com muita facilidade se curaõ as crianças. Assim como para se aperfeiçoar o leite he preciso que se passem certas horas ; assim tambem cumpre que naõ esteja muito tempo depois sem dar de mammar ; porque logo que o leite fica trabalhado , e aperfeiçoadado pelas forças da natureza , entra a fazer-se foroso , amarelado , e em vez de doce , acre ; e neste estado só pôde fazer mal. As amas naõ devem estar muitas horas sem comer , principalmente fazendo exercicio ; porque he preciso que haja novo chylo , que vá ministrando leite fresco , e saudavel.

Nem devem dar de mammar quando se sentirem doentes a ponto de terem febre ; nem depois de se temerem perturbado com alguma paixaõ violenta. Tem-se visto crianças attacadas de epilepsia , por terem mambado , quando as amas acabavaõ de huma grande collera : outras serem victimas de febres , porque as amas as tinhaõ. Quando em fim , por lhes ser muito preciso , as amas tomaõ hum remedio alterante , huma purga , por exemplo , devem naõ dar de mammar , em quanto durar a acção do remedio. Se a doença for comprida , e a criança naõ estiver em termos de ser

66 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

desmammada, o remedio será buscar outra ama: se porém prometter pouca duração, poder-se-ha entretanto suprir com leite de cabra, ou de burra. O mudar de ama he sempre coufa temível.

Devo notar, ainda que pareça de pouca importância, que quando as amas derem de mammar, fujaõ de quartos muito abaffados, aonde não circule ar livre; porque aqui sendo o ar muito refeito, as crianças trabalharão muito para tirarem pouco leite. Quem sabe alguma coufa de Física, consegue que para se facilitar a acção de mammar, he preciso concurso de ar livre, e elástico. Devo tambem advertir, que quando a criança péga no peito com ancia, e soffreguidão, deve a ama demorar a saída do leite, sustendo o bico do peito entre dous dedos, e, se for preciso, retirando-o de quando em quando: aliás não podendo engulir todo o leite que corre, pôde na acção de respirar cahir-lhe para a tracheia, e exercitar-lhe tosse violenta, como muitas vezes succede. Por esta occasião devo lembrar, e o mesmo tempo condemnar o máo costume, que vulgarmente ha de batter nas costas, quando acontece hum caso destes, pertendendo, ao que dizem, fazer sahir deste modo o que causa a tosse.

He desgraça que para cumprirem taõ boa tençao, inventassem meio taõ perigoso. Estas pancadas podem, interrompendo a respiração, suffocar as tristes crianças. Os estremecimentos que lhes daõ, suspendem os esforços faudaveis, que faz a natureza, para lançar fora o que a incommoda. O leite entra mais para baixo (para os bronquios), irrita cada vez mais, e causa ás vezes convulsões, que ameaçao a morte. E se em lugar disto se inclinasse hum pouco a cabeça da criança, e a deixassem tossir, muito mais facilmente ficaria livre.

Outro prejuizo não menos vulgar he o julgar-se, que

que he final de saude o reporem facilmente o leite logo depois que mammaõ. O vomito nunca foi final de faude , antes o he de molestia : o que se deve dizer he , que feria peor , feraõ vomitassem o excesso do que tem mammado , porque se seguiriaõ indigestões funestas. Isto por tanto longe de ser hum bem , he desordem que se deve emendar : e o modo estã em regular , e moderar o leite que se lhes dã , para que o estomago se naõ carregue com demazia , e damno. A causa mais ordinaria dos incommodos das criancas (naõ cansarei de o repetir), he a desordem , e excesso do alimento : por isso todas as vezes que huma criancã tiver mammado sufficientemente , naõ se lhe deve dar de mamar , sem que o estomago tenha digerido o primeiro leite ; e ainda que chore , deve-se assentar , que naõ he por fome ; e examine-se qual he a causa do seu chôro : mas quaõ difficult he corrigir abusos , que nos vem com o leite !

A R T I G O VI.

Quando devem principiar a comer , e qual serã a comida propria.

Vulgamente pensaõ que as criancas saõ humas máquinas summamente debeis , e delicadas ; e na verdade assim he ; mas devemos notar que esta debilidade , sendo-lhes natural , naõ he doença , e por conseqüente naõ admitte remedios , nem deve dar cuidado. Desgraçadamente porém pertendem algumas pessoas menos prudentes emendar esta debilidade , dando-lhes muito de comer , e abafando-as muito ; de maneira , que , pelo commun , as suas doenças nascem do demaziado comer , do demaziado abafar , e pouco exercicio. E por quanto essas pessoas julgaõ , que o leite dã pouca sustancia , procuraõ remediar este defeito , principiando

I ii des-

desde logo a dar-lhes de comer. Este he hum dos erros mais manifestos, e prejudiciaes; pois como naõ bastará ás crianças o leite, se temos observações de pessoas adultas, que delle unicamente vivêraõ largo tempo? Boerhaave, e seu illustre Commentador, referem factos desta natureza. Donde claramente se colhe por temor de naõ bastar o leite da māi para a devida nutriçāo da criança, nunca se deve recorrer a outra especie de alimento. Quem observa o que se passa com os outros animaes, conhece a verdade desta proposiçāo; pois todos naquelle tempo prescrito pela natureza só se alimentaõ do leite das māis, ao mesmo tempo que melhor do que nós poderiaõ transgredir esta lei por nascerem já com dentes. Esta he tanto a voz da natureza, que ella de dia em dia vai proporcionando a força do leite a necessidade das crianças.

Digo por tanto, que as crianças naõ devem entrar a tomar outro alimento fóra do leite, antes de terem os dentes incisores (*), o que quasi nunca sucede antes dos oito mezes. Esta he a regra mais geral, que a este respeito se pôde estabelecer; porque de ordinario os dentes ou se demoraõ, ou se anticipaõ, segundo as forças das crianças: e assim fica bem applicavel esta regra, que acompanha sempre a sua maior, ou menor debilidade. Seguindo-se isto, seguem-se os dictames da mesma natureza; pois ella como que nos guia a lhes ministrarmos alguma comida mais sólida pelos dentes que faz apparecer. Antes deste tempo he nocivo todo outro alimento, que naõ for o leite de quem as cria; porque além das molestias causadas pelas frequentes indigestões, he da observaçāo de todos, que as lombrigas perseguem cruelmente as crianças, que comem muito cedo, ao mesmo passo que

(*) São os oito dentes de diante, que ficão entre as chamas prezas.

que em quanto só maminaõ nunca dellas se vem atormentadas.

Authores ha taõ apertados sobre este ponto, que absolutamente prohibem toda, e qualquer comida antes do tempo de as desmammar: eu porém notando com outros, que a repentina passagem do simples leite da ama para comidas mais solidas pôde ser nociva, figo antes, que he melhor ir pouco a pouco costumando de longe aquelles debeis estomagos a esta mudança, para se naõ fazer sensivel. Toda a dificuldade porém está em escolher hum tal alimento, que naõ seja superior ás forças do seu estomago. Já fallei contra a papa feita de farinha, de que em algumas partes se usa. Esta especie de cola mais capaz, segundo a expressão de Ethmulero, de grudar duas folhas de papel, do que de servir de alimento, em caso nenhum se deve dar.

Igualmente se fugirá de sopas feitas de caldo de carnes, do seu arroz, e em geral de toda a comida animal; porque sobre o ministrarem humores tendentes ou á inflammação, ou á podridão, saõ demaziadamente nutritives. O que acho mais proporcionado para este principio he a papa de miollo de bom paõ, feita em agua, por ser esta o melhor dissolvente da substancia nutritiva do paõ; e depois de feita ajuntar-lhe leite mugido de fresco de maneira, que fique esta papa muito desfeita, e liquida. Prefiro este methodo, porque além do leite naõ ser taõ bom dissolvente, como a agua fervendo, quando vai ao lume perde grande parte das suas particulas volateis, e vem a ser menos digerivel: e fazendo-se do modo que inculco, fica o leite no seu estado natural, e toma o grão de calor preciso daquelle, que traz a papa ao tirar do lume. O melhor leite, e o mais facil de conseguir bom no nosso paiz, he o de cabras: mas de passagem notarei, que sempre se deve preferir o daquel-

70 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

quellas que vaõ pastar aos campos , ao das que ou se alimentaõ em casa , ou naõ sahem das grandes povoações ; pois , além de naõ se exercitarem , respiraõ humar pouco puro , e se alimentaõ de cousas menos saudaveis , e ás vezes nocivas.

Assima disse , que antes dos sete mezes se naõ devia passar a esta mudança , em caso de estar a criança de saude : agora digo , que se naõ deve dar mais de huma vez no dia de manhã com huma pequena colhér bem limpa , e de prata , sendo possivel , e a melhor occasião he depois de se ter pensado. A porção he indeterminavel por depender do appetite , e das forças da crianças.

Vendo-se pois que deste uso se naõ segue mal , poder-se-ha passar a duas vezes , huma de manhã , outra de tarde ; e daqui se naõ deverá passar até ao tempo de desmammar.

ARTIGO VII.

Quando se devem desmammar as crianças : como se deve entaõ proceder : que alimentos se devem dar dahi por diante até aos quatro annos ?

EStes tres pontos naõ saõ certamente menos importantes do que as questões , que até agora me tem occupado : por cujo motivo igualmente me esforçarei em apurar a verdade em cada hum delles , sem embargo dos diferentes pareceres dos Authores , que acerca de tal materia trabalháraõ.

Discrepaõ muito os costumes dos diversos povos do nosso globo no modo , e tempo de desmamar os filhos. Na Costa de Africa as más daõ de mammar quatro annos successivos (*) ; e em outros paizes dous an-

(*) Des-Effartz , pag. 278.

annos. Alguns selvagens ha que limitaõ isto a seis mezes. Os pôvos de Canadá , e a maior parte dos pôvos civilisados , cujos costumes nos saõ conhecidos , só desafazem os filhos do leite da mäi na idade de hum anno. Entre nós cada familia segue seu differente systema , decidindo-se cada huma pelas inspirações do seu capricho , e maior , ou menor disvelo. De costumes tão devairados nada se pôde tirar , que nos conduza a huma regra fixa , e racionavel ; nem sobre este ponto se pôde estabelecer regra geral , ainda para aquellas pessoas , que vivem semelhantemente : neste descuido tem cahido todos os que quizeraõ prescrevella.

Sabem todos a diferença que ha entre o filho de huma camponeza , e o de huma senhora delicada : o daquella , participando da robusta constituição da mäi , já nasce forte ; e sendo depois criado sem melindre , e entregue nas mãos da simples natureza ganha mais cedo aquelle vigor tão preciso , para sem damno passar ao uso de alimentos mais fortes : o desta porém formado em entranhas debeis ; nutrido de humores mal trabalhados , e talvez viciados ; sujeito a todos os desvarios de hum capricho cego , fomentado pela ignorancia das parteiras , muito de vagar chega a termos de digerir outra coufa , que não ieja o leite de quem o cria.

Desta diferença pois concluo , que o filho da camponeza , quero dizer , de huma mulher robusta , deve mais cedo deixar o leite , do que o da senhora cor-tezã ; isto he , de huma mulher debil , e mal constituida. Logo a regra geral , que a este respeito se pôde estabelecer he , que nunca se deve desmammar huma criança , sem que ella tenha os dentes precisos para mastigar comeres mais solidos. E como quer que as crianças vigorosas só os tenhaõ do anno por diante (convém a saber ao menos doze) digo , que não devem ser desmammadas antes daquelle tempo : as crianças

ças porém debeis só chegar a ter estes do anno, e meio por diante; e por isso se não devem desmamar antes desta idade.

Ultimamente he necessário advertir, que assim como não convém desmamar huma criança antes de tempo, assim também he prejudicial, e pouco conforme ás direcções da natureza, que aquella que tem chegado a este ponto de força competente, não passe a alimentar-se de comidas mais solidas. Para ser máo, basta ser contra a voz da natureza; pois ella, dando os dentes, nos dicta a necessidade de usar delles. Além disto he visivel, que sendo os ossos das crianças no seu principio gelatinosos, e que, adquirindo pouco e pouco maior firmeza, até chegarem á devida dureza, não mister alimentos mais solidos, para delles se extrahir melhor a substancia precisa para a sua completa formaçao; os quaes dentes do simples leite não tirão quanto lhes falece; de cuja falta podem resultar molestias de todo o cuidado.

Quando se tomar a deliberação de desmamar huma criança, como ella tantos mezes se alimentou de leite, deve elle ser nos primeiros tempos a sua principal comida. Continuar-se-ha por tanto a dar-lhe de manhã a sua mesma papa de que usava, como fica dito no Artigo precedente. Ao jantar ou sopa de leite simples, ou feita em caldo de vacca, ou gallinha, tirada a gordura; e outras vezes, por variar, arroz bem cozido no dito caldo temperado simplesmente. De tarde pôde-se-lhe dar ou a mesma papa, ou tambem o leite puro, e não fervido, para nelle ir molhando o pão, e comendo; e isto he preferivel nesta occasião á mesma papa; porque assim se vem obrigadas a mastigar o pão ensopado em leite: e quem quer sabe o quanto influe na boa digestão a mistura da saliva, que na mastigaçao dos alimentos se separa em maior quantidade. A' noite pôde-se repetir qualquer das coufas

referidas. E se entre estas comidas regulares tiver fome , como he de crer succeda , naõ se lhe deve dar mais do que hum bocado de paõ bem feito , bem cozido , e naõ do mesmo dia: este conselho he de Loke , que usa do seguinte dilemma : Ou a criança tem fome , ou naõ a tem ; se a tem , o paõ lhe será o melhor acepipe , e o mais innocent ; se a naõ tem , es-
cusa comer.

