

zado a publicar todos os regulamentos necessários para o cumprimento do presente decreto e tomar as providências necessárias à boa execução do que nêle se dispõe.

Publique-se e cumpra-se como nêle se contém.

Paços do Governo da República, 28 de Junho de 1933. — ANTONIO OSCAR DE FRAGOSO CARMONA — *António de Oliveira Salazar* — *Albino Soares Pinto dos Reis Júnior* — *Manuel Rodrigues Júnior* — *Luiz Alberto de Oliveira* — *Aníbal de Mesquita Guimarães* — *Duarte Pacheco* — *Armindo Rodrigues Monteiro* — *Gustavo Cordeiro Ramos* — *Sebastião Garcia Ramires*.

#### Decreto n.º 22:752

As funções da medicina escolar são de defesa do grupo académico e do indivíduo; são funções sociais e individuais. Certamente o grupo interessa mais que o indivíduo; mas, como o grupo é composto de pessoas, os interesses de cada um são parcialmente os interesses do grupo.

Proteger o grupo de moléstias contagiosas, quer estas sejam parasitárias, quer sejam de imitação, é fazer profilaxia social; proteger o indivíduo dos males inerentes à sua constituição, à sua hereditariedade, etc. é fazer higiene individual.

Não basta que o médico considere a higiene do corpo, a higiene física; é preciso que se ocupe atentamente da higiene do espírito, da higiene moral.

Em geral, as leis têm deixado no esquecimento quasi completamente o que diz respeito à higiene moral, dando todos os cuidados à higiene física. E contudo a formação moral, o equilíbrio do espírito, a saúde da alma, a energia e firmeza do carácter são de maior importância, porque destas qualidades depende a sorte dos indivíduos e dos povos.

Um corpo pode ser robusto e são e abrigar uma alma fraca, viciosa ou doente. Quantas vezes um estudante inteligente, fisicamente bem constituido, é incapaz de acompanhar os seus condiscípulos nos estudos, porque a sua alma está dominada de paixões mórbidas ou evada de hábitos viciosos!

Ao médico escolar incumbe a tarefa de descobrir estes estados doentes e ensaiar os meios físicos e morais apropriados para os combater. O médico escolar não fará clínica, mas fará psicoterapia e dará regras e conselhos aos estudantes e às famílias.

Por um inexplicável paradoxo, os intellectuais têm sido os promotores da reforma da educação física, tendo-se conseguido nas escolas, gymnásios, professores numerosos para os exercícios, campos de jogos, etc., mas tem sido deixado de lado tudo o que interessa à higiene do espírito e à formação do carácter. Ser médico do corpo é decerto muito, mas não basta; a porção mais elevada e mais nobre do homem não pode ficar fora das suas preocupações e essa porção é o espírito. Se Pascal sentia necessidade de dizer que o homem não é um puro espírito, nós temos necessidade de dizer, em contrapartida da pedagogia corrente, que o homem não é um puro corpo. Certamente que do corpo dependem as manifestações do espírito; todas as perturbações psíquicas devem ter uma alteração orgânica que as explique. Isso porém não quere dizer que a medicina seja capaz, pelos meios materiais de que dispõe, de corrigir todas as alterações do espírito que, na ignorância da lesão orgânica, ela chama perturbação funcional.

Quando uma deficiência das supra-renais é compensada pela intervenção do médico, podemos ver um indolente transformar-se numa pessoa activa.

O tratamento de uma perturbação hepática pode aliviar uma criança da inveja ou do ciúme. Em face de casos desta natureza somos levados a crer que cada de-

feito moral é uma consequência de lesões materiais, acessíveis à terapêutica material. Desde tempos imemoriais se sabe que a ingestão do alcool basta para modificar o estado de espírito e fazer de um triste uma pessoa alegre. Infelizmente, a medicina de hoje não pode ir muito longe neste caminho de combater as disposições morais por meios exclusivamente materiais. A exortação, o conselho, a persuasão, isto é, a psicoterapia e a direcção ficam sendo ainda os grandes e preciosos recursos.

