

1

ALGUMAS CONSIDERAÇÕES  
SOBRE  
A EDUCAÇÃO PHYSICA.

III 16.6.10  
n.º 1 ao 26

—•••—

THESIS,

QUE FOI APRESENTADA E SUSTENTADA, PERANTE A' FACULDADE  
DE MEDICINA DO RIO DE JANEIRO

EM 9 DE DEZEMBRO DE 1845,

POR

Manoel Pereira da Silva Ubatuba,

DOUTOR EM MEDICINA PELA MESMA FACULDADE.

NATURAL DE PORTO-ALEGRE, (*Provincia do Rio Grande do Sul*;) FILHO  
LEGITIMO DE MANOEL PEREIRA DA SILVA.

DIDGE  
27-2000/16

---

« A melhor educação não é aquella, que dá ao  
« espirito e ao corpo toda a força, toda a belleza,  
« e toda a perfeição, que elles podem adquirir?

Platão.

« Si é possível aperfeiçoar-se a especie humana  
« é preciso buscar-se os meios na medicina.

Descartes.

---



NICHTEROY,

TYP. COMMERCIAL DE E. C. DOS SANTOS.

Rua da Cadea n.º 35. — 1845.

III - 16, 6, 10 m / 1

RANG  
8-4

# FACULDADE DE MEDICINA

DO RIO DE JANEIRO.

DIRECTOR

O SR. DR. JOSÉ MARTINS DA CRUZ JOBIM.

(Serve interinamente o Sr. Dr. Joaquim José da Silva.)

Lentes Proprietarios.

Os SRS. DRS.

1.º ANNO.

*Francisco de Paula Candido*, Examin. Physica Medica.  
*Francisco Freire Allemão*. . . . . { Botanica Medica, e principios elementares  
de Zoologia.

2.º ANNO.

*J. Vicente Torres Homem*. . . . . { Chimica Medica, e principios elementares  
de Mineralogia.  
*José Mauricio Nunes Garcia*. . . . . Anatomia geral, e descriptiva.

3.º ANNO.

*José Mauricio Nunes Garcia*. . . . . Anatomia geral, e descriptiva.  
*L. de A. P. da Cunha*. . . . . Physiologia.

4.º ANNO.

*Luiz Francisco Ferreira*. . . . . Pathologia externa.  
*Joaquim José da Silva*. . . . . Pathologia interna.  
*João José de Carvalho*. . . . . { Pharmacia, Materia Medica, especialmente a  
Bras., Therapeutica, e Arte de formular.

5.º ANNO.

*Candido Borges Monteiro*. . . . . Operações, Anat. topograph., e Apparehos.  
*Francisco Julio Xavier*. . . . . { Partos, Molestias das mulheres peçadas e pa-  
ridas, e de meninos recém-nascidos.

6.º ANNO.

*Thomaz Gomes dos Santos*, Presidente. Hygiene, e Historia da Medicina.  
*José Martins da Cruz Jobim*. . . . . Medicina Legal.

2º ao 4º *Manoel Feliciano P. de Carvalho* Clinica externa, e Anat. patholog. respectiva.  
3º ao 6º *M. de V. Pimentel*, Examin. Clinica interna, e Anat. patholog. respectiva.

Lentes Substitutos.

*Francisco Gabriel da Rocha Freire*.  
*Antonio Maria de M. Castro*, Examin. } Secção das Sciencias accessorias.

*José Bento da Roza*. . . . .  
*Antonio Felix Martins*, Examin. . . . . } Secção Medica.

*D. Marinho de Azevedo Americano*.  
*Luiz da Cunha Peijó*. . . . . } Secção Cirurgica.

Secretario.

*Dr. Luiz Carlos da Fonseca*

---

*Em virtude de uma resolução sua, a Faculdade não approva, nem reprova as opi-  
niões emittidas nas Theses, as quaes devem ser consideradas proprias de seus autores.*

649.1

RMS  
8.4.61



# A' SAUDOSA LEMBRANÇA

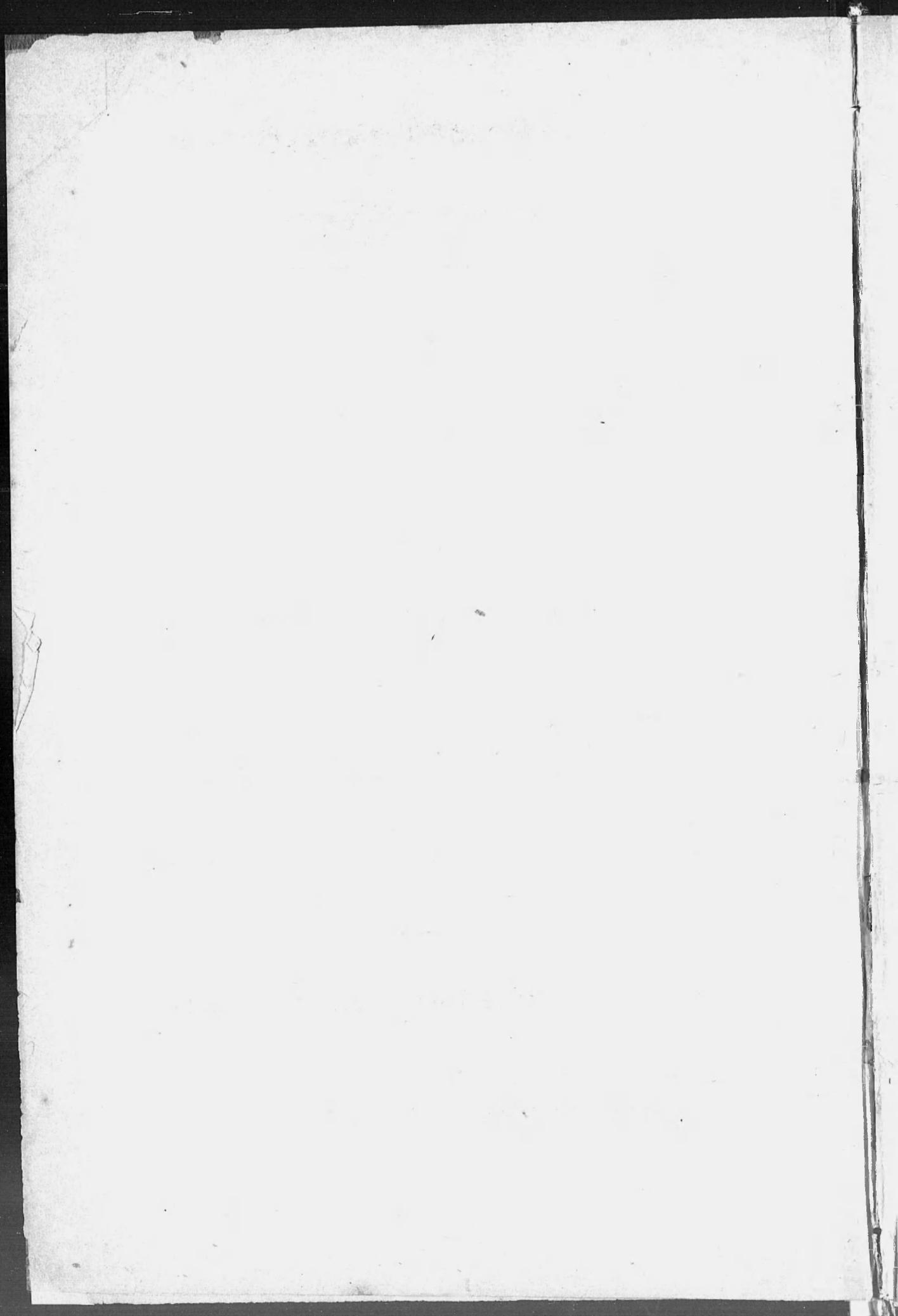
DE

## MEU QUERIDO PAE.



No momento Senhor, em que o vosso filho chega ao limiar da porta em que tem de entrar para o mundo com um coração cheio de esperanças, não se podia esquecer de uma falta, que sente, e de enviar uma saudade ao tumulo de seu Pae. Com essa falta, sem protecção irei marchar em caminho, que tanto me assusta, mas sempre o trilharei levando adiante de mim os conselhos, que me destes.

Acceitai pois a offerta, que vos dedica o vosso filho, não como ella vale, mas como queriam meus dezeses, que valesse.



## **A' MINHA PERSADISSIMA, E CARINHOSA MAE.**

Senhora. — Quantos sentimentos a porfia palpitam em meu coração, são tantas difficuldades, que estalam o aparo da pena que tanto vos queria diser. . . . Si nada tendes poupado para me collocardes na honrosa posiçam, que segunda ram meus esforços, me resta o praser de que tenho sabido aproveitar os vossos conselhos ; apesar que muitas veses foi preciso enchugando minhas lagrimas saberdes trocar por suave balsamo o veneno do desespero, que em meu coração transbordava.

Mas eis completa a obra que de a muito suspirais, recebei o seu primeiro fructo que sei vos ha de ser caro, como prova do mais subido amor filial.

---

### **A' MEU PADRASTO,**

#### **O SR. DR. JOSÉ VIEIRA BRAGA.**

Meu amigo. — Quando debruçado no seio Materno chorava a tempo uma perda, que me havia ferido na parte a mais sencivel de minha alma ; e chorava com rasam por que tinha perdido um Pae, um Pae como o meu, e me via orfam abandonado á procellosa tempestade de uma estaçam, que mais do que nunca necessita de incessantes cuidados ; foi que vossos conselhos me apontaram o Templo da sciencia, e me encaminharam para lá os passos, que então guiados por um coração ardente deveram desvairar-se.

Hoje que vejo completo o vosso trabalho necessito, que partilheis do fructo, que elle produzio ; aceitai-o como prova da mais cordial amisade.