Naõ serei taõ escasso em permittir nesta idade as fructas bem sazonadas , como alguns Medicos , ainda de grande reputaçao popular. A hum destes ouvi huma vez , que dar fructas a crianças era dar-lhes veneno ; e que quantos bocados comiaõ , tantos eraõ os ninhos de lombrigas , que mettiaõ na barriga. A' tal proposiçao nada respondi , porque nada faria em contradizello : mas o que entaõ calei , devo agora escrever. As fructas da estaçao bem sazonadas , e perfeitas , saõ hum saudavel alimento para as crianças , assim como para todos : e tal virtude de crear lombrigas naõ he facil demonstrar. A natureza as inculca , pois naõ se achará huma criança , que naõ tenha paixaõ por elas. O que se deve recommendar he a moderaçao ; porque o excesso naõ deixará de enfraquecer o estomago já de si debil , e dispollo a mil incommodos , entre os quaes entraõ as lombrigas. Os adultos fendo tambem demasiados em as comer , sentirão os mesmos damnos : mas em geral as crianças , tendo relativamente mais liquidos , do que os adultos , supportaõ menos todas as comidas aquosas , fendo-lhes mais proprios os comeres mais seccos. Estes inconvenientes porém , provindos de indiscriçao , naõ tiraõ que o uso moderado seja naõ só util , mas preciso.

Deve-se fugir com todo o cuidado de fructas verdes ; porque poucas cousas ha , que lhes façao tanto mal. Azedaõ os succos digestivos , fazem cruezas no estomago ; e se saõ muito acidias , coagulaõ a linfa ,

geraõ obstruções mesentericas, e outras enfermidades que destas se derivaõ. No campo he aonde sobre isto mais erros se commettem. Os Parochos, e as pessoas mais illuminadas, deveriaõ por humanidade fazer ver a esta pobre gente, quaõ funesto he a seus filhos o uso de fructas verdes.

O costume quasi ordinario de adoçar com açucar quanto comem as crianças, he dos mais prejudiciaes; porque o comer assim não só fica menos digerivel, mas, engodadas ellas pelo attractivo do doce, comem muito mais, do que a natureza pede, e lhes he preciso: o que daqui se segue saõ indigestões, e todos os males que dellas se originaõ, cujo número he immenso. Se os seus comeres fossem simples, nada disto sucederia; porque, sendo a vontade o seu açucar, não passariaõ os limites della. Este erro não he tanto do campo, como das Cidades; e se alli ha danos de fructas verdes, aqui os ha igualmente deste pessimo costume: e não me mettendo agora a decidir qual delles he maior, só digo, que os filhos do campo podem melhor resistir aos males, que provém dos erros da dieta.

Condemnando este máo costume de adoçar quanto comem as crianças, com mais razaõ devo reprovar tudo o que saõ massas, por exemplo, pasteis, empadas, &c. alimento o mais cruel para estas idades: e neste mesmo caso estaõ as amendoas cubertas, confeitos, bolinhos, &c. Estes porém saõ os mimos, com que muita gente indiscreta brinda as crianças, que, levadas do appetite, comem com isto o fermento de muitas enfermidades.

Com as crianças he mais preciso attender á qualidade, do que á quantidade dos alimentos; pois sendo estes, como devem ser, simples, rarissimas vezes poderáõ prejudicar por excesso. Infelizmente porém he ao que menos se attende; pois commummente se julga,

ga ; que aquelles alimentos do nosso gosto naõ podem desagradar ás crianças. Este modo de pensar he absurdo , por que he fóra de dúvida , que no decurso da idade vimos a gostar de comidas , que na infancia naõ podiamos supportar.

Cada hum , lánçando os olhos para a sua vida passada , em si achará exemplos disto. De mais ha comeres , que convem ao nosso estomago , ou ao menos lhe naõ saõ nocivos , os quaes de nenhuma forte sup- portaria o das crianças ; taes saõ os alimentos salga- dos , adubados , seccos ao fumo , &c. Tambem lhe saõ nocivos comeres gordos , oleosos , caldos fortes , sopas de substancia , &c.

A manteiga , que taõ geralmente se lhes dá , prin- cipalmente em Lisboa , donde sem hyperbole se pôde dizer , que vivem de paõ , e manteiga , devêra ser cu nunca permittida , ou ao menos com muita reserva , e prudencia.

As raizes , que contém hum summo crú , e visco- so , rarissimas vezes se lhes devem dar. Ellas fazem , segundo observaõ os Praticos , os humores grossos , e espessos , e dispõem o corpo a molestias eruptivas , ou da pelle.

Esta advertencia diz mais respeito ás pessoas po- bres , que , procurando satisfazer com pouco gasto o appetite dos filhos , os enchem duas , ou tres vezes no dia de batatas , castanhas , e outras substancias de na- tureza crúa , e viscosa.

Em lugar destes comeres indigestos , e nocivos , o mel , que abunda tanto nas Províncias , seria para as crianças hum excellente almoço , e merenda. Hoje em dia , que já para os Medicos mais illuminados se apa- gou o fogo vulgarmente imputado a esta maravilhosa substancia entre vegetal , e animal , geralmente nos aproveitamos della como remedio , e como alimento , naõ fazendo nisto mais , que seguir as pizadas do ve-

nerando Pai da Medicina. O mel , diz hum célebre Author Inglez , he saudavel , refresca , purifica , e adoga os humores. As crianças que comem mel raras vezes saõ perseguidas de lombrigas , e saõ igualmente pouco sujeitas a doenças cutaneas , taes a farna , tinhia , &c. Em abono do que diz este Author , posso attestar com a minha experienzia , pois tendo-o applicado a meus filhos , e a outras crianças , vi sempre do seu uso muito bons effeitos.

Até aos quatro annos pouca , ou nenhuma carne se lhes deve dar ; e essa pouca deve ser cozida , fendo bastante que usem da sopa , e do arroz , feito tudo como assima fica dito. A carne esquenta o sanguine , diz o mesmo Author , e disپõem as crianças para as febres , e doenças inflammatorias. As bexigas , sarampos , scarlatinias , &c , havendo esta disposição causada pelo uso das carnes , de ordinario saõ nellas de maior perigo.

A sua bebida naõ deve passar de agua , leite , e sôro do mesino. O vinho , chá , café , chocolate , lhes saõ muito nocivos. Mas quaõ difícil ferá conseguir , principalmente na Côrte , a proscripção do contínuo uso destas bebidas da moda ! Se nas Províncias se naõ pécca tanto com ellas , ha outro erro pouco menos prejudicial , que he o darem quasi do berço vinho ás crianças. He para lamentar , que por força hajamos de fazer gostar a nossos filhos daquillo , por que á força de costume temos ganhado paixaõ. Esta idade tenra , e por isso sensivel em demazia , de nenhum modo pôde sem damno supportar bebidas estimulantes , ou sejaõ , ou naõ fermentadas ; porque as consequencias de tal educaõ saõ a debilidade , as convulsões , a disposição a febres , principalmente inflammatorias , e mil outras doenças , cuja raiz , se cavarmos fundo , se achará pegada a primeira idade , sem embargo de se manifestarem pelo decurso da vida.

De-

Devo ultimamente notar, que querendo os pais em virtude do muito que recommendo, e recommendado todos, seguir a prudencia, e moderação em não carregar o estomago das crianças de demaziado comer, não caiaõ no excesso opposto de lhes dar menos do necessario.

Taõ perto andaõ os vicios das virtudes! A sahir dos limites da razão, seja antes para mais, do que para menos; porque a natureza pôde por mil meios desembaraçar-se do superfluo, mas nunca poderá suprir a falta do devido alimento. Algumas mãis menos discretas martyrizaõ as innocentes filhas á fome, para que venhaõ a ser delicadas, e esbeltas. Que tyranna barbaridade! Supponhamos gratuitamente, que havia que ganhar em ser o corpo delicado, e formado segundo o vaõ capricho de certas cabeças: não seria falta de sizo querello conseguir á custa da saude? Mas não supponhamos o que não existe. O que se ganha saõ molestias, aleijões, e disformidades enormes.

Só me resta dizer neste Artigo, que não he minha tençaõ ligar as crianças a huma dieta taõ apertada, que não hajaõ de sahir de huma especie de alimentos. Elles podem, e devem ser variados muitas vezes, com tanto que tudo seja simples. Huma criança (diz Mr. Lorry) costumada a huma dieta uniforme por saudavel que seja, fica com o estomago costumado a ella. Os orgãos saõ entaõ perguiçosos em digerir, por não serem estimulados de huma sensaçao viva, e desfusada: a bilis ha de separar-se em menos quantidade: tudo afroxa, e todos os males da inacção podem apenas ser corrigidos pelo exercicio. De mais este genero de vida impraticavel a não ser nos primeiros annos, debilita o tom das fibras do estomago, e o faz incapaz da menor mudança. Pelo contrario a variedade das coufas simples, e saudaveis anima á digestaõ: faz-lhe huma agradavel titillação.

78 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA
çaõ pela novidade do toque , e excita o appetite (*).

Hum cuidado tambem essencial ao bom regimen das crianças , he prohibirem os pais , que os domésticos lhes naõ dem coufa nenhuma de comer , senaõ ou na sua presença , ou por sua ordem ; porque a maior parte desta gente he taõ limitada , que ordinariamente faz mal , cuidando fazer bem ; e ás vezes he só por ganharem a affeção das mesmas crianças.

CAPITULO IX.

Do sonno , e do berço.

AVida de huma criança recemnascida consiste em dormir , de maneira , que só acorda instigada de alguma necessidade , a qual satisfeita fica logo no mesmo estado , a naõ haver alguma coufa , que a incomode ; e quanto mais moça , mais propensa he ao sonno. Esta propensaõ he na razão directa do seu crescimento , de maneira , que assim como crescem menos á medida , que a idade se adianta , assim tambem vaõ de dia em dia dormindo menos. Huma criança de quatro , ou cinco annos dorme menos , do que huma de mamma ; huma de nove , menos do que a de cinco ; e assim até á idade de perfeito crescimento ; e gradualmente o seu crescimento vai sendo menos rapido. Donde se pôde muito bem deduzir , que no tempo do sonno he que a máquina trabalha mais livre , e com mais proveito , vindo elle a ser o maior restaurante das nossas forças. He pois preciso que nunca se privem as crianças do sonno , taõ necessário á sua debil constituição.

Q

(*) *Essai sur l' usage des aliments.*

O tempo que a natureza nos determina para o repouso he evidentemente a noite. O socego que entao se observa, a escuridade da noite, o fresco da atmosfera, tudo, em huma palavra, nos convida ao descanso, ficando o dia reservado para o trabalho. Segundo esta successiva cadêa he necessario que logo de manhã deixemos o estado do repouso, e passemos ao da vigilia, e da lida. Ha em tudo o que naõ depende só de nós tal ordem, e harmonia, que sem seguirmos os dictames da natureza naõ podemos ser felices. O contrario porém he o que vemos geralmente praticado; porque nas grandes povoações as noites se trocaõ pelos dias, e os dias pelas noites, passando-se de ordinario o melhor tempo do dia, que he a manhã, no ar impuro, e na molleza da cama: mas naõ gastemos tempo com o que naõ tem emenda.

Se as crianças de mamma naõ dormirem de noite, he preciso que de dia se lhes evite, quanto puder ser, o somno, dando-se-lhes todo o exercicio possivel, e conveniente, para que fatigadas durmaõ de noite, e deixem dormir de quem dellas cuida. Depois de desmammadas, constantemente as acordaráõ de manhã, no caso que por si o naõ façaõ; mas com tal modo, e suavidade, que se naõ assustem, nem fiquem espavoridas.

He difficilimo, por naõ dizer impossivel, determinar as horas que huma criança depois de desmamada deve dormir; porque isto he relativo á sua constituição mais, ou menos viva. O que em geral se pôde dizer he, que até aos quatro annos nenhuma deve dormir mais de doze horas, e até aos sete mais de dez, e dahi por diante pouco a pouco se deve diminuir de forte, que ninguem, depois de chegar ao seu verdadeiro estado de crescimento, deve dormir mais de oito horas entre dia, e noite. Se assim disse, que o somno era o maior restaurante das nossas forças,

tam-

tambem digo, que levado a excesso he o maior debilitante: em todas as cousas ha, ou deve haver seu modo.