O médico escolar tem a realizar os seus fins por meios diversos, que se podem agrupar do modo seguinte:

1.º Promover o afastamento de tudo o que possa ser nocivo ao grupo e a cada indivíduo;

2.º Corrigir tudo o que fôr prejudicial e fôr susceptível de correcção;

3.º Concorrer para o desenvolvimento físico e moral, isto é, promover o vigor físico e moral.

Deve ser educador. Nada do que se refere à saúde e robustez do corpo e do espírito lhe pode ser estranho. A educação física deve dar a resistência orgânica e a educação moral deve dar a resistência do carácter. Afastar de tudo o que é nocivo é fazer hygiene elementar.

No domínio da hygiene física removeremos as deficiências do arejamento e da iluminação, os excessos da humidade, as atitudes nocivas derivadas do mobiliário defeituoso e, por último, os contágios microbianos e parasitários. No domínio da hygiene moral devem ter-se a distância as influências deletérias, como são as influências dos alunos turbulentos, indisciplinados ou viciosos. Certamente os anormais declarados não frequentam os liceus, mas há os sub-normais, os não educados, que, debaixo de uma aparência normal, occultam disposições anti-sociais mais ou menos graves.

As salas devem ter a capacidade acomodada ao número dos alunos (3<sup>m</sup>,5 por aluno), o que nem sempre se encontra em escolas instaladas em casas antigas e mal adaptadas, tendo o professor de dar aula com as janelas abertas, facto reprovável, dada a falta de aquecimento, visto que nem todos os alunos estarão capazes de se adaptarem sem perigo às correntes do ar, de uma velocidade de 3 ou 4 metros por segundo.

Algumas das nossas escolas são agrestes no inverno pelo frio que nelas se sofre. Há salas verdadeiramente insuportáveis.

Este defeito é mais fácil de apontar que de remediar. O aquecimento não está previsto na edificação dos liceus, nem haveria o combustível necessário para três meses de inverno num País pobre, que tem o conforto como um artigo de luxo. O frio é anti-higiênico e anti-pedagógico, porque cria receptividades mórbidas e distrai a atenção. Apesar da resistência ao frio que têm os portugueses, como se observou na campanha da Rússia, não podemos considerar o frio inocente para organismos infantis.

O arejamento é necessário para evitar a acumulação do vapor de água, ácido carbónico e outros produtos mal definidos que caracterizam o ar confinado. A janela aberta em permanência ou entreaberta para os dias ventosos daria plena satisfação se as salas fôsem aquecidas. E não podemos pensar em meios artificiais de ventilação por aparelhos de aspiração ou compressão de ar.

No estado actual das nossas escolas é de boa prática abrir, nos intervalos das aulas, as janelas; os dez minutos de arejamento que assim se faz chegam para o tempo da aula seguinte, sem grande deficit.

As novas construções poderiam ter adoptado o sistema de ventilação natural vertical, com entrada do ar junto do pavimento, evacuado por abertura junto do tecto, do lado oposto.

É sem dâvida defeituoso este sistema; mas, conju-

gado com a janela aberta nos intervalos da aula, daria satisfação.

Os incómodos do ar confinado não se observam fora do tempo quente, e neste a janela pode evitá-los. Estes fenómenos consistem na congestão da face, no torpor cerebral, na falta de atenção e, às vezes, no zumbido dos ouvidos e na hemorragia nasal. Não têm nada que ver com a ptomaína volátil, proclamada há quarenta anos em virtude de erros da experiência. Tal ptomaína pulmonar é uma quimera. Os fenómenos do ar confinado resultam do calor a 25° aproximadamente e de vapor de água perto da saturação.

A iluminação insuficiente fatiga a vista e faz míopes. Nos liceus, entretanto, a aplicação da vista não tem a mesma continuidade que na escola primária; mas ainda assim ela merece atenção, sobretudo nas aulas de matemática ou onde se faz aplicação desta ciência, nas aulas de línguas e nas de desenho. A regra dos architectos que exige, para a superfície iluminante (luz natural), um quinto do pavimento dá satisfação quando a fachada estiver bem exposta.