---

### **AOS MEUS QUERIDOS, IRMÃO, IRMÃS E CUNHADO.**

#### **PROVA DE SINCERO AMOR FRATERN.**

# AOS MANES

*Da Illm.<sup>a</sup> Exm.<sup>a</sup> Sra. D. Maria Angelica Barboza Braga.*

## TRIBUTO DE RESPEITO.

A'

A VIRTUOSA ESPOSA, BOA MAE E PRESTIMOSA CIDADÃ.

---

AOMEU PRIMEIRO MESTRE O ILLM.<sup>o</sup>, REVM. SR. PADRE JULIANO  
DE FARIA LOBATO.

Senhor. — Talvez julgasseis, que vos tivesse olvidado acostumado com o esquecer dos homens ; mas não, eu ainda me recordo que foi de vós, que recebi as primeiras lições, e que a vós como répresentante de todos os outros meus Mestres compete o fraco tributo, que vos consagra o respeito, e a amisade do vosso discipulo.

AO MEU MESTRE O ILLM.<sup>o</sup> EXM.<sup>o</sup> SR. DR. THOMAZ  
GOMES DOS SANTOS.

Lente de Hygiene, e Historia de Medecina, Membro effectivo de Academia Imperial de Medecina, do Instituto Historico Geografico Brasileiro, Medico de S. M. I. Cavalheiro da Ordem de Christo, Deputado á Assembleia Geral, e a Provincial do Rio de Janeiro, e primeiro Vice-Presidente da mesma Provincia.

Tributo ao Sabio, e ao Representante da Naçam verdadeiramente conheedor das necessidades do seu Paiz.

AOS MEUS AMIGOS E COLLEGAS.

MANOEL PEREIRA DA SILVA BEATOSA,

## A QUEM LER.



**T**ínhamos de apresentar uma these cujo assumpto deveramos escolher nesse insondavel oceano da sciencia medica para chegarmos ao alvo tam desejado, e cada vez mais difficil se tornava a escolha. Este embaraço tanto mais crescia, quanto encaravamos o valor de cada um, e tinhamos consciencia de nossas forças. E já que não podiamos prestar bons serviços á sciencia, ao menos quizemos prestar á humanidade, aproveitando a occasião para escrevermos algumas linhas sobre a educação physica. Este trabalho, não tendo a facilidade que se enxerga á primeira vista, pois que é certo que as verdades resplandecem como o brilhante, só depois que mil cuidados tem recebido, e que quasi sempre as mais claras são difficeis de se enunciar, não foi escripto para medicos, que mais do que nós conhecem o homem, porém sim para aquellas pessoas, das quasi todas que precisam educar melhor seus filhos. Mas como se poderá exigir de nós um trabalho sem innumeradas imperfeições? Falto de tudo, na idade de 23 annos, idade em que o coração pulsa com toda a vitalidade, quando milhares de recordações nos assaltam, e nos fazem lembrar um amigo que deixaremos, outro com quem nos vamos unir; que nos trazem lembranças da infancia, e mais que tudo que iremos em breve receber — uma bençã, — um meu filho —, que de ha tanto somos privados, seria demasiado exigir. E si tudo não vale, aproveitando os conselhos e despresando a mordacidade, não esmoreceremos e carregaremos sempre com o dever de publicarmos o que soubermos. O nosso trabalho vae ao mundo, e bem pagos ficamos si podêr attrahir os mimos de seus paes, e si alcançar medidas que tanto e tanto reclamam o futuro de nossa querida patria.



rante de sua estabilidade ; os Espartanos e Athenienses á ella devem os assombrosos exemplos que herdaram aos outros povos, e que os fizeram occupar distincto logar na historia,

Depois de errarmos por esse campo que á mesma distancia sempre apresenta o horisonte, pararemos aqui ; e apartando-nos da educação intellectual e moral, so nos occuparemos com a educação physica que é a primeira que o menino necessita ; e sem mais procurarmos mostrar a importancia de nossa escolha, porque tudo quanto dicessemos ficaria aquem do que a evidencia patentêa, iremos estudar os meios de alliviar-mos o homem das influencias capazes de prejudical-o.

## CAPITULO I.

O que seria do homem sem o conhecimento do que pudesse lançar mão para contentar as suas necessidades? Seria como o baixel açoutado e corrido pelos ventos, o ludibrio das ondas, fugindo de uma para soçobrar na outra.

**D**e mui longe começa a educação physica do menino, e então todos os cuidados, que se tem tido com a mãe recahem sobre elle. Os antigos, como se importavam muito com o que hoje tanto despresamos, não deixavam escapar a menor influencia, que lhes pudesse valer, e é por isso, que elles logo que a mulher declarava o seu estado de gravidez tinham para com ella as maiores attensões, e guarneciam sua camara com quadros, que representavam a belleza e mocidade.

Porém não iremos lá, e nem mais longe, e só nos occupará o menino desde que o seu primeiro vagido recordar a sua mãe, que chegou a hora de pagar lhe a sua divida. Logo que a criança deixa o seio materno necessita despir-se de uma substancia que traz sobre a pelle, e que tendo-se até alli prestado para a funcção do parto, agora a poderia molestar. Esta necessidade tambem soffrem os outros animaes, e para saptisfazel-a lambem o recém-nascido, e assim guiados pelo instincto, com o mais sensivel exemplo de amor materno saptisfasem essa necessidade, e suprem a lavagem de que o homem faz uso.

Muitos povos, como os nossos indigenas, lavam os filhos, logo que nascem com a agoa fria, o que muitas vezes não saptisfaz o seu fim, e pode trazer consigo funestos resultados. Si refletirmos no grau de temperatura do ambiente em que o menino estava mergulhado, e no grau de temperatura da agoa fria, bastará para se regeitar essa repentina mudança, que é prejudicial ao adulto, e muito mais deve ser á uma idade, em que a sensibilidade é nimiamente exaltada. Muitas pessoas não cessam de recomendar este costume, mostrando que os povos que assim procedem, são fortes, e vigorosos, esquecidos do grande numero de crianças, que morrem por causa d'elle.

Mas não seremos nós que os vamos aconselhar, apezar d'esses exemplos; pois que não nos admira vel-os assim, por que com praticas bem extravagantes, os vemos com saude. Si o fizessemos arriscariamos de certo innumerados meninos; e não nos parece prudente aconselhar uzos de outros, quando se não

dão as mesmas circumstancias; e nem tão pouco aconselhariamos os banhos quentes, pois que, si tememos as revoluções de um, nos arreceiamos da enervação do outro. Muita gente, não sei por que motivo, lavam os meninos em agoa com vinho: si isto so fosse feito com aquelles, que nascem fracos, com o fim de fortifical-os, bem iria, porém não se dando essa circumstancia, achamos que podem ser prejudiciaes, ou que ao menos se tornam inuteis. Outros se habituam com os banhos aromaticos, e por isso lhes devem muitas enfermidades. Elles não podem ser applicados, sinão quando haja motivo, e por pessoa da arte; e estam no mesmo caso dos cosmeticos, que fazera mais mal do que se pensa, e que muitas vezes em logar de occultar a falta de aceio, que se quer encobrir, servem para denuncial-a, e para incommodar as pessoas, que não se agradassem da substituição. (1)

Os banhos não devem ser usados somente na primeira infancia, em todo o tempo o homem necessita do aceio, não so para livrar-se das enfermidades, que o perseguiriam, como tambem pelo dever, que tem contrahido para com os outros homens, aquem não devemos incommodar com um descuido que delata uma educaçam pouco proveitosa. Comtudo o seu uso não deve ser tão exagerado que debilite o corpo, como acontecia aos Egypcios, que tanto se enfraqueciam pelos prazeres como pelos banhos. (2)

Essa necessidade como todas as outras deve estar sujeita ao clima, idade, temperamento, e outras circumstancias, que influem sobre a nossa saude.

CLIMA. — A influencia do clima não deve ser esquecida, que tem bastante poderio, não so sobre o nosso corpo, como sobre o nosso moral. Tudo o que nos cerca parece de proposito mostrar-nos a nossa contingencia, assim o nosso coraçam se alegra com o nascer brilhante do dia, se entristece com os ultimos adeuses do astro, que animava a natureza, revive, quando o céu se mostra azulado e puro, e se abate, quando o vento susurra, açoutando o tecto de nossa habitaçam. A relaçam entre o paiz e o seu habitante a cada momento se faz sentir: vêde o semblante tristonho d'aquelle que habita um terreno rude, e comparae com o que vê de continuo risinhos prados que adormece ao incantador murmurio das agoas que correm, que acha-

---

(1) Ao uso inconsiderado d'estas substancias talvez se devam as muitas molestias nervosas, as quedas dos cabellos, a corrupçam dos dentes etc., pois que se applicam quasi sempre sem se conhecer as suas propriedades, e sem convir. Lembra-nos ter visto comprometidos os dias de uma Sra., e de sua filhinha, por que logo que acabou do parto a mandou vestir; e como, as roupinhas tinham sido perfumadas, e ambas sentissem o odor, cahiram em convulsões; isto basta para mostrar a desconveniencia do uso que ha, de quando se aquecem as roupinhas defumal-as, visto que o estado tanto da criança como da mãe são mui particulares.

(2) Zimmerman, Tratado da experiencia pg. 115 t. 3.º

reis n'um o reflexo d'essa tristeza, e no outro estampada com toda a graça a beldade da natureza. A historia mostrando-nos, que alguns vegetaes, e animaes so vivem em determinados pontos do globo, que estes segundo vivem mais perto dos Polos ou Equador, mudam de qualidades physicas, de costumes e mesmo se tornam mais ou menos bravios, tambem nos diz o mesmo do homem.

Esta influencia nos ferirá com toda a sua força, si correndo o globo repararmos, que a medida que o céu se mostra menos austero, achamos mais mocidade, mais força, e que as artes e sciencias recebem mais aperfeiçoamentos.