Todos os animaes, sem nos exceptuarmos, quando se deitaõ encolhem algum tanto os membros, donde se deve colligir, que esta he a posicão que a natureza dicta. Nella porém, como naõ podemos estar de costas, tambem deduzo, que o modo de estar natural he de ilharga já de huma, já de outra parte. Isto, que se conhece só pela simples inspecçao da natureza, he confirmado pelos conhecimentos que hoje temos da Anatomia. Lembro-me de ler em Sabatier, que poucas pessoas, ou nenhumas appareceriaõ mortas nas suas camas, senão houvesse o pessimo costume de dormir muita gente de costas. Disto pois tiramos, que deve haver muito cuidado em naõ ter as crianças senão de ilharga, havendo a prudencia de as deitar já de huma, já de outra parte, para se naõ molestarem, e ferirem, como succede aos enfermos, que só podem estar de hum lado.

As crianças naõ devem dormir com pessoas de idade adiantada; porque estas, cuja pelle he rija, e por isso a transpiração muito pouca relativamente ás pessoas moças, saõ como esponjas, que continuadamente absoruem, e attrahem a grande transpiração das crianças. He verdade que assim se humedece a sua pelle, e vem a nutrir-se, mas tudo em prejuizo de quem lhes ministra este orvalho salutifero. Além da razão mostrar o que affirmo, he huma verdade comprovada com factos já particulares, já referidos na Historia Sacra, e profana. Logo, para se evitarem estes males, como se deverão deitar as crianças?

Todo o mundo sabe o que he berço, por isso me naõ demoro em o descrever. Se bem os haja de diferentes feitos, o fim he o mesmo, assim como as suas utilidades. Naõ se podia inventar cousa mais util, e

mais

mais commoda ás crianças. A sua utilidade se manifesta por douš lados : primeiro , porque devem estar deitadas sós ; segundo , porque deste modo se lhes pôde dar certo movimento , que , fendo-lhes summamente proveitoso , as consola , e diverte pelos finaes de prazer que nos mostraõ , quando saõ prudentemente emballadas : vou desenvolver a primeira parte.

Pouco assima notei , que as crianças naõ deviaõ dormir com pessoas entradas em annos. De mais disto , achando as amas que ellas naõ tem calor , e que este he quem as cria (expressão muito ordinaria) , as sepultaõ comigo na cama , sem advertirem em que o motivo he falso , e as consequencias funestas. Na infancia , diz Gregory , saõ precisos menos vestidos , do que na idade adulta , por haver naquelle tempo mais calor natural , ou ao menos mais uniforme. Ha hum grande número de crianças expostas , que viveraõ dias por hum tempo taõ rigoroso , que teria morto a maior parte dos adultos.

As crianças correm muito risco em dormirem deitadas com as amas ; porque facilmente podem ser por elles esmagadas na accão do sonno : e quantos destes casos se naõ tem visto , ou occultado ? Tambem as podem suffocar pelo costume de lhes darem de mamar mesmo deitadas , e assim adormecem a ama , e a criança com o peito na bocca : e quem deixará de ver a facilidade com que ella pôde ser suffocada , tapando-se com o peito inteiramente a respiraõ ? Ainda ha outro inconveniente naõ de menor pezo. Deitadas as crianças com as amas ficaõ de todo cubertas , e respirando hum ar impurissimo , alterado pela transpiraõ de ambas , e pela respiraõ daquellas ; e todo o mundo conhece os perigos que corre huma criança em respirar hum ar impuro. Além disto , aqui tem ellas ainda maior trabalho em mamar , do que em huma câmara abafada , como atrás notei ; pois he manifesto ,

L

que

que debaixo da roupa da cama o ar está não só rafeito, e por isso incapaz de ajudar a acção de mammar, mas também nefítico, e insficiente para a respiração. Passo agora a mostrar a segunda parte, que he a utilidade do berço, pelo que diz respeito ao saudável movimento, que nelle se lhes pôde dar.

Authores (*) de toda a reputação tem absolutamente condenado o embalar as crianças, como coufa sobre maneira prejudicial: outros (**) porém de igual merecimento, e credito o tem nas suas obras aconselhado, como coufa sumamente util. Quem poderá dissolver esta questão, que a divisação dos Authores tem feito intricada? Deve sómente ser a razão despreocupada.

O motivo, que obriga aos que seguem a parte negativa a inteiramente condenarem o embalar, he a concussão, que dahi pôde provir ao cerebro tenro, e delicado das crianças; a desordem das digestões; e em fim a perturbação do contínuo, e regular gyro dos humores. Mas a tudo isto se pôde responder com as proprias palavras de Tissot, fallando a este respeito na sua *Gymnastica*, pag. 98: *Mais il faut songer que tout n° est bon, & mauvais que relativement: As coufias só são boas, ou más consideradas relativamente.*

Qual he a coufa, por melhor que se imagine, a qual pelo seu abuso se não torne má, e danosa? O indiscreto uso pois do que quer que fôr, deve provar sómente, que o contrario pôde ser conveniente, e louvavel.

He verdade que a imprudencia no embalar, como ordinariamente se vê, pôde causar, e mil vezes te-

(*) Hamilton, Armstrong, Rosseen, Rousseau.

(**) Tissot, Balleux, Underwood, Vandermonde, Bréauzet, &c.

terá causado naõ menos do que a morte : mas he por que desattentadamente principiaõ a fazello ; e á proporçaõ que a criança chora , emballaõ com mais e mais força , até que ella , cançada de chorar , e tonta da quelle movimento apressado , e irregular , chega a calar-se ; mas he para depois chorar mais. Por tanto , todos estes inconvenientes apontados pelos que seguem a parte negativa , sendo taõ faceis de remediar , naõ devem estorvar as utilidades reaes , que do prudente , e regular uso effectivamente se tiraõ.

Dizem os adversarios para prova das suas objecções , que ás crianças no berço succede o mesmo que costuma succeder aos que embarcaõ em hum navio , de cujo movimento se origina a perturbação de cabeça , enjoamento , e por fim os vomitos. A analogia porém naõ he muita ; pois no berço ha unicamente hum movimento de oscillação , que se pôde á vontade regular ; e no mar ha outro irregular , e feito á discrição das ondas. Donde se conclue , que esta objecção naõ tem toda a força que lhe querem dar. Rarissima será aquella pessoa , que sinta o menor aballo navegando a favor da corrente de hum rio : porque naõ faremos pois que o movimento do berço seja ainda mais suave ? Está na nossa maõ.

De mais , ainda quem embarca no mar largo , só experimenta esta estranheza nos primeiros dias , os quaes passados vive-se taõ bem , como em terra , ou , para fallar mais exacto , melhor. E se fosse possivel principiar qualquer navegação por hum rio , e depois de vagar , e gradualmente ir passando ao mar largo , estou bem persuadido , de que nada se estranharia ; porque o costume nos faz natural ainda aquillo mesmo , que nos era contrario.

Se alguem me replicar , que , sendo o movimento taõ brando , como pertendo , nada pôde fazer de bem , nem de mal , como já huma vez , discorrendo

sobre tal assumpto, me differeão; respondo, que isto he ver os objectos só por fóra, e muito de corrida. Costumaõ hoje os melhores Medicos da Europa ordenar ás pessoas debeis em certas molestias, e circunstancias a navegação por hum rio, ou andar em cadeirinha; e ultimamente aconselhaõ em Inglaterra aos phthysicos o balanço de huma rede, como fazem no Brasil, aonde quasi geralmente o berço das crianças he a rede, e com mais vantagem.

Vanswieten explica-se da maneira seguinte: As pessoas que estaõ em debilidade importa muito andarem embarcadas: se a embarcação for levada com hum movimento socegado, costuma excitar alegria, aumentando a transpiração; promover a fome, e facilitar a digestão dos ingestos (*).

Sanctorio finalmente, por não enfastiar com autoridades, diz, que o movimento do batel, e da cadeirinha, sendo continuado, vem a ser sobre maneira saudável: entaõ sómente he que com admiração dispõem para huma devida prespiração (**).

Pois se este brandissimo movimento aproveita tanto em huma pessoa crescida, como será indiferente ás crianças aquelle que se der por meio do berço?

A natureza, desde o principio da desenvolução do feto no utero, parece já dizer-nos de longe, que depois de tirado daquelle carcere deve continuar a ter hum movimento competente. Solto, a suspenso no meio de hum líquido proprio, está continuamente em huma sua-

(*) *Navi autem vchi conductit debilibus: si placido navis ferratur motu, miram alacritatem, perspiratione aucta, solet excitare, famem augere, ingestorum digestionem promovere.* Vol. I. pag. 34.

(**) *Cymbe, & lectice motus, si diu duret, saluberrimus, tunc solum ad debitam perspirationem mirifice disponit.* >phor. 29.

suave oscillaçāo , causada naõ só pelos movimentos da māi , mas até pelo jogo da sua respiraçāo. Logo o embollar huma criança naõ he contra a voz da natereza ; mais depressa o ferá deixalla em huma perpétua quietaçāo , até que por si possa mover-se. Os pōvos , ainda os mais barbaros , segundo dizem os Historiadores , sempre daõ aos filhos certo genero de movimento , cada hum conforme os seus diferentes modos de os crear. E que coufa mais natural , e mais feita sem reflexaçāo , do que o embollar nos braços huma criança , quando se péga nella ? Quem naõ sabe , diz Tissot , que nada acalenta tanto as crianças rabugentas como o brando movimento ? Naõ ha circunstancias em que o embollar lenta , e regularmente poderia alliviar seus males , distrahindo-as hum pouco do seu padecer , e convidando-as aø somno ?

Averiguado pois que he conforme á natureza o brando movimento que se deve dar ás crianças , e que todos os damnos só resultaõ da indiscriçāo , e abuso ; passo a inculcar o procedimento , que no embollar se deve ter , para se conseguirem as utilidades , que por fim apontarei.

Nascida a criança , e posta no seu berço , como se tem dito , deve-se no primeiro mez emballalla com muita brandura , e compasso ; e pouco a pouco depois ir augmentando o movimento , sem já mais chegar a excesso.

Logo que a criança chora , se deve primeiro examinar se he por falta de alimento , ou por estar suja , ou em fim por coufa que a incommode ; porque querella acalentar sem antes a livrarem do incommodo , he fazer-lhe hum verdadeiro mal : e querer acompanhar a força do chôro com a violencia do embollar , he mil vezes peor ; porque desta imprudencia , que tantas vezes tenho visto praticar , nada menos pôde resultar , do que huma concussaçāo de cerebro , que ou prom-

promptamente cause a morte , ou , quando menos , desordene as potencias intellectuaes para sempre.

As verdadeiras utilidades , que do embalar se conseguem , merecem toda a nossa attençāo. Quem quer conhece a suinma debilidade com que nasce huma criança , cujos ossos , ainda incompletamente formados , e cujos musculos , quasi sem acçāo , requerem algum meio de se irem naõ só pouco a pouco fortificando , mas tambem de se livrarem da superabundancia de humores , de que se achaõ embebidos. Ora todos conhecem que nada lie taõ capaz de conseguir isto , como o devido exercicio.

Todos os animaes logo que nascem principiaõ a mover-se , só a especie humana taõ tarde o entra por si mesma a fazer : nós porém em vez de supprimos com a razaõ esta falta (se he que podemos taxar a natureza de falta) , ligamos , prendemos , e damos tratos ás innocentes crianças.

A frequente renovaçāo do ar , que occionaõ os ballanços regulares , e moderados sobre todas as partes do corpo das crianças ; e a acçāo das entranhas humas sobre outras fazem impressões tanto uteis , como agradaveis. O ar , que resiste mais , ou menos , quando o corpo com o berço se move de huma para outra parte , obra comprimindo todas as suas partes , como outras tantas fricções suaves , que necessariamente haõ de dar força aos vasos , espalhados por toda a pelle , promovendo assim a transpiraçāo insensivel , que he , direi assim , a base da saude das crianças. Por este modo pois se fortifica a sua debil constituiçāo , e mil vezes se alcança naõ pequeno allivio nos seus soffrimentos.

Como felizmente esta occupaçāo he só da incumbencia das mulheres , naõ he inutil acompanhar com cantigas proprias o ballanço do berço. Faz isto nas crianças o mesmo effeito , que nos adultos o murmu-

ri-

rinho das fontes , ou o sussurro dos brandos zefyros. Embora digaõ por objecção , que as crianças assim creadas servem de hum pezo enorme ; porque até de noite querem que as emballem , e lhes cantem. As mulheres nasceraõ para isto , e tem paciencia para mais , sendo principalmente as proprias mãis.

C A P I T U L O IV.

Do exercicio naõ só no que diz respeito ás crianças , mas ainda geralmente considerado.

ESTE Capitulo , pela íntima ligação que tem com o precedente , necessariamente se lhe devia seguir. Alli pertendi mostrar a utilidade , que se podia tirar do prudente modo de emballar ; agora porém mostrarei que sempre se deve continuar o saudavel exercicio das crianças , ponderando juntamente o modo justo de proceder , e os gravissimos inconvenientes , que de tal falta se seguem.

Poucas crianças ha entre nós que andem aos nove mezes ; o mais commun he do anno por diante. Isto depende em primeiro lugar da constituição mais , ou menos forte com que nasceraõ ; e em segundo lugar do modo , por que houverem sido creadas , atrevendo-me a affirmar , que aquellas com quem puzerem em prática os dictames , que neste Tratado inculco , andaráõ com muita mais facilidade.