Em todos os pontos da terra, em que o homem pode viver tambem pode ser educado, mas o Pedagogo depois de estudar as influencias, a que o seu educando tem de estar sujeito deve modificar aquellas que forem prejudiciaes, mas nunca fazendo de salto as alterações, que julgasse a proposito, pois que então nada alcançaria, e seria esse o verdadeiro meio de nada obter. O menino quando estiver mais fortalecido, necessita poder se lavar indifferentemente na agua fria ou quente sem soffrer, mas não o devemos sacrificar á rapidas mudanças, e sim ir pouco a pouco habituando-o. O mesmo acontece com o ar. A principio os meninos não se podem arriscar as variações de uma Athmosphera, que lhes é estranha, e precisam, que a modifiquem, não se levando esse cuidado a meterem-o n'uma estufa; porém depois tambem necessitam poder viver em condições, a que elles teem de estar sujeitos, e é pouco a pouco que modificarão a sua exquisita sensibilidade. Porém alguns paes se persuadem, que privando os filhos sempre da impressam do ar, lhes mostram verdadeiro amor, e com esses cuidados não fazem mais do que acostumar-os a serem demasiadamente cautelosos, a receberem habitos, que não deviam possuir, e os tornam effeminados, e soffredores de males, que um so instante de descuido pode occasionar. Deveramos antes imitar a educaçam, que recebem os filhos dos nossos camponeses, que não soffrendo esses desvelos, são mais fortes, e mais sadios que os das cidades.

Quando nada valesse para educar o menino como si todo elle fosse *cara* (1) a proporçam da mortalidade se devera ter em muita conta. para cuidar-se por outro modo desses entes que por sua fraqueza não se podem livrar dos males que lhes fazemos. Com esses desvelos privareis que os meninos gozem dos seus melhores momentos, e os educareis como si nunca tivessem de sahir do seu gabinete.

---

( ) Locke tt. 1.º pag. conta que um philosopho, sendo questionado, por que estava exposto sem se cobrir ao gelo, foi obrigado a perguntar ao seu questionador a razão, por que tambem não cobria a sua cara, que estava exposta quando agasalhava o resto do corpo, e tendo sabido, que era por que a cara tinha sido feita para supportar as intemperies, respondeu então, *pois todo eu sou uma cara.*

VESTIMENTAS. --O homem tendo-se achado neste mundo exposto sem a protecção, que encontraram os outros animaes, seria talvez victima das intemperies, e a sua razam o não provisse do-que a natureza lhe negou. Nos reinos animal, e vegetal elle tem ido buscar substancias para satisfazer essa necessidade, que a sua industria tem mais ou menos aperfeçoado. (1) Em quanto a esta escolha o pedagogo não tem mais do que usar daquella que estiver em relação com as necessidades do seu educando, mas em quanto aos feitos deve attender muito por que cada vez elles são mais contrarios as regras de Hygiene, pois que muitas peças se tem augmentado, e por isso mais obstaculos se tem lançado á circulaçam.

Desde que o menino nasce vê-se em continuos martyrios e quando precisa de mais liberdade para o seu desenvolvimento é que o apertam, e fazem sofrer mil angustias, e assim arrochado, impossibilitado de todo o movimento, e tendo empecida a circulaçam, e dificultada a respiração, não poderá gosar saude.

Os meninos, como já dicemos, não precisam estar sujeitos ás variações de uma atmospherá que lhes é extranha, mas não carecem ser privados da maneira a mais cruel da liberdade de seus movimentos; o que fazem muitas mulheres, que por desgraça se prestam ao serviço de parteiras, as quaes não cansadas de arriscarem com as suas praticas prejudiciaes os dias da mãe, querem tambem comprometter os dos filhos, e amarrando-os de pés e maos como a um temivel criminoso, se persuadem que os aleviam das *colicas* e *quebraduras*, esquecidas dos males a que os condemnam (2) Elles assim comprimidos choram a cada momento, com o que não so incommodao as pessoas que os cercam, como aos paes, que tanto como elles sentem as suas dores; e quasi sempre todo o seu mal está no aperto que supportam, e havendo muita difficuldade de se atinar com a causa d'elles ou os deixam soffrer, ou os augmentam com mil cuidados; e por isso que se deve livrar os meninos de tudo quanto os possam incommo-

---

(1) As pelles de que os habitantes da Zona frigida fazem uso por causa dos saes que contém, e que podem ser absorvidos, e do oleo que não deixa escapar a transpiração, e facilidade com que se prevretem são prejudiciaes. A lan retém os miasmas contagiosos, e ainda que se mostre mui vantajosa em certos casos pathologicos, comtudo não convem n'nm clima calido, ao temperamento sanguineo, e a mocidade. Da propriedade má conductora destas substancias se aproveitam os nossos viajores para se livrarem da intensidade do sol, e é por isso que viajam cobertos com seus ponches, quando elle é abrazador. O linho pela propriedade de produzir uma sensação de frio desagradavel e pelo seu preço se torna menos usado que o algodão.

(2) Os estrangeiros lucram com essa educação que vemos por ahi dar-se as crianças fazendo-as modistas, porque são mais facilmente consumidas as suas mercadorias; mas não nos lembramos que ainda não tivemos licença para possuirmos fabricas, e que por isso somos bem dispertos, e bem tributados !!

dar, se deve tambem prevenir os esforços do choro, que podem seriamente comprometter os seus dias. (1)

Além de todos os inconvenientes que ha de enroupar, e apertar-se muito as crianças accresce, que essas multiplicadas peças augmentam a sensibilidade, e tornam o corpo mais impressionavel, e é por essa razão que os homens opulentos soffrem com todo o rigor as variações da athmosphera, e muito mais desgraçados seriam os pobres, si o habito os não revestisse, e os livrasse de sua influencia. Rousseau diz que só daria vestimentas apertadas ao seu Emilio, si elle amasse as vestes ricas e bordadas, para prival-o do movimento da liberdade e fazendo-o assim escravo da sua magnificencia, o livraria do gosto de um objecto tão futil e vão, com que não só poderia gastar o tempo, como despende com elle mais do que podesse. No mesmo caso está o uso dos bonets e coifas. etc., que só convém emquanto a cabeça não se veste de cabellos. Foi por isso que Herodoto n'um campo de batalha des tinguiu os craneos Egypcios dos Persas, e que entre nós vemos em nossas festas publicas que as senhoras soffrem com a cabeça descoberta, sem que lhes resulte o menor incommodo a impressam de uma noite serenosa, o que o homem não pôde supportar com toda a sua robustez.

O mesmo é com os calçados apertados, que não só prohibem o exercicio, como fazem apparecer males que muito flagellam.

Locke recommenda que os sapatos além de largos, devem ser feitos de modo, que não privem o pé de toda a humidade, que sendo poderosa causa de morte, poderia ser deminuida pelo habito, e talvez fo se porisso que Rousseau perguntasse « para que será obrigado o meu educando a andar sempre calçado? Acordados os Genovezes a meia noite pelo inimigo acharam primeiro suas armas que seus sapatos. »

Muito mais convem, que os meninos se aqueçam pelo exercicio do que pelas vestimentas, pois que é com a liberdade, e com os movimentos que elles se desenvolverão. Humboldt conta, que nos paizes onde a nudez pôde ter lugar sem alterar a saude, as formas são mais arredondadas, as massas musculosas mais pronunciadas, e que entre milhares de Caratbas e de Mexicanos não se notam disformidades.

---

(1) Não é justo castigar-se os meninos só porque choram, o que muitas vezes fazem com justo motivo sem que o conheçamos. Este uso, si bem que vamos muito melhor, deve ser quanto antes abandonado; e muito nos admira, que se diga por ahí que ha collegios, cujos directores não se contentando com a palmatoria, espancam os meninos mesmo de mui pouca idade com varadas. Não nos demoraremos em mostrar a inconveniencia que ha em taes castigos, que prejudiciaes á moral, algumas vezes deixam com profundas raizes a brutalidade de um pae ou pedagogo; si algumas vezes elles parecem indispensaveis, os paes são os unicos culpados porque não souberam torcer a vergonça em quanto flexivel, e que tão fortalecida tem de estalar primeiro que chegue a vergar.

Estamos certos, que a vida social se aparta muito da natural, mas também estamos convencidos de que a civilisação não é quem leva o homem a encurtar seus dias, e a enfraquecer-se. Quando o homem lançou mão do ferro, do pau, domou o bruto, não teve no pensamento sinão minorar os seus trabalhos, e até a mesma pólvora que parecera nascida para destruí-lo, mais de uma vez tem salvado os seus dias, e os seus direitos da oppressão do potentado.

**EXERCÍCIO.** — Lancemos um olhar para os antigos e vamos beber delles o meio de fortalecer a mocidade. Escusada se torna qual quer proposição, lançada para provar o interesse que ha de nos oppormos a essa torrente de males, que pouco a pouco nos vai ceifando; ainda apprendamos dos Romanos a lição, que desde que elles perderam a robustez, que o luxo e a ociosidade lhes roubou, Roma cahiu. Não nos occupe só o instante de hoje que tanto sabe attrahir nossas vistas, e que nos faz deslembrar da hora da manhã em que então teremos mais com que lutar e mais tempo a perder.

Todos sabemos como os antigos adqueriram uma mocidade activa e laboriosa, e de certo não foi tornando-a afeminada, que elles a fizeram assim. O exercicio sempre foi uma necessidade do organismo, que elles cultivaram e que ao depois se tornou uma necessidade politica. Com o exercicio moderado o sangue accelerando o seu curso, a transpiração apparece, a digestão se opera com facilidade, e os orgaos recebem mais vitalidade, e effectuam suas funcções com mais desembaraço. Enquanto que a vida sedentaria faz consumir na ociosidade os orgaos e amortecer a vida, a actividade faz o homem adquirir o vigor, e distraindo-o diminue os males, que o ocioso soffre com toda a intensidade, e o excesso criado pela sua imaginação. A sociedade conhecendo as vantagens do exercicio tem sempre procurado satisfazer essa necessidade, encobrendo-a com a capa de divertimentos para que todos se prestem a ella; assim os hymnos em honra de Baccho, do Amor depois de lautos jantares, imprimindo movimentos ás visceras, as fazem prestar-se a boa digestão, e talvez seja por esse motivo que Plutarco chamou sobremesa dos homens illustres as conversações depois de jantar, que não reclamam muita attenção: as danças, a esgrima estão no mesmo caso, e servem para dar ao corpo respeitosaes estações.

Esses jogos, em que os meninos passam os mais alegres momentos de sua idade, também disfarçam o meio de obrigar-os ao exercicio, o que alguns paes querem prohibir, deslembrados do quanto elles são gostosos, e que é delles que os meninos receberão a saúde e o vigor. Não sei para que se ha de reservar uma cousa de tanto interesse. Será para prevenir algumas dores, que de perto acompanham os seus jogos? E ignoraes, que a mesma dor lhes é necessaria, e que muito mais penosa seria a vossa prohibição do que ellas, que vieram envolvidas com o prazer, e que por isso perderam todo o amargo de sua intensida-

de. Os paes deveram pensar como Rousseau (1) « Eu faço o seu bem presente, deixando-o livre e o futuro, armando-o contra os males, que elles devem supportar. » Si temeis os riscos, a que elles se podem sujeitar, livrae-os sómente d'aquelles, que venham a ser funestos, deixando-lhes occasiam a que essas pequenas dores os façam experientes, e nunca deveis trocar um mal maior por outro que se tornaria nullo. Vedando-se os brincos às crianças, não se conquista a amizade, o que se deve sempre buscar.

Não temaes que ellas se tornem travessas, que quando crescerem não terão dos seus folguedos mais do que os beneficios, e as gratas recordações, e chegando a idade em que os trabalhos os tenham de substituir, ellas se sujeitarão com mais facilidade, e a mesma natureza baptisfeita se dobrará com mais resignaçam. O exercicio bem longe de deminuir a intelligencia, a augmenta, talvez porque o corpo se preste como melhor instrumento. « Exercitae, diz Rousseau, continuamente o vosso pupilo, fazei-o robusto e são para faze-lo sabio, que elle trabalhe, corra, grite, esteja sempre em movimento, que seja homem pelo vigor, que logo será pela razam. Vós o embrutecereis de certo, si fordes sempre dizendo-lhe : vae, vem, faze isto, não faças aquillo ; si a vossa cabeça guiar o seu braço, a sua se tornará inutil. » Muitos movimentos ha que são prejudiciaes e que produzem grandes males; aqui devemos fallar do embalar, meio com que fazem mais depressa adormecer as crianças, mas que além do incommodo que dão pelo habito que adquirem, as entontecem, accumulando grande quantidade de sangue a cabeça que a pôde congestionar. O exercicio quando immoderado é prejudicial, e como diz Zimmerman(2) a rapida carreira do sangue leva consigo a perturbaçam, e a desordem à toda a economia. As profissoes bastariam para mostrar a utilidade do exercicio quando moderado, e as suas desvantagens quando excessivo ou nullo. A somasetica entre nós tão desprezada devera reviver para completar a educaçam physica, porque ella nao só se presta convenientemente á necessidade do exercicio, como tambem é mui proveitosa para nos faser conhecer as leis, que presidem a certos movimentos, que em muitas occasiões de nossa vida temos necessidade de usar. (3)

**SOMNO.** — O exercicio, regularizando todas as funções, nos dará o somno, que é outra necessidade não menos importante.

No estado de vigilia os órgãos tendo perdido suas forças, um sentimento de fadiga, de languidez o annuncia, então sobremaneira pesam nossas palpebras,

(1) Rousseau ob. cit. pg. 448, t. 1.º

(2) Zimmerman ob. cit. pag. 346, t. 2.º

(3) Muito nos admira que o mesmo collegio de Pedro II, que mais directamente está sob as vistas do governo, tenha sido até hoje privado de uma coiza tão necessaria como o gymnaseo, o que prova o pouco interesse em que se tem a educaçam physica.



que mau grado nosso, algumas veses, se fecham e o corpo procurando uma posição mais ou menos commoda a elle se entrega. A' esta necessidade estam sujeitos todos os animaes, e é ella quem os faz recuperar as forças que elles têm perdido. Barbaramente se deu pela privaçam lo somno a morte á alguns condemnados, aptisfazendo-se todas as outras necessidades; morte lenta e brutal, que so pode apreciar quem não tem podido dormir vendo morto de inveja toda a natureza a descansar, e tudo convidal-o ao repouzo. O somno quando é demasiado nos indispos, e nos amollece, e a mesma intelligencia se embota; mas quando tem sido regular nos anima a ponto que nos parecemos outros. Muitas pessoas acreditam que se pode augmentar a vida diminuindo as horas do somno talvez por que o considerem como Celzo, e Diogenes, irmão da morte; mas como se enganam em seus calculos? Com esse amor a vida nada se faz mais do que encurtal-a por que com a sua falta o corpo se enfraquece, o espirito s'estreita, e então a pallidez, e o semblante valetudinario se pinta no rosto d'aquelles que perdem o somno; e não é em dobrado tempo que se recupera uma hora perdida. Abusando-se da civilisaçam nas melhores sociedades quasi que se troca o dia pela noite, o que faz dormir-se pelo dia adiante, e d'este modo não só sao privados da mais bella parte do tempo que é aquella em que a natureza vivificada se mostra mais moça, e mais saudavel, como ficam sepultados no leito que lhes corrompe a saúde. A natureza livrando o homem de todos os excitantes, e pelo que se observa entre os outros animaes mostra, que o dia foi destinado para o trabalho, e a noite para o repouso, e a ordem inversa, que se quer estabelecer deteriora os sentidos a saude, e o temperamento. Não é menos util o cuidado que se tiver com os leitos, que nunca devem ser demasiadamente molles, e nem mui quentes. A lan é pessimo enchimento dos colxoens n'um clima como o nosso, principalmente os destinados para as crianças, que não andam, e que por muitos motivos precisam conservarem-se em seus leitos, por que nos braços dos criados não podem estar collocadas convenientemente, pelo que não so estam sujeitas as deformidades como aos máus tratos. Esta pratica é tanto mais favoravel na classe menos abastada, que não é preciso occupar-se uma pessoa para carregal-a, i. e., em quanto ellas não começam a fazer esforços para se moverem que então se deve deixal-as livres no assoalho a modo dos Peruanos.

E' prejudicial forçar-se o menino a andar mui cedo, o que pode viciar os debéis membros que ainda não tem bastante força para sustentarem o peso do corpo. Alem do accio, que é preciso cuidadosamente guardar-se, é necessario tambem, que os leitos sejam construidos de modo que os livrem das quedas, e collocados em posição que a luz que tanto lhes attrahe os olhos não os torne defeituosos. Não se deve habituar o menino a um leito molle, por que então o fariamos para o futuro soffrer, e passar muitas noites sem dormir, pois que



quando homem nem sempre achará as cousas com que se habituou, e a educação que diminuir as condições, que encurtar o numero de necessidades é a que mais convem, por que a fortuna sendo tão voluvel como é, não nos devemos fiar em seus encantadores sorrisos, que hoje nos podem amimar para amanha zombando de nossa fé calcar-nos com toda a sua força. O homem deve ser educado de modo, que viva contente quando ella se mostre risonha e não soffra quando for menos prospera. O leito um pouco duro fará o menino acordar-se mais cedo, e mais vigoroso, e muito concorrerá para a sua saúde. As crianças em quanto pequeninas dormem muito, porém quando mais crescidas não carecem dormir tanto; e por isso devem ser acordadas cedo, o que Rousseau com o seu philosophico methodo de pouco ordenar para ser sempre obedecido obtinha convidando o seu Emilio para o passeio da manha, e o acordava as horas convencionadas; ou si tratava se de que elle a sos se erguesse, partia quando não cumpria o ajuste, e por este modo o habituava a levantar á horas convenientes.

**HABITO.**—Como a repetição dos actos constitue o habito que é poderosa força, elle a não perdia para educar bem o seu pupillo, aproveitando-a como dizia Virey (1) « empreguemos esta maravilhosa propriedade do habito para vencermos a dor, as intemperies, e todos os outros accidentes inevitaveis da nossa condição.» Nos actos os mais frequentes da nossa vida achamos milhares de provas de sua influencia; como Methridates o homem pode tomar os mais suptis venenos sem perigar; e viver em pessimas condições como os presos, que acostumados por longo tempo a respirarem o ar impuro das prisões; e que morrem quando d'ellas se podem livrar. O habito domina o homem da maneira a mais poderosa, que muitas vezes lhe faria sentir o poderio de um senhor absoluto, e arrepende-se de sua sujeição pelo que devemos sempre rejeitar aquelles que não servirem em nosso proveito.

**ONANISMO.**—De todos os habitos o mais perigoso é o onanismo. Este infame vicio desnaturando o menino lhe aproxima sem numero de males, que o tornam miseravel.

Muitas vezes elle guiado pela natureza, por um movimento, que lhe desperta uma sensação, ou por palavras indiscretas, que tem ouvido pronunciar, é conduzido á este vicio; e ignorando os males, que podem vir não só pecca contrariando a natureza como tambem abusando de suas forças.