Saõ mais que superfluos , saõ damnosos todos os expedientes , que se tem excogitado para fazer andar as crianças antes do devido tempo. A natureza he só quem o pôde mostrar ; e manifestamente o faz , deixando aparecer nos tenros membros o vigor preciso para os primeiros passos vacillantes : e como ella em tudo gradualmente procede , naõ principia por aqui , mas anticipadamente as põem em estado de se poderem af-

assentar, e de irem depois pouco a pouco engatinhando, até chegarem a sustentar-se em pé. Por tanto fazem mal aquellas pessoas, que, atropellando a natureza, pertendem que elles andem antes do tempo conveniente, obrigando-as a estarem sobre os pés, e a darem passos forçados: donde se seguem tortuosidades de pernas, e má conformação das últimas vertebras do espinhaço, e dos ossos inominados, o que depois nas mulheres he de summa consequencia pela dificuldade que vem a ter nos partos; e a tudo isto dá occasião a falta de consistencia nos ossos, como he facil de perceber.

Deixemos pois obrar a providente natureza; não empeçamos os seus passos, que a criança pouco a pouco por si se assentará, engatinhará, e arrimando-se ao que achar, se porá em pé, e ha de dar seus passos encostada, e por fim correntemente.

Algumas pessoas, a titulo de segurança, e prom-pidação no andar, prendem nas costas dos vestidos duas fittas, a que chamaão andadores; e pegando nelles sustentão as crianças, para facilmente andarem sem o risco de cahir. Seria bom, que tal costume se abolisse, pois delle se originaão danos inconsideraveis, taes os seguintes. He verdade que as crianças deste modo daram passos mais promptamente, mas he á custa da sua boa constituição; porque, sendo entaão muito medrosas, e não tendo vigor para tanto, encostaõ-se todas sobre os taes andadores prezos, como disse, ao vestido. Deste modo como o peito, e costellas ficaõ comprimidos, porque servem de ponto de apôio á força de quem péga nos andadores; principiaõ pela sua molleza a achatar-se, e a perder a sua natural configuração em prejuizo gravissimo das delicadas entranhas contidas nesta cavidade. Costumadas assim, tarde se resolvem a andar sem aquelle sustentaculo, e por conseguinte mais tempo ha para se confirmarem todos estes males.

Don-

Donde manifestamente se vê, que naõ deve ser este o modo de ensinar a andar, ou, fallando com mais exactidaõ, de ajudar a andar; pois só a natureza deve ser nisto nossa mestra, assim como o he de todos os outros animaes. O mais que podemos fazer, he seguir-las humas vezes pelas maõs, e outras mostrando-lhes distante alguma cousa, que lhes excite a curiosidade, obrigallas assim a dar aquellas poucas passadas; com o que facilmente perderão o medo, e se desembaraçarão a fazello sós.

Dir-me-haõ a isto, que muitas, sendo assim criadas, naõ tiráraõ prejuizo nenhum. Naõ tiráraõ, digo eu, apparentemente. As consequencias, assim deste, como de outros erros, sendo a principio pouco notaveis, chegaõ a manifestar-se quando, pela distancia do tempo, ficaõ esquecidas as verdadeiras causas. Donde vem principalmente nas grandes povoações tantas molestias de debilidade em particular de estomago, e de peito? Dos erros commettidos na primeira educaõ: entre os quaes este, de que trato, he muito attendivel, assim como todos aquelles que entendem com o bofe. E quem ignorará a influencia desta entranya vital em toda a nossa economia.

Naõ he menos prejudicial o uso de todas as fortes de carrinhos, com que tenho visto fazer andar as crianças; as quaes, prezas alli por baixo dos braços, descansaõ nesta parte todo o pezo do corpo: e desta forte se fórmão defeitos nas espadoas, que se elevaõ muito, estreitando-se, e desfigurando-se a cavidade do peito.

Todos estes meios, que se tem excogitado, só tem por si o livrallas de muitas quédas: isto porém, comparado com os damnos já mencionados, naõ tem proporçaõ nenhuma. Huma casa grande pouco, ou nada guarnecida de trastes he o melhor lugar para as desembaraçar a andar, e naõ haja receio de alguma pe-

quena quedá. He preciso nunca as confiar a outras crianças mais velhas, porque estas as podem conduzir a maiores precipícios; e tambem desviar-lhes da vista, e muito mais das mãos, qualquer instrumento, que as possa cortar, ou offendere. Havendo estas cautellas não ha precisaão de andadores, e de tantas variedades de carrinhos, que a especiosa prudencia dos pais põem em prática. De passagem advertirei, que as pessoas que se acharem presentes, não mostrem inquietação quando, por casualidade cahirem; porque, não fazendo caso, ellas immediatamente se calaõ, ou não chegaõ a chorar; e obrando de outra sorte, fazem-se tímidas, e momentas.

Faz muito mal ás crianças o demaziado melindre, assim como lhes he nocivo tratallas com aspereza, mas por este lado pécca-se muito menos; porque o comum he ter toda a condescendencia com as suas fantasias. Parece-me que os pais, ou educadores, deveriaõ fazer hum sytema inalteravel primeiramente de as acostumar a se fazerem servir pouco naquillo, que por si poderem fazer; em segundo lugar, de nunca lhes negar nada sem justo motivo, mas huma vez que se lhes negue qualquer cousa, nunca lha conceder, por mais que instem; porque se por froxidaõ se deixarem vencer das suas importunações, quereráõ conseguir tudo á força de pranto, de teimas, e de máo humor: e tudo isto, além do muito que influe no caracter moral, lhes faz grande mal á saude, tirando-lhes a alegria, que devem ter para se conservarem em bom estado.

Naõ he menos pernicioso o excessivo cuidado da sua conservação. Isto lie o que de ordinario se vê nas casas dos ricos, e grandes. O medo de que qualquer cousa as moleste, as põem sempre em sobresalto, de maneira, que naõ consentem ás crianças o livre, e conveniente exercicio; e receiaõ tanto que o frio, e o

ar

ar lhes façaõ damno , que as encerraõ em casas enviraçadas , sempre vestidas ao Inverno : naõ advertem porém , que este he o melhor modo de fazer seus filhos valetudinarios , e miseraveis.

Logo que as crianças chegarem a estado de andar desembaraçadamente , se lhes deve dar toda a liberdade para se exercitarem , seguindo nisto a voz da natureza , que as convida a hum movimento continuado. Nunca se devem obrigar a estar quietas , e muito menos assentadas. Deixem-nas brincar em casas grandes , e retiradas , e , se for possivel , em ar aberto , e puro , queria dizer , no campo. E se alguma vez for preciso accommodallas , seja com boas palavras , e bom modo ; porque he huma sem razaõ castigallas por aquillo de que principalmente depende a sua saude , e boa constituição.

Se houver huma criança taõ molle , que antes goste de estar quieta , o que raras vezes se encontra , se rá preciso solicitalla a brincar , já ajuntando-a com outras alegres , e buliçosas , já promettendo-lhe varias coufas , com que mais se obrigue a sahir da sua inercia. He summamente conveniente levallás a passear ao campo , e aonde haja ar puro quer seja na estaçao fria , quer na quente ; e os vestidos pouco devem differir de Veraõ , e de Inverno.

Tenho visto alguns pais taõ desarrazoados , que quasi obrigaõ os filhos a dormir a festa ; e a razaõ he porque elles tambem dormem. Huma criança só deve dormir de noite , e entaõ naõ he preciso obrigalla ; porque , cançada da lida de todo o dia , voluntariamente procura o sono. Assim , pais , e mãis , deixai correr , e saltar vossos filhos á vontade. Naõ os obrigueis de modo nenhum á quietação : quando estiverem quietos , sabei , que estaõ doentes. No exercicio consiste a sua saude. Naõ lhes deixais embora huma grande herança ; sem isto se vive contente ; mas naõ os façais

92 TRATADO DA EDUCAÇÃO FYSICA
com a vossa imprudencia fracos, doentes, e miseraveis
por toda a vida.

Muitos pais, cansados de aturar os filhos em casa, ainda, fallando imperfeitissimamente, os mandaõ ou para a escola, ou para a mestra. Aqui, entregues nas maõs de hum homem muitas vezes de genio forte, pregados sobre hum banco, passaõ a maior parte do dia papagueando o A B C, naõ podendo levantar os olhos. A mestra porém menos dura obriga as pobres meninas a estarem quasi todo o dia assentadas com a agulha na maõ, ou com a carta. Tal he a primeira educaõ que se dá em muitas Terras. E que prejuizos, assim moraes, como fysicos, se naõ seguem de taõ imprudente costume tanto aos particulares, como ao Estado!

Naõ se deve ensinar huma criança a ler antes de cinco annos: nesta idade aproveitaõ mais em hum mez, do que de tres, ou quatro em seis. Este ensino porém deve ser sem violencia, nem constrangimento. Por divertimento, e brincadeira se lhes pôde ensinar a ler, e escrever, sem as enfastiar daquelle occupaõ, que nunca deve passar de huma hora até hora e meia de manhã, e de tarde.

Se pois naõ conseguir dos pais emenda em prenderem seus filhos nas escolas, ao menos pedirei aos mestres, e mestras, que fazem exactamente officio de carcereiros, queiraõ ser mais arrazoados, e benignos, fazendo esta prizaõ menos pezada; cujo allívio consiste em naõ terem estes miseraveis tanto tempo constrangidos, e aperreados. Mas como os quererão aturar os mestres mercenarios, se os mesmos pais se enfastiaõ a ponto de os degradar da propria casa!

Nas aldêas, aonde ha falta de mestres, e donde a bulha das crianças incommoda pouco pela liberdade de que gozaõ, naõ deixa de haver outro igual inconveniente, qual he o de as occupar logo em trabalhos

superiores ás suas forças : donde se segue , que nunca chegaõ a ter o devido crescimento , e a ganhar as forças que teriaõ , se desde o principio menos trabalhadas fossem. A cada passo se encontraõ exemplos destes ; e he para admirar , que o mesmo lavrador que mette a enhada na maõ de hum filho de dez , ou doze annos , naõ põe a albarda no seu jumento antes de tres annos.

O que succede com o corpo , quando he antes de tempo trabalhado , igualmente se verifica com o espirito , quando querem fazer de criancas homens doutos. Mostra porém a quotidiana experientia , que parecendo a principio , que ha de vir a ser coufa grande aquella criancã , que aos oito annos já traduz seu pouco de Latim , e Francez , e que aos doze já vai á Rhetorica , quando chega á idade da razaõ , he hum homem muito ordinario no mundo litterario , sem engenho , sem prespicacia , e sem a energia das almas grandes. Naõ se devem pois acanhar os talentos de huma criancã , cuja razaõ principia apenas a desenvolver-se. Deixemo-la amadurecer primeiro , e entaõ , com a saude do corpo , teremos a fortaleza do espirito.

Naõ se pôde porém ao justo assiguar o tempo em que se deve começar a educaõ litteraria , porque a razaõ em huns apparece mais cedo , do que em outros ; cuja determinaõ deve ficar á descriçao de habeis educadores , costumados a espreitar a gradual desenvoluõ dos talentos das criancas.

Depois de passada a primeira idade , e entrando já a puberdade , he preciso que cresça o exercicio. Entaõ se deve aprender a nadar nos rios , ou no mar. Ninguem ignora quanta gente escapa por este meio das mãos da morte ; e bem poucos saõ os que no decurso da vida se naõ arrepensem huma vez de o naõ saber. Entre os Romanos , e ainda entre os Gregos , o saber nadar entrava como coufa essencial na boa educaõ , e qua-

quasi em paralelo com as bellas letras, de maneira, que quando se queria dizer, que tal pessoa não tivera educação, e que para nada prestava, se expressava com este proverbio :

Nec litteras didicit, nec natare:

Naõ sabe ler, nem nadar.

Isto he pelo que pertence ás vantagens, que, pelos successos da instabilidade da vida humana, podem provir a qualquer; mas ainda considerado pelo que diz respeito á saude, quem poderá duvidar do quanto nella influe o movimento, que se dá na accão de nadar a todo o corpo mergulhado em agua fria? Neste só acto se tiraõ todas as utilidades do exercicio, e dos banhos frios, dous meios efficacissimos de fazer das mais fracas constituições homens de ferro, capazes de supportar a intemperie das estações, sem a menor alteração na saude.

O esgrimir as armas tambem devia entrar no plano da boa educação fysica. Com este exercicio os membros se vigoraõ, e ganhaõ força incrivel nos musculos dos braços, e pernas. E quantas vezes nos naõ arrependemos desta ignorancia? As nações mais polidas da Europa fazem aprender a seus filhos o jogo das armas: em Portugal ainda com mais razaõ se devêra praticar isto; pois aqui muito mais, do que entre elles, se usa de espada.

De igual importancia he o saber andar a cavallo. He o exercicio mais util, que os homens descubríraõ, e que tem lugar em todas as idades. Por tanto os pais fariaõ muito bem a seus filhos, se os fizessem tomar algumas lições de picaria, e que continuassem, podendo ser, neste exercicio. Todo o mundo tem necessidade de saber, pelo menos, andar hum pou-

co a cavallo , ainda prescindindo do motivo da saude.

Todos os jogos , em que se agita o corpo , deviaõ ser nesta idade de frequente uso , taes saõ a bola , laranjinha , bilhar , atirar com fundas a alvo certo , a luta , carreira , &c.

O exercicio he taõ necessario para a saude , geralmente fallando , como he preciso o comer para se conservar a vida. Esta verdade demonstrada pela razaõ , e comprovada pela experientia , devêra andar sempre diante dos olhos de todo o mundo. Com as criancas pôde muito a sua natural inclinaçao ao movimento , ainda mesmo quando alguns pais imprudentes lho querem estorvar : com os adultos porém deveria valer a razaõ , que os persuade ao exercicio : mas quaõ pouco vale ella para com muita gente ! Sem ir buscar o exemplo dos doux mais famosos povos da antiguidade , Romanos , e Gregos , que tanto se exercitavaõ naõ só para conservarem a saude , como para se fazerem insensiveis ás fadigas da guerra ; que diferença se naõ encontra entre huma criancä do campo , e da Cidade , aquella correndo desembaraçadamente ao anno , ou quando muito ao anno e meio , e esta podendo dar apenas os primeiros passos aos doux ? Que diferença entre huma donzella do campo , e a das grandes povoações na vivacidade do rosto , na viveza das cores , e em fim na robustez de todo o corpo ? Que diferença , em huma palavra , entre os mesmos homens ? E qual será a causa de tanta disparidade ? He principalmente a falta de liberdade na infancia para seguirem a voz da natureza , e depois de chegar a idade viril , a indolencia , e ociosidade , em qua pelo commun se vive nas grandes Cidades .

Os antigos conheceraõ tanto a utilidade , que se tira dos exercicios naõ sómente na infancia , mas ainda nas idades seguintes , que sobre isto haviaõ leis expressas

96 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

pressas. Assinalavaõ em todas as Cidades lugares para este fim deputados, nos quaes toda a mocidade se ajuntava. Presidiaõ os Anciãoſ, e premiavaõ aos que mais se distinguaõ. O vencedor era honrado, e visto com respeito naõ só na propria patria, mas até nas Cidades vizinhas. (*)

Por meio desta nobre emulaçao, sempre util á patria, estes mancebos forticavaõ seus membros, e chegavaõ áquelle estado de insensibilidade, e valor infatigavel, que fez a naçao Grega o terror dos Reis da Persia, e a Romana conquistadora de toda a terra entaõ conhecida. Hoje em dia porém naõ só está esquecida esta interessante parte da educaçao da mocidade, em especial da que se destina para a milicia; mas converteo-se em melindres, ociosidade, e inteira effeminaçao. Ha quem ponha espartilhos nos meninos. Que mais se pôde dizer, ou esperar? Mas só ao Estado pertence a revoluçao destas damnosas preoccupações, estabelecendo á imitaçao dos Antigos em todos os Collegios, e tambem fóra, todas as especies de jogos, com que a mocidade se divertisse, e chegasse a adquirir tal vigor de corpo, e espirito, que a fizesse util a si, e á patria.

Este contagio, que tanto tem lavrado no sexo masculino, já naõ pôde ir mais longe entre o bello sexo. Huma senhora, que naõ he delicada, melindrosa, e momenta, naõ merece tal nome. O tropel de molestias, principalmente nervosas, que taõ familiares lhe saõ, resultará acaſo da sua natural constituiçao? Naõ certamente. Verdade he que as mulheres saõ mais fracas do que os homens; isto porém he o que se observa nas fêmeas de todos os animaes. Mas se as considerarmos em

(*) Vejaõ-se as honras, que as Cidades da Grecia deraõ a Alcibiades por ter alcançado tres premios nos jogos Olímpicos. *Vida de Alcibiades*, por Plutarco.

em si, tem toda a fortaleza que requerem as funcções, para que as destinou a natureza.

Ha dous mil annos que as mulheres Gregas, Scythas, e Germanas eraõ feitas do mesmo modo que as de hoje. Creadas porém segundo a natureza, nutritas com alimentos bons, e simplices, e vivendo sobre tudo em continuado exercicio, disputavaõ aos mesmos homens o animo, e grandeza da alma. Naõ se casavaõ senaõ depois de terem ganhado pelo exercicio huma saude firme, e capaz de supportar os trabalhos da prenhez, do parto, e da creaçao de seus filhos (*). As mulheres da antiga Scythia até carregavaõ com o peso das armas, e soffriaõ as fadigas da guerra; e em quanto naõ davaõ nos combates provas do seu valor, naõ se casavaõ.

Mas , sem partirmos de tão longe , as mulheres do campo são diferentes não são das senhoras das Cidades ? E donde provém esta diferença , senão principalmente do aturado exercicio que fazem ? Por meio delle chegão a conseguir hum temperamento tão forte , que as faz mil e mil vezes mais felizes na sua mediocridade , e pobreza , do que são aquellas no meio das suas pompas , e riquezas. Com isto não pertendo que todas troquem as Cidades pelo campo , para aqui haverem de fazer o que as mulheres rusticas fazem ; porque seria querer hum absurdo : e nem as senhoras das Cidades poderiaõ supportar tal modo de viver , e de exercicio , que deve ser proporcionado á primeira educação.

Do que fica exposto, unicamente se deduz em breve, que se as senhoras de hoje saõ debeis, frôxas, e quasi vidrentas; se padecem tantos hysterismos, e tan-

N tas

(*) Licurgo, fabio Reformador de Lacedemonia, tinha estabelecido jogos, e exercícios para as mulheres. *Vida de Licurgo*, por Plutarco.

tas molestias convulsivas, nada disto he devido á general constituição do bello sexo; mas que tudo tem principalmente por causa a extraordinaria ociosidade em que vivem, sem darem hum só passo dias e dias. As que saõ menos favorecidas da fortuna, bem podem, lidando nas proprias casas, fazer bastante exercicio, sem perderem todas as occasões em que tiverem commodidade de sahir ao campo, ou ao menos para fóra do coraçao da Cidade, aonde o ar he sempre menos puro: e as que vivem na abundancia, e na grandeza, devem variar os seus passões, fazendo-os humas vezes a pé, outras em sege, e outras em fim a cavallo. Podem ir commodamente passar parte do Veraõ no campo, e gozar nelle de toda a sua liberdade. Com este só remedio, o exercicio, estou persuadido, que se curaria a maior parte das enfermidades, que tanto reinaõ entre as senhoras: mas quaõ difícil naõ he persuadir o trabalho a quem vive na indolencia, e inacção ainda com o poderoso motivo da saude!

Entre todos os erros commettidos no somno, no comer, &c., o maior he a total falta de exercicio. Com este poderiaõ remediar-se alguns defeitos da primeira educaçao; mas a molleza chega a destruir naõ só a boa constituição, com que tivemos a fortuna de nascer, porém tudo o que fizemos de bom na primeira idade (*).

Poucas pessoas ha, que no decurso de toda a sua vida naõ tenhaõ feito mais exercicio em hum tempo, do que em outro. Recordem-se pois, e acharão, que passaráõ melhor quando mais se agitavaõ. E he taõ ordinario serem as pessoas que vivem na indolencia frôxas, e valetudinarias, quanto he raro serem acha-

ca-

(*) Julio Cesar, segundo Plutarco, era de huma compleição muito delicada, a qual fortificou com exercicio, e no meio das fadigas da guerra.

cadas as que saõ costumadas ao trabalho, e exercicio, naõ havendo nisto excesso, que em tudo he reprehensivel.

De manhã ao sahir do Sol he o tempo mais proprio do paſſeio, principalmente no campo. O ar entaõ, embalsamado dos perfumes de immensos vegetaes, dá a quem o respira huma tal força, e espirito, que dura todo o dia. Depois do somno da noite, vazio o estomago, e estando como supitas todas as funcções animaes, e naturaes, a circulaçao se faz com liberdade, nutre-se o corpo todo, augmentaõ-se as secreções, e a alma vê tranquilla os objectos que a cercaõ.

Quando porém o estomago está cheio, o corpo naturalmente recusa o trabalho, porque está entaõ mais pezado, e menos agil; e se forceja, perturba-se a digestaõ, desordenaõ-se as secreções, e excreções, e os humores precisos para a boa nutriçao ficaõ mal trabalhados. Deve-se por tanto esperar ao menos duas para tres horas depois de jantar, antes de se principiar com o trabalho quer do corpo, quer do espirito, havendo sempre attenção á força do estomago; porque huns em quatro horas terão feito a digestaõ, e outros nem em seis. O que he absolutamente necessario he, que a primeira digestaõ esteja feita; isto he, que o alimento esteja reduzido a chylo: o que cada hum, sem difficuldade, conhecera pela agilidade do corpo, e desembaraço da cabeça.

CAPÍTULO XI.

Do modo de aperfeiçoar os sentidos das crianças.

Ninguem reflectindo deixará de conhecer o quanto importa á perfeição dos homens a perfeição dos sentidos : pois estando hoje em dia assentado entre os Filósofos , que a primeira , e unica fonte dos nossos conhecimentos são os sentidos , he manifesto , que quanto mais aperfeiçoados forem , menos erraneas serão nossas idéas. Vem por tanto a ser hum dos pontos mais essenciaes na educação física a diligencia esmerada , naõ só em evitar quanto os pôde alterar , mas tambem em lhes dar a perfeição que couber em nossas forças.

O primeiro sentido , de que huma criança recem-nascida principia a usar , he o paladar. Os outros mais devagar , e gradualmente se vão desenvolvendo. Poucas horas depois de nascida busca o peito , e logo que lhe péga sabe chupar o leite por meio de hum movimento tão complicado , que muitas pessoas adultas o naõ sabem fazer. O alimento , que a natureza lhe oferece , he o leite materno : e que outro lhe podia dar mais simples de quantos conhecemos ?

He tão sensível este orgão nas crianças recem-nascidas , que , por efeito de simples instinto , naõ suporta no leite qualquer alteração ou acre , ou acida. Algumas ha que em tal caso até chegaõ a recusar o peito , fugindo de quem lho oferece. Daqui se infere , que o unico alimento proprio he o leite bom , naõ só pelo que diz respeito á saúde , mas ainda ao melhamento do paladar. Os primeiros annos da sua vida devem ser passados em simplicidade de alimentos ; porque entretanto he que se vai pouco a pouco aperfeiçoando este orgão interessantíssimo , pois quasi lhe po-

de-

demos chamar a fonte da vida ; pois por sua intervenção he que os outros se aperfeiçoão , e conservão. Hum tal alimento tão simples , quanto suave he sómente o que pôde , naõ offendendo as papillas nervosas do paladar , conservar a delicadeza deste orgão , até que chegue o tempo de inteiramente aperfeiçoar-se. Donde se vê tambem quaõ damnoso he querer crear crianças com papa , assorda de alhos , &c. Esta comida , além dos males que causa ao estomago , como em outro lugar mostrámos , altera summamente a contextura destes nervos tão sensíveis.

Principalmente prejudica a este orgão o uso do vinho , bebidas espirituosas , café , chá , &c. De qualquer destes modos he evidente , que os nervos se contrahem , alteraõ , e ficaõ quasi callejados , perdendo assim toda a sua delicadeza. Estaõ no mesmo caso os comeres carregados de especierias , e de natureza picantes , carnes falgadas , defumadas ; e o comer , ou bebidas tomadas muito quentes.

A experiencia comprova o que fica exposto ; pois he de facto , que as crianças , que de pequenas bebêraõ vinho , e licôres desta natureza , como tambem as que usáraõ de semelhantes comeres , tem o paladar naõ só pouco sensível , mas estragado ; e que as que forão criadas de outra sorte , conservão a delicadeza que lhes he natural.

Esta escrupulosa attenção de naõ dar coufa que irrite , e altere os nervos do paladar , deve durar até aos quatro annos. Dahi por diante , havendo nelles mais firmeza , poder-se-ha , sem fugir da simplicidade , variar mais a comida. He preciso que pouco a pouco próvem de tudo , naõ só para que de tudo tenhaõ idéa , mas porque virá occasião em que naõ haja por onde escolher , e ferá bom que o estomago nada estranhe.

Este sentido naõ nos foi dado só como estímulo ,
que

que nos obrigaſſe a comer. O ſeu principal fim he , o de nos advertir da qualidađe daquillo que comemos. Se bem obſervarmos o que entre os outros animaes ſe paſſa veremos , que elles nunca comem coſa que lhes faça mal ; mas quem os guarda he a delicadeza do ſeu paladar , nunca eſtragado com os coſeres , e bebidias , que a arte tem inventado. He poiſ regra geral , naō havendo depravação neste ſenrido , que aquillo que nos ſabe bem , nos aproveita , e reciprocamente fallando. Donde ſe vê quađ interessante he a natural conſervação do nosso paladar.