Esta calamidade desgraçadamente se torna cada vez mais temivel e poderosa causa de mortalidade, e de deterioramento do corpo, e espiri-

---

(1) Virey hygiena pg. 51.

to. A sagacidade dos meninos algumas vezes illude os olhos mais cautelosos, porém não se deve duvidar, que elles o possuam quando sem motivo os virmos desfnhar, e os órgãos genitæes tomarem grande desenvolvimento, e a puberdade apparecer rapidamente,

A intelligencia como o corpo tambem o accusam, assim a memoria se enfraquece, a razam se perverte, e de proposito o humor tristonho, e desconfiado parece permanecer em seu rosto para denunciá-lo. E' nestes casos difficultosos de corrigir, ou mesmo prevenir que o pedagogo mostra a sua influencia, e os serviços que pode prestar.

Este vicio produz males incriveis, para que se tivesse escondido á atençaõ daquelles que avaliam o verdadeiro interesse, que appresenta a mocidade. Alguns meios mecanicos se tem inventado para abortal-o, mas que estam bem longe de contentarem, e que muitas vezes em lugar de diminuir os males, os vão augmentar; por que esses miseraveis instados então pelo habito com mais ou menos exforços chegam a saptisfazerem-se. A mais activa vigilancia, os meios hygienicos, e a descripçam de seus horrores, são os mais appropriados meios para bortal-o, não se dando nunca a perceber que ja se conhece que os meninos o têm; e fallando-lhes segundo a idade ao coraçam ou á razam, se obterá facilmente o que se deseja. Não é so aqui como sempre que convem ter-se em muita conta esta circumstancia, e não se deve pensar como muitos paes, que pelo maldictio costume repetem — *os filhos aos olhos dos paes sempre têm a mesma idade* — o que é assim em quanto aos respeitos, e deveres, que elles tem de cumprir, mas não em quanto as suas necessidades que, variam com a idade, e si essas mudanças não se appresentam de uma maneira sensivel deve se estar muito acautelado para não deixal-as passar desapercbidamente.



## CAPITULO II.

Os deveres maternos começam com a concepção.

MURAT.

Si ha debaixo do ceo um objecto, que mereça os respeito da Divindade, é sem duvida a mãe que tem amamentado o seu filho.

A MILLOT.

**A** alimentação que o homem necessita nos primeiros dias de sua vida a natureza unindo a pessoa, que lhe deu o ser ainda se mostrou providente. Essa substancia, que mais tarde adquire novas propriedades acompanhando a necessidade, que elle tem de nutrir-se, assim mesmo fraca como é se presta ao seu fim, e a expulçam de uma substancia o meconio na relação, que convem. Erradamente se arreceiam d'ella as nossas parteiras, e querem satisfazer a necessidade da saída do meconio com suas *mesinhas*, isto é com substancias, que na verdade vão expellil-a, mas que deixam sentir os effeitos da sua ignorancia, e do pouco caso em que se tem a vida do homem d'esde o seu primeiro dia. (1) Esta dependencia, reciproca que estabeleceu a natureza bem claro mostra o dever que tem a mãe de amamentar o seu filho; de cumprir com essa obrigação, que ella lhe impoz, para não entregal-o, á pessoas que não estando nas mesmas circumstancias não têm para com elle os mesmos cuidados, e os vão alimentar com um leite comprado pelo ouro, e muitas vezes vendido pela miseria. Que respeito exigirá uma senhora de seus filhos quando mundanas ostentações, erroneos preconceitos a obrigam a não satisfazer esse mais sagrado dever, que com tanto zelo preenchem os outros animaes, apesar de não terem essa razão, que tanto lhes serve de apanagio, e que lhes faz esquecer o primeiro dos deveres de uma senhora, e cerrar os ouvidos aos mais ternos ais do innocente, que nem uma culpa tem para soffrer?! Falças considerações de requintada vaidade, que bem pouco depondo em favor d'ellas as arriscam á mil tormentos physicos; e as fazem perder os seus

---

(1) De prompto precisa-se que as autoridades tomem em consideração a necessidade que ha das parteiras, ou mulheres que se prestam á esse officio tenham as necessarias habilitações. Não fallo de habilitações, que so sirvam para tornal-as mais audaces e fatuas.

que mau grado nosso, algumas veses, se fecham e o corpo procurando uma posição mais ou menos commoda a elle se entrega. A' esta necessidade estam sujeitos todos os animaes, e é ella quem os faz recuperar as forças que elles têm perdido. Barbaramente se deu pela privação do somno a morte á alguns condemnados, privando-se todas as outras necessidades; morte lenta e brutal, que so pode apreciar quem não tem podido dormir vendo morto de inveja toda a natureza a descansar, e tudo convidal-o ao repouzo. O somno quando é demasiado nos indispos, e nos amollece, e a mesma intelligencia se embota; mas quando tem sido regular nos anima a ponto que nos parecemos outros. Muitas pessoas acreditam que se pode augmentar a vida diminuindo as horas do somno talvez por que o considerem como Celzo, e Diogenes, irmão da morte; mas como se enganam em seus calculos? Com esse amor a vida nada se faz mais do que encurtal-a por que com a sua falta o corpo se enfraquece, o espirito s'estreita, e então a pallidez, e o semblante valetudinario se pinta no rosto d'aquelles que perdem o somno; e não é em dobrado tempo que se recupera uma hora perdida. Abusando-se da civilisação nas melhores sociedades quasi que se troca o dia pela noite, o que faz dormir-se pelo dia adiante, e d'este modo não só sao privados da mais bella parte do tempo que é aquella em que a natureza vivificada se mostra mais moça, e mais saudavel, como ficam sepultados no leito que lhes corrompe a saúde. A natureza livrando o homem de todos os excitantes, e pelo que se observa entre os outros animaes mostra, que o dia foi destinado para o trabalho, e a noite para o repouso, e a ordem inversa, que se quer estabelecer deteriora os sentidos a saúde, e o temperamento. Não é menos util o cuidado que se tiver com os leitos, que nunca devem ser demasiadamente molles, e nem mui quentes. A lan é pessimo enchimento dos colxoens n'um clima como o nosso, principalmente os destinados para as crianças, que não andam, e que por muitos motivos precisam conservarem-se em seus leitos, por que nos braços dos criados não podem estar collocadas convenientemente, pelo que não so estam sujeitas as deformidades como aos máus tratos. Esta pratica é tanto mais favoravel na classe menos abastada, que não é preciso occupar-se uma pessoa para carregal-a, i, e, em quanto ellas não começam a fazer esforços para se moverem que então se deve deixal-as livres no assoalho a modo dos Peruanos.

E' prejudicial forçar-se o menino a andar mui cedo, o que pode viciar os debéis membros que ainda não tem bastante força para sustentarem o peso do corpo. Alem do accio, que é preciso cuidadosamente guardar-se, é necessario tambem, que os leitos sejam construidos de modo que os livres das quedas, e collocados em posição que a luz que tanto lhes attrahe os olhos não os torne defeituosos. Não se deve habituar o menino a um leito molle, por que então o fariamos para o futuro soffrer, e passar muitas noites sem dormir, pois que



quando homem nem sempre achará as cousas com que se habituou, e a educação que deminuir as condições, que encurtar o numero de necessidades é a que mais convem, por que a fortuna sendo tão voluvel como é, não nos devemos fiar em seus encantadores sorrisos, que hoje nos podem amimar para amanha zombando de nossa fé calcar-nos com toda a sua força. O homem deve ser educado de modo, que viva contente quando ella se mostre risonha e não soffra quando for menos prospera. O leito um pouco duro fará o menino acordar-se mais cedo, e mais vigoroso, e muito concorrerá para a sua saude. As crianças em quanto pequeninas dormem muito, porém quando mais crescidas não carecem dormir tanto; e por isso devem ser acordadas cedo, o que Rousseau com o seu phylosophico methodo de pouco ordenar para ser sempre obedecido obtinha convidando o seu Emilio para o passeio da manhan, e o acordava as horas convencionadas; ou si tratava se de que elle a sos se erguesse, partia quando não cumpria o ajuste, e por este modo o habituava a levantar á horas convenientes.

**HABITO.** — Como a repetição dos actos constitue o habito que é poderosa força, elle a não perdia para educar bem o seu pupillo, aproveitando-a como dizia Virey (1) « empregemos esta maravilhosa propriedade do habito para vencermos a dor, as intemperies, e todos os outros accidentes inevitaveis da nossa condição. » Nos actos os mais frequentes da nossa vida achamos milhares de provas de sua influencia; como Methridates o homem pode tomar os mais *suptis* venenos sem perigar; e viver em pessimas condições como os presos, que acostumados por longo tempo a respirarem o ar impuro das prisões; e que morrem quando d'ellas se podem livrar. O habito domina o homem da maneira a mais poderosa, que muitas vezes lhe faria sentir o poderio de um senhor absoluto, e arrepender-se de sua sujeição pelo que devemos sempre rejeitar aquelles que não servirem em nosso proveito.

**ONANISMO.** — De todos os habitos o mais perigoso é o onanismo. Este infame vicio desnaturando o menino lhe aproxima sem numero de males, que o tornam miseravel.

Muitas vezes elle guiado pela natureza, por um movimento, que lhe desperta uma sensação, ou por palavras indiscretas, que tem ouvido pronunciar, é conduzido á este vicio; e ignorando os males, que podem vir não só pecca contrariando a natureza como tambem abusando de suas forças.

Esta calamidade desgraçadamente se torna cada vez mais temivel e poderosa causa de mortalidade, e de deterioramento do corpo, e espiri-

---

(1) Virey hygiena pg. 51.

to. A sagacidade dos meninos algumas vezes illude os olhos mais cautelosos, porém não se deve duvidar, que elles o possuam quando sem motivo os virmos definhar, e os órgãos genitales tomarem grande desenvolvimento, e a puberdade apparecer rapidamente,

A intelligencia como o corpo tambem o accusam, assim a memoria se enfraquece, a razam se perverte, e de proposito o humor tristonho, e desconfiado parece permanecer em seu rosto para denuncial-o. E' nestes casos difficultosos de corrigir, ou mesmo prevenir que o pedagogo mostra a sua influencia, e os serviços que pode prestar.