A natureza poſ o orgađo do olfacto em huma das partes da cabeça a mais conveniente , para com facilidade perceber o prejuizo , que nos podem cauſar certas particulas voláteis , affim como para gozarmos das que nos ſão ſaudaveis. Póde-se com verdade dizer , que este ſentido he auxiliar do paladar ; porque tudo o que nos ſabe bem , e nos he proveitoſo , he ſempre agradavel ao olfacto ; e este he o primeiro juiz do que comemos. Sendo porém este ſentido hum ſuplemento do paladar , tem todavia ſeus prazeres separados , em que o outro naō tem a menor parte.

As criancas quando nascem naō ſão ſenſiveis ao bom , nem máo cheiro ; naō porque os ſeus nervos ſejađ entađ na esta parte inſenſiveis (*) , mas porque ainda naō tem a disposiđao precia para repreſentarem ao ſenſorio commum as diſſerenças dos cheiros. Devagar poiſ ſe vai deſenvolvendo ; e com razão , porque como todos os animaes ſe alimentađ ſó de leite , naō hađ mister da exquifita ſenſibilidađ do olfacto.

As criancas , que nascem na grandeza , e opulencia , cujo berço , e camara eſtađ ſempre exhalando o cheiro de fragrantes perfumes , vem a perder a ſenſibi-

(*) Logo que nascem ſentem tanto a eſtranheza do ar , que promptamente eſpirrađ.

bilidade deste sentido, ficando depois insensíveis a todos os cheiros menos activos. A razão he bem clara; pois estando aquelles nervos costumados a sensações fortes, não sentem o estímulo das mais fracas. He portanto pessimo costume o perfumar não digo só a roupa, e vestidos das crianças, mas tambem o quarto da sua maior habitação. Sejaos os seus perfumes o ar puro, e corrente, e todo o seu enxoaval bem lavado, e bem enxuto. Assim daremos tempo a que se desenvolva, e aperfeiçoe este interessante sentido, que julga tanto do que comemos, e bebemos, como do ar que continuamente respiramos.

Naõ se deve taõ pouco consentir que as crianças andem de contínuo com os dedos no nariz esgravatando as ventas; porque este costume faz pelo menos os nervos pouco sensíveis. De manhã deve haver cuidado em lhes lavar aquelle muco espesso, que pela noite fica pegado, e secco; porque assim conservaõ os nervos a humidade precisa para a sua sensibilidade, ainda sem me lembrar do aceio, que em tudo he recomendavel.

Sem o sentido de ouvir seríamos sem dúvida desgraçados; porque nem saberíamos explicar nossas idéas, nem ouvir as dos outros. E quem pôde duvidar da semsaboria de semelhante existencia? Mas para complemento da nossa felicidade naõ basta que ouçamos simples, e grosseiramente o que sôa; he preciso termos certa delicadeza neste sentido. Sem esta nos será indiferente o suave gorjeio dos passarinhos, o doce murmurio das fontes, e a encantadora musica assim instrumental, como de vozes. Para a conseguirmos pois convém, que junto ás crianças se naõ faça estrondo, e que a sua habitação naõ seja ao pé de ferreiros, carpinteiros, e outros officiaes, que aturadamente fazem bulha, e que por isso tem sempre o ouvir pouco agudo. Deve-se também fugir da vizinhança de sinos, de

ou-

ouvir tiros de perto, e em geral de toda a especie de estrondo. Quantos casos se naõ contaõ de pessoas, que ensurdeceraõ por algum grande estrondo feito ao ouvido? E se tanto succede a hum adulto, que se deve esperar de huma criança?

He costume geralmente recebido em Portugal cantar ás crianças quando as querem acalentar, ou adormentar: isto naõ he máo; mas he de advertir, que deve ser em voz moderada, e naõ gritando, como de ordinario se vê. Mas seria melhor naõ lhes cantar, do que fazello naõ tendo voz harmoniosa; porque bom he que o ouvido se costume desde logo a ouvir vozes sonoras. Sabemos por experientia que habitos mudão naturezas: e quem sabe se muita gente conserva sempre máo ouvido, porque logo da infancia lho pervertêraõ?

He conveniente lavar de vez em quando os ouvidos das crianças com agua morna, para melhor se tirar a céra que nelles se forma; e sendo preciso, tirar-lha com algum instrumento sem ponta, ou seja de pão, ou de outra qualquer coufa. Esta céra demorada pôde fazer surdez.

Devo por fim recommendar, que todos os pais, podendo, nunca deixem de mandar ensinar a seus filhos musica, e a tocar algum instrumento; porque, além de outras muitas utilidades, naõ ha coufa, que mais aperfeiçoe este sentido.

A vista he o mais lindo, e o mais agradavel de todos nossos sentidos. Sem ella quasi todas as maravilhas do Universo nos seriaõ desconhecidas, e o mundo hum perfeito cáhos. Por meio della he que principalmente se augmenta o número de nossas idéas. Os olhos nos daõ a conhecer os objectos; o tacto os examina; e a razão os julga. A vista, sem ser dirigida pelo tacto, unicamente nos ministraria idéas falsas; e em vez de nos guiar, nos conduziria a precipicios certos.

tos. (*) Pelo que he muito necessario , que deixemos sempre as crianças pegar nos objectos que vem , e nisto satisfazemos a sua natural inclinaçao , pois todas elas quando vem qualquer cousa que lhes dá nos olhos , naõ ficaõ satisfeitas sem pegar , e a seu modo examinalla. Isto succede ainda depois de principiarem a andar ; e entaõ mesmio convem , que , quando puxaõ para chegarem a hum objecto , se lhes faça a vontade. Este he o modo de se irem costumando a julgar da distancia , da forma , e do seu tamanho.

Como os objectos se pintaõ nos nossos olhos ás aveſſas , e segundo a maior , ou menor intensidade de luz , e segundo tambem as differentes distancias , acontece representarem-se alguns de noite com apparencia medonha ; para o que concorrem em grande parte os contos frivulos , com que muita gente costuma acalentar crianças ; em grande parte digo , porque em noites escuras tenho visto , que alguns animaes se assustaõ com cousas , de que de dia naõ fazem caso. Por tanto he preciso costumar as crianças a ver os objectos de noite , até levando-as a casas escuras : e caso naturalmente se intimidem , convem desenganallas do seu medo , fazendo-as examinar aquelle objecto que lho causava. Só deste modo he que podem vir a ter verdadeiras idéas das cousas , familiarisando-se a vellas em todas as circunstancias.

He preciso conservar sempre as crianças no berço , de maneira , que a luz lhes naõ fique de ilharga ; por
O que

(*) Veja-se o que diz Mr. de Buffon referindo as observaçoes do Cirurgiao inglez Cheſelden ; o qual pela operaçao da catarata deo vista a hum cego de nascimento , de idade de treze annos. Este nos primeiros tempos naõ pôde julgar nem da distancia , nem da forma , e nem do tamanho dos corpos. Guiava-se melhor cego , do que entaõ com vista.

que assim facilmente ficaõ vesgas pela força desigual, que entaõ fazem os músculos dos olhos. Se poréni suceder, que ou por descuido, ou por natureza tenhaõ este defeito, naõ sendo muito grande, porque entaõ he irremediavel, deve-se cubrir o olho saõ com hum pouco de tafetá preto, e deixar o defeituoso descuberto; pois deste modo pôde ganhar a força que lhe falta, e chegar a equilibrar-se com o outro. O exercicio, e a mudança de direcção poderão conseguir este beneficio, estando o saõ em descânço. Mr. de Buffon mostrou com repetidas experiencias, que o defeito provinha da desigualdade de força nos músculos dos olhos: a razão as apadrinha; e o unico meio de as remediar he o que fica exposto.

Naõ se deve consentir, que as crianças fitem os olhos em objectos luminosos, por exemplo, em huma parede caiada, ou em hum espelho aonde dê o Sol. Com o mesmo cuidado se deve fugir, de que huma criança pequenina se entretenha muito tempo a olhar para a luz de candieiro, vela, &c. como tenho muitas vezes visto fazer. Tudo isto lhes debilita consideravelmente a vista: e he isto de tanta importancia, que se tem visto pessoas cegas já depois de adultas, por haverem fitado os olhos em objectos muito luminosos.

Quando principiarem a ler, devem-se-lhes dar caras, e livros de boa letra, e bom tamanho. O ler com pouca luz, ou tambem demaziada, enfraquece a vista, e faz *myopes*. O mesmo succede quando se usa muito de oculos de ver ao longe, de microscopios, &c.

O tacto he hum sentido universal, mas reside particularmente nas maõs, e ainda aqui principalmente nas cabeças dos dedos. Todos os outros sentidos saõ diferentes modificações deste; e por sua intervenção he que grandemente se aperfeiçoaõ. A natureza sábiamente o pôz como de sentinelha a todas as partes do cor-

po animal ; porque sem elle , a sua existencia andaria em continuado perigo. Que seria de hum animal sem tacto algum ?

A figura das maõs compostas de taõ pequenos ossos ; a dos dedos igualmente feitos com tantas juntas ; a disposiçao dos nervos já nas palmas das maõs , já nos apices dos dedos , tudo está mostrando a superioridade que temos neste sentido a todos os outros animaes. Sem esta construcçao naõ podíamos julgar nem da superficie , nem da figura dos corpos. Era preciso para este fim , que a maõ pudesse abranger , e accommodar-se toda á superficie que quer examinar. Logo tudo o que diminuir a flexibilidade dos dedos ; tudo o que fizer menos delicada a pelle das maõs , ha de por força prejudicar a delicadeza do tacto. Naõ se deve pois consentir que as crianças cheguem as maõs ao lume , e menos que peguem em brazas ; que naõ deitem nas maõs aguas espirituosas , nem acidos fortes , &c. O tocar cravo , flauta , ou outros instrumentos , em que todos os dedos trabalhem , concorre muito para a perfeiçao deste sentido.

He prejuizo , sem fundamento algum na razaõ , o costumar as crianças a unicamente se servirem da maõ direita. Que privilegio terá esta sobre a esquerda ? A natureza naõ lho dá certamente. O bem que disto se tira , he termos depois o uso de huma unica maõ. Eduquem-se pois as crianças sem preferencia de maõ. Sirvaõ-se tanto de huma , como de outra. No decurso da idade he que se vem a conhecer a utilidade disto , sendo em muitas occupações essencial a ambidexteridade , e em todas sempre vantajosa.

CAPÍTULO IX.

Da grandissima utilidade, que resultaria ao Estado, e a cada hum dos particulares a geral introduçao da inoculaçao das Bexigas.

Este Capítulo a meu ver he excellente remate dos antecedentes; pois naõ menos que aquelles se encaminha a conservar a saude, e a vida da especie humana. O desastradissimo sucesso das bexigas do nosso amabilissimo Principe do Brasil o Senhor D. José, ha taõ pouco tempo visto, foi o que principalmente mafuscitou a idéa de rematar esta pequena obra com alguns reparos sobre a utilidade da inoculaçao. Se aquelle estimadissimo Principe se houvesse sujeitado a esta innocente, e facilima operaçao, certamente animaria ainda hoje as nossas bem fundadas esperanças; e teria poupadõ a seus fidelissimos vassallos a incrivel mágoa, que lhes causou a sua taõ chorada, como imprevista morte. Depois de taõ desastrado acontecimento succedeo a morte da nossa Infanta em Castella, a de seu marido, e filho. Em Napoles ha poucos dias morreõ o Infante: e em Lisboa a morte de alguns Grandes, e de immensas pessoas das Classes inferiores tem com razaõ feito hum grandissimo terror a toda a gente, que á força de exemplos taõ funestos se vai inclinando a esta faudavel operaçao.

Naõ sabemos, e nada importaria sabello, qual foi a origem da inoculaçao, ou enxertia das bexigas: sabemos taõ sómente, que ella he antiquissima, e que de tempo immemorial se practica na Georgia, na Circaia, em Bengala, na China, e na Turquia. A primeira vez porém que na Europa se inoculou foi no anno de 1721 (*). Hu-

(*) Hum Medico chamado Timon de Constantinopola, e

Huma senhora Ingleza , que havia sido Embaixatriz em Constantinopola , á força de ver os felicissimos successos da inoculaçāo nesta Capital , se resolveo a fazer inocular hum filho que alli paríra. De volta para Inglaterra publicou em Londres o que víra , e o que fizera ; e as suas persuasões autorizadas pela novidade interessárao tanto a Princeza de Galles , que mandou inocular quatro homens , e huma mulher , condemnados á morte. Foraõ as bexigas taõ felices , que na Primavera do anno seguinte 1722 fez inocular duas filhas suas segundas , e o sucesso foi o mesmo. He facil de conjecturar quaõ rapida seria em Londres , e em toda a Inglaterra a propagaçāo da inoculaçāo depois de huma tal prova na Familia Real.