Este vicio produz malesincriveis, para que se tivesse escondido á atencam daquelles que avaliam o verdadeiro interesse, que appresenta a mocidade. Alguns meios mecanicos se tem inventado para abortal-o, mas que estam bem longe de contentarem, e que muitas vezes em logar de diminuir os males, os vão augmentar; por que esses miseraveis instados então pelo habito com mais ou menos exlorços chegam a saptisfazerem-se. A mais activa vigilancia, os meios hygienicos, e a descripçam de seus horrores, são os mais appropriados meios para bortal-o, não se dando nunca a perceber que ja se conhece que os meninos o têm; e fallando-lhes segundo a idade ao coraçam ou á razam, se obterá facilmente o que se deseja. Não é so aqui como sempre que convem ter-se em muita conta esta circumstancia, e não se deve pensar como muitos paes, que pelo maldicto costume repetem — *os filhos aos olhos dos paes sempre têm a mesma idade* — o que é assim em quanto aos respeitos, e deveres, que elles tem de cumprir, mas não em quanto as suas necessidades que, variam com a idade, e si essas mudanças não se appresentam de uma maneira sensivel deve se estar muito acautelado para não deixal-as passar desaperebidamente.



## CAPITULO II.

Os deveres maternos começam com a concepção.

MURAT.

Si ha debaixo do ceo um objecto, que mereça os respeitos da Divindade, é sem duvida a mãe que tem amamentado o seu filho.

A MILLOT.

**A** alimentação que o homem necessita nos primeiros dias de sua vida a natureza unindo a pessoa, que lhe deu o ser ainda se mostrou providente. Essa substancia, que mais tarde adquire novas propriedades acompanhando a necessidade, que elle tem de nutrir-se, assim mesmo fraca como é se presta ao seu fim, e a expulçam de uma substancia o meconio na relação, que convem. Erradamente se arreceiam d'ella as nossas parteiras, e querem satisfazer a necessidade da saída do meconio com suas *mesinhas*, isto é com substancias, que na verdade vão expellil-a, mas que deixam sentir os effeitos da sua ignorancia, e do pouco caso em que se tem a vida do homem d'esde o seu primeiro dia. (1) Esta dependencia, reciproca que estabeleceu a natureza bem claro mostra o dever que tem a mãe de amamentar o seu filho; de cumprir com essa obrigação, que ella lhe impoz, para não entregal-o, á pessoas que nao estando nas mesmas circumstancias não têm para com elle os mesmos cuidados, e os vão alimentar com um leite comprado pelo ouro, e muitas vezes vendido pela miseria. Que respeitos exigirá uma senhora de seus filhos quando mundanas ostentações, erroneos preconceitos a obrigam a não satisfazer esse mais sagrado dever, que com tanto zelo prehenchem os outros animaes, apesar de não terem essa razam, que tanto lhes serve de apanagio, e que lhes faz esquecer o principio dos deveres de uma senhora, e cerrar os ouvidos aos mais ternos ais do innocente, que nem uma culpa tem para soffrer?! Falças considerações de requintada vaidade, que bem pouco depondo em favor d'ellas as arriscam á mil tormentos physicos; e as fazem perder os seus

---

(1) De prompto precisa-se que as autoridades tomem em consideração a necessidade que ha das parteiras, ou mulheres que se prestam á esse officio tenham as necessarias habilitações. Não fallo de habilitações, que so sirvam para tornal-as mais audaces e fatuas.

primeiros carinhos e rizes, ou ao menos ver repartidos aquelles, de que ella devêra ser bastante ciosa. Muitas senhoras se furtam a essa obrigação persuadidas, que as bellas rozas que lhe aformoseam o rosto, os encantos do seu sexo depressa desapareceram si amamentarem os seus filhos; e quando isso fosse verdade preferiam sacrificar-os para encantarem as sociedades, do que não vêm poucos males ás familias. Si quereis que essas rozas não se murchem, não vos deveis privar do que necessitae, não deveis corromper a vossa saude prolongando quotidianamente as vigílias sem que vos venha algum interesse; vesti-vos, alimentae-vos regradamente e compenetrae-vos d'esta verdade que sois esposas, mães, e que sois mais a alma de vossas familias do que das sociedades. Esse dever sendo tão natural, a natureza não vos havia de sacrificar. (1) «Quereis uma prova? Vêde as nossas patricias Rio-Grandenses, e Mineiras cuja maior parte se occupam alegres com os encantos da amamentação de seus filhos, e dizei-me si os seus engraçados contornos soffrem a menor injuria por seguirem os empulos da natureza.» Mas quando se dão motivos justos, para sua felicidade, e de seus filhinhos devem ser privadas d'esse mais nobre dever, que as fazem verdadeiramente merecerem o precioso nome de Maes, e em sua dor tão legitima e tão louvavel merecem em dobro os respeito, e o alto apreço d'aquelles que avaliam o quanto elle revella. Porem levando motivos, que a mae consinta, que um peito extranho vá amamentar ao seu filho, deve ter todo o cuidado com a escolha da ama, e alem de vigorosa saude tem de exigir boa character, e intelligencia, não só para que as crianças não herdem as enfermidades d'ellas, como para que sejam bem tratadas; e possam prehencher os difficultosos encarregos de que se incumbem, e soffram com paciencia as suas fraquezas sem os prejudicar, não fallando em outra relação facil de se comprehender como diz Burdach (2) «os animais quanto mais perto estam dos seres intelligentes tanto menos feroces são; e os homens são tanto mais selvagens quanto labutam com os brutos.»

Toda a vigilancia se deve ter com as amas, e ainda que n'ellasse deposite muita confiança devem ser constantemente vigiadas para não accostumarem muitas veses mesmo por excesso de cuidados, ou pela ignorancia dos males, que lhes fasem á mãos habitos como sejam com os seus *contos*, as suas *historias*, o que ainda tanto observamos, como tambem para que não abusem da confiança que adqueriram. Nada mais horrorisa ver, do que o pouco censurado desleixo de se confiarem as crianças ás pessoas que nos servem. Quem não terá observado as mais perigosas palestras, os maos tratos, que ellas re-

---

(1) Dr. Nabuco, these sobre o alleitamento.

(2) Burdach physiologia

cebem quando são assim abandonadas ; as scenas que ellas presenciam , os riscos que correm por essas ruas? Avegilancia deve ser tanto mais exercitada, quanto conhecemos a indole das amas, que ordinariamente encontramos, e conhecemos a facilidade com que o leite se pervete, descuido, que tem sido causa de muitos males, e que ja testemunhamos em menos de tres dias producir taes, que ainda hoje fazem soffrer demasiadamente um menino, que irá por causa d'elles ao tumulo. Todo o cuidado que se mostra pelas amas, ja dando-lhes abundante, e sadia nutriçam, ja tratando-as com candura, que tanto merecem não servirá só para que ellas de boa vontade se prestem a esse serviço, que recahirão tambem sobre o menino. Sem elle o leite seria pouco nutritivo, e por isso não bastaria para as suas necessidades, e si ellas vivessem sempre angustiadas elle devia ser vicioso, e muitas veses, em lugar de alimento seria um veneno que se daria (1) A principio os meninos por que ainda não estão desembaraçados no machinismo de mamar, e por que carecem mesmo de mais nutriçam, precisam, que muitas veses se lhes dê o peito, mas nunca se deve fazer quando o peçam chorando, o que é máo não só pelo que já di-mos como tambem por que porão em duvida se choram, por falta de nutriçam, ou abundancia, porem passados alguns meses convem que se vá fortalecendo (pouco a pouco) a nutriçam com substancias de facil dijestam pratica que os fortifica para poderem vencer sem muito custo a desmamentaçam, e a crise da dentiçam.

A este respeito recopilaremos algumas linhas Tourtelle. (2)

» A sabida dos dentes é quasi sempre uma epoca critica, que se accompanha de diarrhea , colicas , convulções , febre , que a torna mui funesta. Todavia ella não é uma doença na ordem da natureza por que se vêem meninos , que não soffrem alguma perturbaçam ao menos de maneira sencivel , o que demonstra, que estas affecções morbificas não são necessarias, e que dependem quasi sempre da plethora , da acidez das vias desgetivas , e sobre tudo da grande sencibilidade do systema nervoso o que se pode prevenir suguitando o menino ao regimen. » (3)

---

(1) Al—Doné nos seos conselhos as Maes, recomenda-lhes, que não dêem seu peito aos filhos quando tenham algum motivo de colera sinão passados alguns minutos.

(2) Tourtelle, elementos de Hygiæna t. 2 pag. 343.

(3) Os dentes merecem muito cuidado, por que nada é mais nojentoso do que uma boca descuidada, mais incommodo do que o máo halito, e mais penoso do que as suas dores. Os meninos que pouco se importam com isso os deixam corromper, por que não conhecem os martyrios, que ao depois suportarão, e culpados são os paes que se esquecem delles e os não obrigam a limpar, e arrancar aquelles que vão corromper, ou levar defeitos aos outros.

A idade em que se costuma a desmamar os meninos varia entre alguns povos, porém ella depende da fortaleza, em que elles estejam; regularmente o tempo medio é de um anno a anno e meio (1) Pouco a pouco a criança deverá ser acostumada a fazer uso das substancias, que convem para nutriçam do homem.