Os Francezes , que anciosamente a teriaõ abraçado , se lhes viesse em direitura da China , ou do Japão , desdenhárao della unicamente por se ter naturalizado em Londres. Depois de mil contradicções só verdadeiramente se introduzio neste Reino , depois que Luiz XVI. , que actualmente reina , se fez inocular. Na Alemanha , na Italia , e em todo o Norte de dia em dia se vai propagando a inoculaçāo. Em Portugal naõ he nova ; mas he de admirar , que naõ se inoculando quasi ninguem em Lisboa , se inocule muita gente em algumas das suas Provincias. Os Inglezes a levárao a America ; e era justo que , tendo-lhe levado o mal , lhe levasssem o remedio. Mr. de la Condamine vio no Pará introduzida a inoculaçāo por hum Missionario do Carmo , que a praticára , a fim de atalhar os damnos de huma cruel epidemia ; e com effeito assim lhe succedeo.

Se a inoculaçāo se introduzisse sem antagonismo , nem por isso ficaria mais acreditada. Qual he a coufa , por

que fez os estudos em Inglaterra , a communicou em 1713
a Mr. Woodward ; mas nunca se procedeo á operaçāo..

110 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

por melhor que seja, que não padeça a princípio mil contradicções? Quanto se não disse contra a quina, remedio hoje em dia tido por divino, e sem o qual se não devia desejar ser Medico? Todos aquelles porém que attackárao a inoculação, mal o podiaó fazer com fundamento, porque della não tinhaó prática nenhuma; e só os factos a podiaó acreditar, ou desacreditar: pelo que só com argumentos sofísticos lhe puderáo fazer guerra. Mas a experiençia, que unicamente podia decidir a questaó, bem depressa atou as maos aos adversarios de taó util invento.

Os engenhos todavia relevantes, os homens abalizados do nosso seculo, não deixárao de ver desde logo a sua grandissima utilidade. Haller, este homem o maior talvez de quantos Medicos sao admirados nos Fastos Medicos; nenhum taó obfervador, nenhum taó inventor, nenhum em fim que soubesse mais arrancar das maos da natureza os seus segredos, e que com mais delicadeza os analysasse; este homem pois, escrevendo a Tissot, assim diz da inoculação: Operação taó inocente, taó facil, e taó sem razão desdenhada dos Francezes, e Suíssos; os quaes deixaó morrer tanta gente de huma doença sempre perigosa depois de certa idade.

Antes delle Boerhaave, e Hoffman se tinhaó declarado em seu favor: todos sabem o respeito, que ainda hoje se tributa a estes douos famosos homens. Mead, que ganhou em Inglaterra a reputação de Galeno do seu paiz, lhe faz os maiores elogios, e a recommenda, como coufa enviada por graça especial do Ceo. Werlhof, Medico d'ElRei de Inglaterra, que se costuma citar, quando se quer nomear hum grande Prático, dá sete razões decisivas para a conservar. Depois destes ninguem mais se deve apontar; e se quizessemos, seria hum nunca acabar: nomearei com tudo o famoso d'Alembert, que em seu abono escre-
veo

veo naõ como Medico , mas como Filosofo , e hum
tal Filosofo.

Passado mais de meio seculo de experientia a ino-
culaçao devêra estar extinta na Europa , se os factos
lhe fossem contrarios ; mas naõ succede assim : ainda
todos os dias se lem escritos em seu decisivo abono ,
naõ fundados em discursos sofisticos , como os dos seus
adversarios , porém sim em infinitade de observações ,
que incontestavelmente provaõ a innocencia , e facili-
dade desta operaçao.

Se a simples authoridade bastasse para inteiramente
convencer os meus nacionaes da quasi necessidade
de abraçar esta taõ saudavel prática , certamente os ti-
nha já convencido. Mas como ninguem neste presente
seculo gosta de se levar a olhos fechados da pura au-
thoridade , prosigo em argumentar com a razaõ , e com
a experientia .

Primeiro , que tudo he preciso assentar em dous
principios , sem a segurança dos quaes a ino-
culaçao deveria ser desterrada. I. Que ninguem morre de bexi-
gas inoculadas , a serem tratadas por maõ prudente ,
habil , e em circunstancias convenientes. II. Que as be-
xigas de ino-
culaçao evitaõ as naturaes .

As provas do primeiro requisito devem mais ser
tiradas da experientia , do que da razaõ : e quem pô-
de testemunhar isto , seraõ aquelles Medicos , que ,
cheios de probidade , e saber confessão a innocencia
desta operaçao , estribados na experientia de longos an-
nos.

Mr. d'Alembert refere no seu discurso sobre a ino-
culaçao ter ouvido a Mr. Tronchin , hum dos mais
acreditados Inoculadores da Europa , que elle naõ tor-
naria a inocular na sua vida , se hum só inoculado lhe
morresse nas maõs. Outro Inoculador , depois de huma
grande prática em París , escreve , que se de mil mor-
resse hum inoculado , seria isto para quem se inocula-
se .

se hum risco temivel, e para a inoculaçāo grandissimo deslustre (*).

Examinados bem, diz o mesmo Filosofo, os factos, incontestavelmente confessados por huma, e outra parte, Inoculadores, e antiinoculadores, parece naõ ter haver havido victima bem caracterizada da inoculaçāo ao menos em París, senão huma rapariga em 1755 fóra dos termos, e quando a inoculaçāo começava a ser apenas conhecida em França. Escrevem de Berlin, que Mr. Woeffler, Medico em Magdebourg inocula ha mais de dez annos em todo este Ducado com felicissimo sucesso: ainda lhe naõ morreto huma só criança, e até os mesmos rusticos lhe trazem os seus filhos. Mr. Tudesq, depois de trinta annos de prática, diz deste modo na sua obra impressa em 1787, que, se reflectirmos sem prevençāo no processo das bexigas artificiaes, seremos obrigados a reconhecer nellas hum carácter benigno, que lhe he natural. Conduzido, diz em outro lugar, por experiencias multiplicadas, naõ cansarei de repetir, que com o socorro da simplicidade da minha prática, nunca tratei de bexigas artificiaes, que me puzessem em risco a vida dos inoculados.

O primeiro reparo, diz o célebre Tissot, que ha para fazer a respeito da inoculaçāo he, que ella se prática, e se tem perpetuado na China, donde a policia he tão regular, exacta, e maravilhosa, no Japaõ, na Circassia, na Georgia, e na Turquia; e que cada dia se espalha pelas Províncias vizinhas. Em 1724, dous annos depois da inoculaçāo em Inglaterra, quando os inoculados se contavaõ já a milhares, os seus adversarios só tinhaõ que allegar tres mortos; e julgado o caso por juizes imparciaes, tudo fóra efeito de im-

(*) Reflexões sobre os prejuizos, que se oppõem aos progressos da inoculaçāo, por Mr. Gatti, pag. 98., 99.

imprudencia , como do moço Sunderland , que , contra o parecer dos Medicos , se quiz inocular estando phthysico confirmado. Alguns annos depois , fazendo as bexigas grandissimos estragos em hum bairro de Londres , se inoculáraõ quatrocentas pessoas , que se acháraõ huma maravilha. Em outra occasião o Doutor Nedleton tratou elle só de setenta inoculados , sem que nenhum tivesse o menor perigo. De duas mil pessoas , que se inoculáraõ em 1749 , e 1750 , só morreraõ duas mulheres pejadas , que , por entusiasmo , e contra o parecer dos Professores , se sujeitáraõ á operaçao.

Estes factos saõ os mais concludentes em abono desta prática ; porque se ella naõ fosse taõ innocent , como sou obrigado a crer , he manifesto , que no seu principio , quando naõ havia ainda todo o conhecimento das mais prudentes , e acertadas circunstancias para bem se proceder nessa operaçao , haveria entre milhares de inoculados muitos mortos. E se entaõ os naõ houve , hoje menos se deve recear , visto o muito que se tem observado , e escrito a este respeito.

Mr. Tudemq. ultimamente fez desapparecer com as suas experiencias huma das grandes objecções , com que os antiinoculadores procuravaõ desterrar a inoculaçao , e he que muitas vezes a materia , com que se fazia esta operaçao , ao mesmo passo que enxertasse as bexigas enxertaria tambem outros venenos existentes no corpo de quem se tirava a dita materia. , Segundo o que se tem passado (diz este Observador) até hoje nos meus ensaios sobre a inoculaçao , creio poder affirmar , que se por huma parte o veneno das bexigas recebido pelo ar , me parece gerallas tanto mais crueis , quanto elle he mais carregado de outros miasmas estranhos ; por outra constantemente vi , que o fermento que produz as bexigas artificiaes , de nenhum modo participa de outro qualquer veneno estranho , que se possa encontrar no corpo da pessoa , de quem se tirou a materia para a inoculaçao.

ção. Quanto a mim posso afirmar, que o tempo, e a occasião assim me tem mostrado. A observação seguinte fará ver o quanto estou capacitado por muitas experiências antecedentes da idiosyncrasia, e homogeneidade da matéria tirada das pustulas propriamente das bexigas. Inoculei a vinte e quatro de Outubro de 1778 tres dos meus filhos; a saber, duas meninas, e hum menino; a mais velha de quinze annos, a segunda de tres e meio, e o menino de vinte e dous mezes. Tomei de propósito a matéria para a inoculação de hum menino, que tinha inoculado havia doze dias, o qual, além de tumores de alporcas, estava com a cabeça cunberta de tinha. Meus filhos tiverão bexigas excellentes, e não ficarão menos saudáveis, e vigorosos. „

„ Cito estes exemplos (continúa o Author) menos para se seguirem, do que para mostrar, ainda o repetirei, que a matéria das bexigas tirada de huma pustula qualquer que for, parece ser dotada de huma natureza particular, que a exclue de todo outro veneno. He preciso porém haver cuidado em que a pustula, donde se tirar à matéria para a inoculação, esteja livre pela proximidade de infecção de outro veneno da pelle, por exemplo, farna, &c.; porque então se inocula juntamente as outras enfermidades. „

Sendo isto assim, segundo as experiências deste iluminado Observador, e até porque a razão o abona; pois sendo aquella supuração motivada pelo veneno das bexigas, que he hum veneno particular, he de crer, que a matéria resultante seja também de huma natureza propria, sem mistura de outro algum veneno: tres razões fortíssimas concorrem para absolutamente se abraçar a inoculação, e para se temerem as bexigas naturaes, como duvidosas, e cheias de immenso perigo; e saudáveis as seguintes. Com verdade se pode dizer, que todas as bexigas são causadas pela inoculação; porque esta não he mais, que o veneno introduzido no

cor-

corpo , seja qualquier o modo. O mais ordinario he recebendo o veneno , que anda espalhado na atmosfera (*). Este veneno porém , depois da sua demora no ar , ou se combina com infinitade de outros que nelle andaõ , ou se altera , segundo as differentes construções delles. Logo quando o veneno das bexigas vem transmittido pelo ar , sempre he suspeito , e mil vezes cheio de summo perigo pela incerteza da sua qualidade ; ao contrario , que pela inoculaçao temos sempre puro , e singelo , como fica mostrado. Esta a primeira razao , que deve fazer preferivel a inoculaçao ; porque por meio della temos certeza da benignidade das bexigas ; e esperando-as naturaes , o mais certo he he tellas malignas , principalmente depois de certa idade.

Sabem todos que no lugar , em que se faz a operaçao , he que se forma o fóco das bexigas ; porque ha inflammaçao , e ás vezes cryspelas , número grande de pustulas , e muita quantidade de materia. Ora quando se recebe o veneno por meio do ar , he ordinariamente pela respiraçao ; e entaõ se vai fazer a inoculaçao , ou o fóco das bexigas na cavidade do peito : e vem a succeder aqui pelo menos outro tanto , quanto succede externamente ; e naõ sendo aqui coufa de cuidado , vem alli a ser mortal pela importancia , e melindre das entranhas contidas. He por tanto da maior consequencia o podermos fazer o fóco das bexigas á nossa escolha em parte aonde nada se arrisque : e esta he a segunda razao importantissima para nos determinarmos a esta operaçao.

P ii

He

(*) Quatro saõ os meios , porque se tem bexigas : I. pelo veneno que faz a sua essencia , e que está disperso pela atmosfera ; II. pelos miasmas que emanaõ do corpo que as tem ; III. pelo contacto immediato ; IV. pela inoculaçao propriamente chamada.

116 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

He constante a todos os que tem inoculado , que huma minima porçao de veneno das bexigas , introduzido no corpo por meio da lanceta , ou outro qualquer instrumento , produz todos os symptomas desta enfermidade : se pois esta minima porçao de veneno he capaz de taes effeitos , segue-se que todo o veneno , que no corpo se introduzir além daquelle , só servirá de fazer a enfermidade mais aggravante , e perigosa. Ora quando esperamos as bexigas naturaes , expomos a receber do ar huma tal porçao de veneno , que seria sufficiente a causallas em hum cento de pessoas , se proporcionalmente se dividisse. Logo pela inoculação conseguimos tres grandissimas vantagens , e vem a ser , a qualidade do veneno , a escolha do lugar , por onde a inoculação deve fazer-se , e ahi formar o seu fóco , e a quantidade deste mesmo veneno ; vantagens singulares , e que só por sorte se devem esperar , se por vã timidez nos expuzermos a ter naturalmente esta terribel enfermidade. Até agora ainda ninguem olhou para a inoculação debaixo destes tres pontos de vista ; e quer-me parecer , que elles demonstrão com a evidencia que cabe na sciencia Medica a superioridade das bexigas artificiaes , ás que natural , ou casuallmente accommettem.