A historia dos animaes nos mostra a influencia, que tem sobre elles as alimentações. Os animaes, que se nutrem de carne são feroses, sanguinarios, e aquelles que vão buscar sua alimentaçam no reino vegetal são pacificos, e mesmo timidos. Não pensamos que essa influencia tenha tanto poderio sobre o homem, que a sua razam sabe moderar, mas não podemos duvidar d'essa influencia mostrada pelos escriptores, e da qual sabe o religioso tirar vantagens para debelitar a força do peccado. A alimentaçam animal espaça mais a fome, nutre mais, e por isso os individuos, que usam d'ella são fortes pletoricos, de temperamento sanguineo, em quanto que os outros que vão buscar-a entre os vegetaes são debeis e fracos. São innumeradas as substancias que o homem tem lançado mão; e desde o mais pequeno animal até o prestimoso boi elle tem sacrificado, muitas vezes só para calar o seu appetite. Mas como diz Cabanis «o homem pode usar de todos os alimentos, mas nem todos lhes podem convir» porém da maior parte d'ellés pode-se servir sem que lho venha d'ahi todo o mal, logo que não abuse tomando grandes quantidades, e maiores que necessita, considerando a necessidade, que tem de nutrir-se como um praser, um regalo da vida; que sempre conserve a variedade, e que o especulador não os tenha corrompido, mas com o que elle deve ter muito cuidado é com os condimentos cujo abuso entre nós é bastante exagerado. Os condimentos sendo uteis, e mesmo necessarios para executar as forças digestivas não podem convir em tanta abundancia pois que são substancias irritantes, que vão produzir inflamações sobre inflamações, que se tornam chronicas, e cançar as forças do estomago; e muito mais entre os meninos, que não precisam d'ellas por que só por si são capazes de digerir as substancias, e não se deve ir estragar a força que possui o seu estomago acostumando-o a uma necessidade, que o fará muitas vezes deixar-se de alimentar só por que os alimentos não fora adubados com os acipipes com que se habitueu.

Não deixa de ter menos prejuizo o uso de bebidas espirituosas. Que motivos buscarão para dal-as aos meninos? Elles não precisam tonifi-

---

(1) Burdach - obra citada — Diz que no Brasil a amamentaçam vac até o cinco annos!!! só vimos aqui um até os quatro annos por capricho dos paes.

car-se por que a sua idade, é a do vigor, mas sim para obrigar-os desde pequenos a uma necessidade que os pode conduzir ao mais vergonhoso de todos os vícios. As crianças não necessitam sinão da agoa pura, e o mesmo chá, e café, que em nossas mezas de almoço tem substituido as substancias verdadeiramente nutritivas não devem ser dadas com tanto excesso. As alimentações ainda se prestarão para modificar uma outra influencia bem imperiosa os temperamentos, pois como diz Cabanis ( 1 ) as causas capazes de modifical-o ou mudar são » as doenças, o clima, regimen, trabalhos, etc. O temperamento como diz tambem Dubois ( 2 ) fortemente pronunciado é como o primeiro passo dado para uma classe determinada de doença, e por isso torna-se necessessario corregil-o quando for muito pronunciado, e assim não só livraremos os meninos das enfermidades como melhoraremos a seu moral.



---

( 1 ) Cabanis pag. 432 t. 4.

( 2 ) Dubois, patologia geral pag. 52 t. 1.

### CAPITULO III.

A grande influencia disso, que tem o nome de Moral, sobre o que tem o nome de physico, é um facto geral, e irrecusavel.  
CABANIS.

**N**ão são so as coisas physicas, que influirão sobre a saude do homem. Por mais de uma vez temos deixado escapar a dependencia, que existe entre a alma e o corpo; e tão intimamente estas duas substancias, que têm dado motivos a prolongadas controversias, as quaes so pozeram termo espiritos mais apreciadores, que não se deixaram arrastar pela condiçam do exclusivismo. Por isso a Educaçam Moral não so concorrerá para o bem eterno, como para a felicidade neste mundo.

Educai os vossos filhos no seio da Religiam (1) que os fareis por sem duvida mais felizes; não só minorando-lhes o influxo de suas paixões, como dando-lhes de prompto allivio na consoladora lembrança, que Deos existe.

« Quantas vezes o mesmo prazer tem sido causa de mortes? Diagoro ex-  
« pirou vendo voltar seus trez filhos vencedores dos jogos Olympicos, Sopho-  
« cles morreu de prazer recebendo a coroa, Polycrato, Chilon o Lacedemonio,  
« Philipede, Dionisio morreram por um excesso de alegria. » (2) E quasi sempre a culpa é dos Paes, que lhes despertam sentimentos desordenados, ou fazendo-lhes sentir uma cega austeridade com que os conduzem ao temor, e quasi sempre as consequencias são funestas, pois que fazem os meninos viverem em desconfiança, e por isso atirem para o lado das austeridades o mais salutar conselho, e se vão entregar á pessimos Mentores, quando tenham de consultar as suas acções; ou então com nimia bondade saptisfazendo-lhes todas as suas vontades, que tendo uma fonte inexaurivel chegam a ser impossivel realisar-se, e com isso acordam sentimentos, que com cuidado se devera deixar adormecer. Si é necessario que os meninos desde pequenos conheçam a con-

---

(1) Si considerarmos as Religiões debaixo deste ponto acharemos, que ellas sempre têm concorrido para melhorar a condiçam humana; veremos a circumstiasam, e certas prohibiões serem acertadas leis de Hygienu.

(2) Tourtelle obr., cit., t. 2.º, pag. 507.

tingencia dos seus desejos para que não soffram de choque a verdade, é bom dizer-se, que não é necessario mortificar-os, privando-os de tudo so porque ambicionam, que então cahiremos no mesmo donde pretendiamos saber.

Jamais é preciso conduzir-os tambem pelo caminho do temor, que tão prejudicial ao Moral os fará pusilanimos, e sujeitos aos males que occasionam os sustos. Não é sem sobejas razões, que o Philosopho instituidor de Emilio considerava a infancia, como a idade a mais perigosa, e sem duvida é della, que depende em grande parte a nossa felicidade futura, porque as impressões ahí recebidas se gravam com profundas raizes. E todas as vantagens, que apresenta a Educaçam Physica nesse tempo, vemos ficar esquecidas no meio do enthusiasmo que mostra a Intellectual; e todas essas esperanças que ella promette terão certamente de naufragar na abstracção, que os seus encantos têm forçado, pois que é tão grande a sua avidéz, que não se quer sinão ella sem saber como vem, e como se obtem, mas isto está longe do nosso fim, e so por agora fallaremos do erro, em que todos os dias vemos cahir os Paes, de mandar para a escola os meninos antes que tenham recebido o necessario desenvolvimento, ou mesmo forçal-os ao estudo; cuidados que se tornam precarios, como mui bem faz sentir o nosso sabio Poeta (1) nos seus apreciados versos :

Um espirito forte em corpo debil  
Em vez de ser senhor torna-se escravo,  
Um para bem mandar deve ser forte,  
O outro ser robusto para servil-o.  
Não é incompativel com a sciencia  
A rigidez do corpo.....

Nas escolas os meninos vêm-se privados quasi todo o dia pela austeridade de um mestre, que desconhece as suas necessidades, e que os querem fazer homens quando não passam de crianças, dos seus folguedos, com o que não so os fazem desde pequenos inimigos das letras como os definham. A cada momento Esquirol e Spurzheim nos mostram, que a demasiada excitação do cerebro produz a loucura, e outras molestias, o que muito se deve temer de um organo *inda tão fraco*, para o qual a menor applicação pode ser de grande excitação. A cultura prematura do espirito quasi sempre degenera, como conta Brigham da joven Lila, e Jorge Apull. (2) Com ella não se faz mais do que buscar-se a desharmonia entre duas causas, que tem de produzir um resultado; e de certo que não é por este modo, que poupareis o tempo, e sempre cahireis nessa falta em quanto vos esquecerdes, que alem do espirito ha o corpo estreitamente ligado a elle; em quanto vos deslembardes da importancia, que meoee a Educaçam Physica.

---

(1) Dr. D. J. G. Magalhães, Olgiato.

(2) Brigham. Indagações sobre a influencia da cultura do espirito, pag. 43.

## CAPITULO IV.

Si eu demonstrasse, que o homem é o producto da sua educaçam, eu teria por sem duvida revelado uma grande verdade ás Nações, ellas saberiam, que em suas mãos está o instrumento da sua grandesa e felicidade, que para serem felises não precisam mais do que aperfeçoarem a sciencia da Educaçam.

HELVETIUS.

As estatuas, que se escaparam da destruiçam dos tempos, os esqueletos, que se esconderam no segredo dos tumulos para chegarem athé nós, os pesados instrumentos bellicos testemunhas d'antiga grandesa dos nossos maiores, nos attestam o vigor, que elles possuiram, e a degeneraçam em que vae a nossa especie. Entre nós já de perto ella nos ameaça, e cada vez mais a passos de gigante caminhamos para a destruiçam, sem que vejamos relusir siquer uma só esperanza de que possamos suspender os seus estragos, pois que vemos a nossa mocidade no verdor dos seus dias entregue a todos os abusos, e amollecida pelo luxo, e ociosidade. O insaciavel egoismo, que tem feito o homem não só desrespeitar os dias dos seus semelhantes, corrompendo-lhes as alimentações, tambem tem erguido as vistas do especulador para a Educaçam da mocidade; e o que mais é, que sem receio e por todas os modos elle barateia a vida, e a felicidade dos Cidadãos.