Além destas ainda ha outras muitas razões , que abonaõ a utilidade da inoculação. Quem espera pelas bexigas naturaes , expõem-se a tellas em huma epidemia , como a que houve em 1746 em Montpelier , da qual em tres mezes morreraõ mais de duas mil pessoas , sem embargo de todas as diligencias : expõem-se a tellas em paizes , aonde esta molestia he de ordinario funesta ; indo de jornada ; em terra de nenhum socorro ; a tempo de estar embaracado com taes negocios , que lhe naõ deixem quietação de espirito ; em tempo em fim , em que pôde estar attacado de outra enfermidade. Se he mulher , de mais disto , aven-
tu-

tura-se a tellas quando pejada , quando parida , ou quando cria.

Por pouco que se reflita sobre isto ; e por pouco que se use do bom senso commun , facilmente se concluirá , que a inoculaçāo naō só he util , mas necessaria para bem das familias particulares , e muito mais da grande familia que fórmā a Sociedade. Se os pais cuidassem em que seus filhos tivessem esta enfermidade na idade feliz , em que as circunstancias as asseguraō benignas , os livrariaō de ser víctimas alguns annos depois , quando a morte he muito mais sensivel , porque a sua vida se tem feito mais necessaria.

Todas as objecções que se costumaō pôr contra esta prática , as quaes todas apontou , e assas refutou Tissot , saõ fundadas em que a inoculaçāo he duvidosa , e capaz de matar. Negado porém este fundamento (pois atrás fica prová de que , sendo feita nos termos devidos , he sempre inocente) , ficaō todas destruidas por se estribarem em hum principio falso.

Resta agora mostrar , que as bexigas de inoculaçāo evitaō as naturaes. Só a experiençāo , e observaçāo podem dicidir a questaō. Alguns Inoculadores , diz Mr. Tudesq filho , nada omittirão para se desenganarem da repetiçāo das bexigas inoculadas. As suas experiencias saõ conhecidas , e provaō , que naō ha repetiçāo : e eu mesmo , depois de fazer as mesmas tentativas , vim a persuadir-me com elles , de que os inoculados naō tem bexigas segunda vez. Na prática de trinta annos ainda naō vi hum só exemplo ; e meu pai , que ha síncoenta annos exercita a Medicina , com aquella distinçāo que faz honra aos verdadeiros talentos , ainda naō chegou a ver estas imaginadas repetições. Em Inglaterra se tem inoculado mais de duzentas mil pessoas , e ainda naō ha exemplo de repetiçāo incontestavelmente provado. Quanto a mim creio , que huma repetiçāo de bexigas será sempre effeito de hum *qui pro quo* da

par-

118 TRATADO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

parte do Inoculador. Milhóes de pessoas , que depois de inoculadas , passaõ a vida expostas a epidemias , e , tratando de bexigosos , sem serem segunda vez contagiadas ; milhares de Medicos , que depois de mais , ou menos annos de prática affirmaõ naõ terem observado hum tal caso , provaõ evidentemente a quimera deste receio , e a nullidade de algum dito contrario. Por este mesmo theor fallaõ todos os Authores , que aballidamente tem escrito sobre esta materia.

Se pois , segundo summariamente fica provado , a inoculaçao he naõ só huma operaçao muito facil , mas tambem de nenhum perigo ; e se evita a repetiçao de tal enfermidade , que , accomettendo naturalmente , he de ordinario funesta ; haverá ainda quem , contra a utilidade propria , e o bem público , se obstine em cegamente rejeitar huma operaçao , que hum grande escritor naõ duvidou reputar hum dos maiores presentes , que a Providencia enviou aos homens ? Haverá (ainda mal que assim o creio) em quanto principalmente houver Medicos , que , levados ou de hum espirito de singularidade , ou da preguiça de meditarem sobre este ponto , e de examinarem as obras de tantos famigerados Observadores , com dúvidas quimericas , e especiosas intimidarem os animos das pessoas , que , naõ sendo Medicos , naõ podem profundar a materia. Sirva-lhes porém de vergonha o procedimento das Nações mais illuminadas , e em especial da Ingleza , tão profunda nas suas observações , e tão pouco capaz de se deixar cegar de idéas novas , e apparentes. A Medicina nunca deo passos pela maõ de vans especulações : a sua base he a observaçao , e a experiencia. Se algum desses , que declamaõ contra a inoculaçao , for perguntado , se já vio hum inoculado ; se quizer dizer a verdade , dirá , que naõ : e que fé merece a sua declamaçao ?

Concluirei finalmente este discurso com duas reflexões ,

xões, e vem a ser: I. que os demaziados preparatorios para a inoculaçao tem sido a ordinaria causa de ser esta operaçao menos benigna nos seus effeitos, do que se deve esperar (*): II. que tambem concorre muito para a felicidade da inoculaçao o modo, porque ella he feita; o qual, segundo mostra Mr. Tudesq, só deve consistir em huma só pequena incisão feita horizontalmente entre a epiderme, e a pelle com a ponta de huma lanceta untada da materia das bexigas, sem que haja effusaõ de sangue. De todos os outros methodos se podem seguir graves dâmnos, que poderá ver no seu *Tratado da Inoculaçao*, quem a fundo quizer examinar esta materia; cuja discussão excederia os limites que me propuz.

F. I. M.

(*) Assim o atestaõ as immensas experiencias de Mr. Tudesq: e a razão no-lo está dizendo. Pois que preparaçao se pôde fazer a hum corpo saõ, se não a de o tornar a peior estado; isto he, a de o indispor? Basta que haja, principalmente nos dias que medeão entre a inoculaçao, e a febre, regularidade no comer, beber, &c., aquella, digo, que devera haver sempre, se as crianças tivessem arrazoada educaçao. Em huma palavra, não he desatino preparar hum corpo, cuja exacta constituiçao ninguem conhece a fundo, para huma molestia desconhecida no que diz respeito á natureza do seu veneno? Em Outubro de 1788 inoculei, pelo modo que disse, douis filhos unicos meus no mesmo instante, e com a mesma lanceta: hum delles menino tinha tres annos, e dez mezes, o outro menina tinha cinco mezes. Estavaõ dormindo, quando com a minha mão lhe fiz a operaçao, e não acordáraõ. Taõ pouco custa. Nenhuma preparaçao lhe havia feito; porque estavaõ em boa saude, e vigio sobre a sua educaçao. Passados onze dias ambos tiveraõ tres dias de febre muito ligeira; no fim dos quaes appareceraõ bexigas, e nunca mais tornáraõ a ter febre. Nunca se deitáraõ, nem tiveraõ precisaõ do menor remedio.



I N D I C E
D O S
C A P I T U L O S , E A R T I G O S ,
Que se contém neste Tratado.

CAPITULO I. Porque modo se deve reger huma mulher pejada. - - - - -	pag. 1
CAP. II. Logo que a criança nasce , deve ser sepa- rada dos pés da māi , cortando-se o cordão umbili- cal ; e como deve elle ser ligado. - - - - -	13
CAP. III. Do quanto ha nocivo o frio no instante do nascimento. - - - - -	18
CAP. IV. Qual seja o verdadeiro modo de lavar as crianças. - - - - -	20
CAP. V. A utilidade dos banhos frios provada pela razaõ , pela prática dos Antigos , e pelo exemplo dos povos do Norte. - - - - -	22
CAP. VI. A especie humana tem degenerado , e sensi- velmente degenera na Europa , e porque moti- vos. - - - - -	27
CAP. VII. Como se devem vestir as crianças , e os abusos que ha a este respeito. - - - - -	30
CAP. VIII. Do quanto diz respeito ao modo de nu- trir as crianças. - - - - -	38
ARTIGO I. Se deve mammar logo na māi ; e quando ha de ser a primeira vez. - - - - -	38
ART. II. Todas as māis saõ obrigadas a criar seus filhos. - - - - -	41
ART. III. Quaes saõ as māis que legitimamente estao dispensadas de crear seus filhos. - - - - -	48
ART. IV. Quaes saõ os meios de suprir esta im- pos- Q	

I N D I C E.

<i>possibilidade das mães, e que condições deve ter a ama.</i> - - - - -	51
ART. V. Que regularidade deve haver em dar de mammar ás crianças; e os abusos que vulgarmente reinaõ a esse respeito. - - - - -	62
ART. VI. Quando devem principiar a comer, e qual será a comida propria. - - - - -	67
ART. VII. Quando se devem desmammar as crianças: como se deve entaõ proceder: que alimentos se devem dar dahi por diante até aos quatro annos. -	70
CAP. IX. Do sonno, e do berço. - - - - -	78
CAP. X. Do exercicio, naõ só no que diz respeito ás crianças, mas ainda geralmente considerado. -	87
CAP. XI. Do modo de aperfeiçoar os sentidos das crianças. - - - - -	100
CAP. XII. Da grandissima utilidade, que resultaria ao Estado, e a cada hum dos particulares, a geral introducçao da inoculaçao das Rixigas. - -	108

C A T A L O G O

Das obras já impressas da Academia Real das Ciencias de Lisboa, e dos preços, por que cada huma dellas se vende brochada.

I. B	REVES Instrucções aos Correspondentes da Academia, sobre as remessas dos productos naturaes, para formar hum Museo Nacional. - - -	120
II.	Memorias sobre o modo de aperfeiçoar a Manufatura do Azeite em Portugal, remettidas á Academia, por Joaó Antonio Dalla-Bella, Socio da mesma.	480
III.	Memoria sobre a Cultura das Oliveiras em Portugal, remettida á Academia, pelo mesmo Author.	480
IV.	Memorias de Agricultura, premiadas pela Academia em 1787, e 1788, 1. vol. 8. - - - -	480
V.	Paschalis Josephi Mellii Freirii, Hist. Juris Civilis Lusitani Liber singularis, jussu Acad. in lucem editus. 1. vol. 4. - - - -	640
VI.	Osmia Tragedia coroada pela Academia em 1788, 1. vol. 4. - - - -	240
VII.	Vida do Infante D. Duarte, por André de Resende, mandada publicar pela Academia, 1. vol. 8.	160
VIII.	Vestigios da Lingua Arabica em Portugal, ou Lexicon Etymologico das palavras, e nomes Portuguezes, que tem origem Arabica, composto por ordem da Academia, por Fr. Joaó de Sousa, 1. vol. 4.	480
IX.	Dominici Vandelli, Viridarium Grysley Lusitanicum Linnæanis nominibus illustratum, jussu Acad. in lucem editum, 1. vol. 8. - - - -	200
X.	Ephemerides Nauticas, ou Diario Astronomico para o anno de 1789, calculado para o meridiano de Lisboa, e publicado por ordem da Academia, 1. vol. 4.	360
O	mesmo para o anno de 1790, 1. vol. 4. - - - -	360
XI.	Paschalis Josephi Mellii Freirii Institutionum Juris Civilis Lusitani Liber primus de Jure Publico, jussu Acad. in lucem editus, 1. vol. 4. - - - -	480
XII.	Memorias Economicas da Academia Real das Ciencias.	

cias de Lisboa, para o adiantamento da Agricultura, das Artes, e da Industria em Portugal, e suas Conquistas, 1. vol. 4.	800
XIII. Collecção de Livros ineditos de Historia Portugueza, dos Reinados dos Senhores Reys D. Joaó I., D. Duarte, D. Affonso V. e D. Joaó II., 1. vol.	1800
XIV. Tratado de Educaçao Fysica, para uso da Naçao Portugueza, publicado por ordem da Academia Real das Sciencias, por Francisco de Melo Franco, Correspondente da mesma Sociedade.	360

Estão debaixo do prélo as seguintes.

- Actas, e Memorias da Academia Real das Sciencias, 1. vol.
 Memorias Economicas da mesma, 2. vol.
 Documentos Arabicos da Historia Portugueza, em Arabico, e Portuguez.
 Flora Cochinchinensis.
 Taboadas Perpétuas Astronomicas para uso da Navegaçao Portugueza.
 Ephemerides Nauticas, ou Diario Astronomico, para o anno de 1791.
 Obras ineditas Poeticas de Pedro de Andrade Caminha.
 Dialogo do Soldado Prático, por Diogo de Couto.
 Collecção de Livros ineditos de Historia Portugueza, dos Reinados dos Senhores Reis D. Joaó I., D. Duarte, D. Affonso V., e D. Joaó II., 2. vol.

Estão para imprimir-se.

- Paschalis Josephi Mellii Freirii, Inst. Juris Civilis Lusitani, Lib. secundus.
 Tratado de Educaçao Fysica para uso da Naçao Portugueza, por Francisco José de Almeida, Correspondente da Acad. Synopsis Chronologica de Subsidios, ainda os mais raros, para a Historia, e Estudo crítico da Legislaçao Portugueza, por José Anastasio de Figueiredo, Correspondente da Academia.

Vendem-se em Lisboa nas lojeas de Borel, e de Bertrand, e na da Gazeta; e em Coimbra tambem pelos mesmos preços.