Parece fora de toda a duvida, que a liberdade da Educaçam, a sciencia levada ás massas não é prejudicial, mas tambem parece irrecusavel, que a liberdade, que que observamos, é mais que damnosa, pois que dá asos a que a especulaçam de Nacionaes, e Estrangeiros lance mão da Educaçam da mocidade com o unico fim de obter o oiro, difficultando-a assim cada vez mais a ponto, que um Pae, que sabe como ella por ahí vae, duvida si convirá que os filhos vivam na ignorancia, ou si os sacrificando devam comprar ás maos cheias d'ouro uma Educaçam viciada. E consentem-se tão facilmente, que a mocidade, o negocio mais importante do Legeslilador, da Sociedade, seja entregue á homens incapases de a dirigir e que foram muitas vezes corrompidos nos serviços mais baixos da sociedade. Elles aproveitando-se da incredulidade, que se dão aos contos dos meninos,

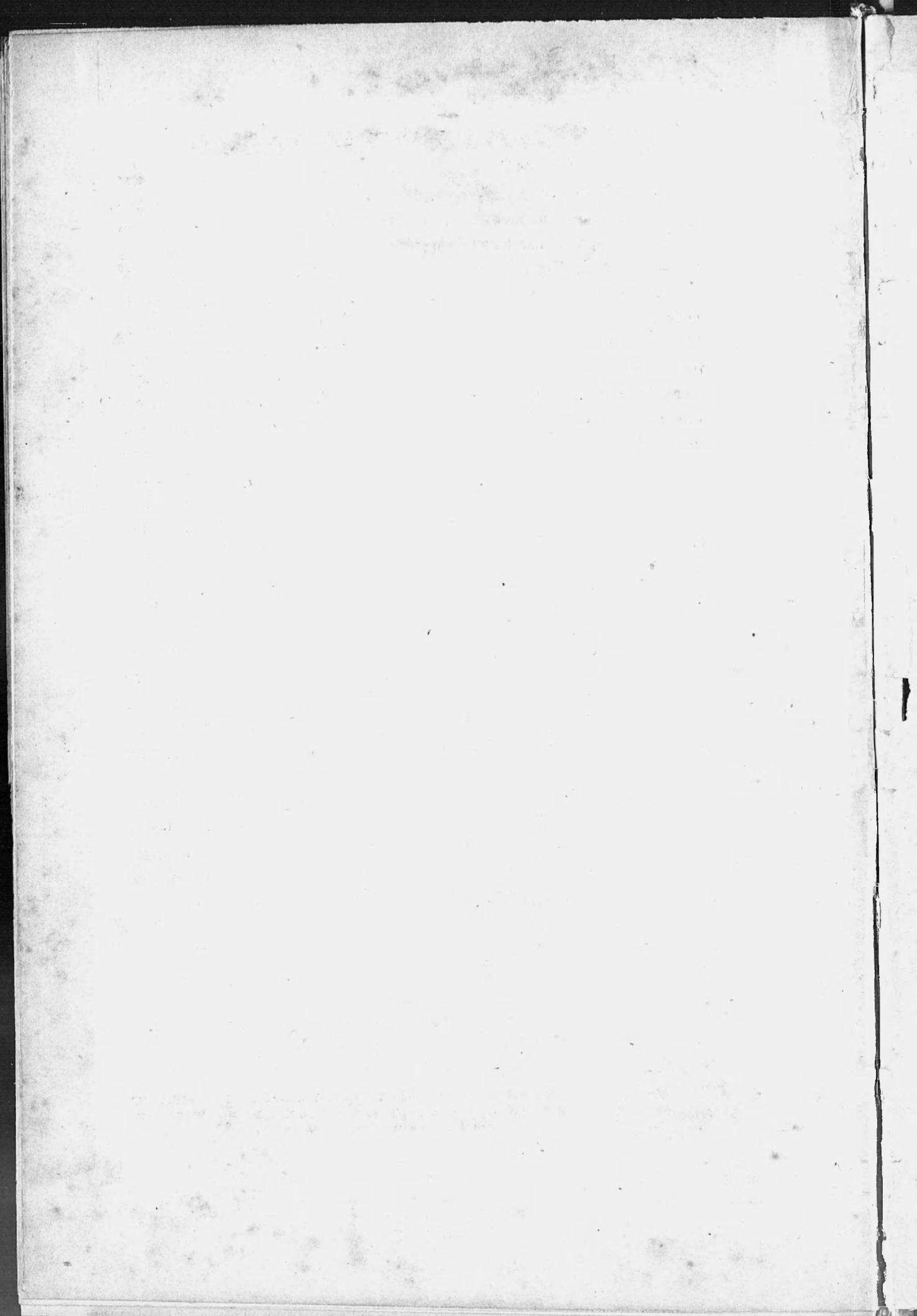
encobrem com o luxo todas as faltas, buscam as más alimentações, que graças a nossa *felicidade* se encontram no mercado arruinadas, e amontoam n'um pequeno espaço maior numero de meninos do que elle permite (1) onde respiram um ar viciado onde não ha cuidado algum com o aceio, e são proscriptas todas as regras de Hygiena, e mesmo vão aprender vicios que ignoravam. E o que acontece com esse descuido, é, que esses Cidadãos depois, bem longe de poderem prestar os serviços, que podiam, servirão para herdar seos males aos filhos, que com custo tenham podido escapar com a vida. Não devemos esquecer uma outra causa, a syphilis, cujos estragos são incalculaveis, e que rapidamente se propagam de modo, que exigem providencias, que não so concorram para o bem Moral da sociedade, como para o Physico. Bem difficil é a missam do Pedagogo para não se concedel-a tão liberalmente; não é so preciso conhecer-se o remedio para tal ou tal mal, que tambem é necessario conhecer-se como e quando applical-o. E quando tudo parece marchar segundo o brado do seculo —avante— não convem deixar-se atrazada a Educaçam. Tão facil é obter-se vantagens, que pareçam utopias, quam difficil é reunir-se as trez condições necessarias, como diz Eugene Sue: saber, querer, e poder, para obtel-as. Mas não seremos nós que devamos esperar corrigir esses males, com um escripto, que nem será lido: para nós so fica o prazer de esperarmos melhoramentos, confiados no Patriotico zelo do nosso sabio mestre, que por duplicados motivos escolhemos para Presidir nossa These, si bem que conheçamos, que um espirito reformador tão necessario n'um Paiz nascente como o nosso, eivado de tantos velhos prejuizos, e onde tudo se quer obter, inda bem não lançados os alicerces, e no qual as reformas não têm sido bem succedidas, nada nos promette.

Temos em fim chegado ao momento de escrevermos a ultima linha; ella não será escripta para desculparmos o nosso trabalho, que de certo não veria a luz, si não instasse o tempo, mas sim para cordialmente agradecermos ao nosso illustre mestre o Exm.<sup>o</sup> Sr. Dr. Thomaz Gomes dos Santos a bondade, com que sempre nos tratou, e o favor que nos fez, accitando a Presidencia do nosso derradeiro trabalho escolar.

F I M.

---

(1) Muito importa, que as autoridades não consintam Collegios que admittam pensionistas no centro da cidade, onde o ar por si já é corrupto; quando menos empõem essa aluvia dellas que bem deixa ver para que são creados.



# HIPPOCRATIS APHORISMI.



## I.

Lassitudines sponté obortæ , morbos denuntiant.  
Sect. 2.<sup>a</sup> Aph. 5.<sup>o</sup>

## II.

Quæ longo tempore extenuantur corpora , lenté, reficere oportet; quæ veró brevi, celeriter. Sect. 2.<sup>a</sup> Aph. 7.<sup>o</sup>

## III.

Somnus vigilia, utraque modum excedentia, malum.  
Sect. 2.<sup>a</sup> Aph. 3.<sup>o</sup>

## IV.

Non satietas, non fames, neque aliud quidquam quod naturæ modum excesserit, bonum. Sect. 2.<sup>a</sup> Aph. 4.<sup>o</sup>

## V.

Impura corpora quò plus nutriveris eo magis lædes.  
Sect. 2.<sup>a</sup> Aph.

## VI.

Multum et repenté evacuare aut replere aut calefacere, aut frigefacere; aliter quocumque modo corpus movere, periculosum est. Enimveró omne nimium naturæ est inimicum. Quod veró paulatim fit, tutum est: tum alias et si quis ex altero ad alterum transeat. Sect. 2.<sup>a</sup> Aph. 51.

Esta These está conforme os Estatutos.

Rio, 27 de Novembro de 1845.

Dr. Thomaz Gomes dos Santos.

A pressa com que foi impressa esta these não deo lugar a que a expurgasemos de todas as faltas, mas ellas são taes, que qualquer leitor as pôde bem corrigir; com tudo força é que já emendemos algumas.

*Erros.*

homens. quem pag. 12, lin. 16  
conta. para cuidar-se, pag. 13, lin. 30  
dequella, pag. 14, lin. 6  
temperamento, pag. 14, lin. 5 da nota  
habito, pag. 15, lin. 7  
da manhã, pag. 16, lin. 13  
somassetica, pag. 17, lin. 26  
bortal-o, pag. 20, lin. 17  
necessidade, pag. 21, lin. 7  
dependencia, reciproca, pag. 21, lin. 10  
prehenchem, pag. 21, lin. 17  
desaparceram, pag. 22, lin. 4  
as enfermidades d'ellas, pag. 22, lin. 23  
não accostumarem, pag. 22, lin. 30  
A vigilancia, pag. 23, lin. 2  
pervete, pag. 23, lin. 4  
dijestam, pag. 23, lin. 19  
convulsões, pag. 23, lin. 23  
sencivel, pag. 23, lin. 26  
sencibilidade, pag. 23, lin. 28  
lhes, pag. 24, lin. 19  
a seu, pag. 25, lin. 13  
meoece, pag. 27, lin. 39  
irrecusavel, pag. 28, lin. 15  
Legesilador, pag. 28, lin. 22  
que que observamos, pag. 15, lin. 15  
linhas Tourtelle, pag. 23, lin. 21  
felioidade, pag. 28, lin. 6  
precisam, pag. 28, lin. 6

*Emendas.*

homens a quem  
conta, para cuidar-se  
d'aquella  
temperamento  
habito  
d'amanhã  
somassetica  
abortal-o  
necessidade  
dependencia reciproca,  
prehenchem  
desaparecerão  
as suas enfermidades  
não accostumal-os  
A vigilancia  
perverte  
digestam  
convulsões  
sensivel  
sensibilidade  
lhe  
o seu  
merece  
irrecusavel  
Legislador  
que observamos  
linhas de Tourtelle  
felicidade  
precisam