Seria excelente que as novas construções se orientassem de maneira que a fachada das aulas ficasse a sul, ou, antes, a sul-sueste, para terem sol no inverno. A luz, com efeito, não serve somente para o exercício da visão — é um tónico do organismo e dá calor, o que será muito útil em escolas onde falta o aquecimento. Nenhum caso se tem feito da orientação dos edificios; e contudo é uma falta grave orientá-los a poente, quando se poderia orientá-los a sul. Para avaliar da intensidade da iluminação, há o pequeno instrumento da Cohn, composto de três vidros corados de azul, com o qual todos podem trabalhar.

A humidade deve ser banida das aulas, já pelo arejamento, já pelo aquecimento. As salas húmidas são mais frias; e a humidade favorece o enfraquecimento do organismo, predispondo-o para certas doenças. Como hoje já muitas escolas possuem higrómetros, será de boa prática determinar a humidade das salas. Uma sala será considerada húmida, quando, depois de fechada vinte e quatro horas, apresentar mais de 65 por cento de humidade relativa.

O mobiliário tem interesse higiénico, sobretudo o que respeita ao banco e à carteira. As nossas escolas esperam ainda a época em que o seu mobiliário seja substituído convenientemente.

Na construção dos nossos liceus o dinheiro e todas as atenções convergiram principalmente sobre as paredes. Nas cousas portuguezas tem havido a excessiva preocupação da fachada, e até os programas disso se ressentem. Os bancos devem acomodar-se à estatura do aluno e permitir o encôsto em attitude erecta. Devem ter a altura e a largura exigidas pelo desenvolvimento da criança. O banco-carteira Velvéé parece satisfazer às necessidades porque tem o assento móvel, podendo subir ou descer a carteira, igualmente móvel, em sentido vertical, horizontal e obliquo. Se nas primeiras classes os defeitos do mobiliário são de somenos importância, porque a criança não se conserva muito tempo na mesma posição, já outro tanto não acontece a partir da 5.ª classe, em que a estabilidade e a compostura são a regra. Os últimos anos do curso são frequentados por estudantes já educados no silêncio e na quietação das posições. Os alunos têm tendência, qualquer que seja o mobiliário, a derrubarem-se para a frente, abandonando-se aos músculos flexores e à solicitação da gravidade; e assim contraem a cifose e a miopia. Este abandono deve ser combatido pelos professores e pelos médicos escolares, que, por isso, carecem de visitar as aulas com frequência.

Removidos os defeitos do mobiliário e das aulas, é preciso afastar ainda os ensejos de serem contagiados

os alunos pelos germes dos outros alunos ou pelos do demais pessoal do liceu. Afastar as causas mórbidas é aqui fazer profilaxia anti-microbiana. Os contagiosos podem estar doentes ou ter saúde, e estes são chamados os portadores. Uma forma banal da angina diftérica permite ao doente frequentar a escola, e neste estado é contagioso. Igualmente uma angina mais banal ainda é a manifestação de uma infecção de meningococos, que pode dar noutra pessoa uma meningite. O exame da garganta deve ser frequente; e a seguir fazer-se o inquérito sobre as doenças que existem na família do aluno respectivo. A profilaxia referente a estes portadores de germes é muito difícil: um estudante que tenha por companheiro de pensão ou de família um doente de difteria, de meningite cérebro-espinal, de escarlatina, de coqueluche, de poliomielite pode, sem estar doente, trazer ao liceu contágios para alunos menos resistentes do que elle.

Isto mostra quanto à hygiene do grupo escolar importa conhecer o que vai em casa de cada aluno no capítulo de doenças infecciosas. O problema é delicado e não pode ser resolvido apenas pelo médico escolar. O concurso de uma outra entidade seria necessário — o visitador, um simples empregado, com alguma instrução de enfermagem, que desempenharia o papel de agente de ligação. Sempre que algum motivo o justificasse, o visitador faria a sua aparição nas casas dos estudantes. O médico, achando-se ao corrente do estado sanitário das famílias, procederia consoante as circunstâncias, mas sempre com discrição e tato. O visitador é uma entidade a criar, logo que o permitam as condições do Tesouro. Para que a acção do médico se torne eficaz, é indispensável o concurso deste funcionário. Muitas cousas que interessam à hygiene física e moral dos alunos podem ser esclarecidas por intermédio deste empregado. A sua função é delicada, exigindo não só conhecimentos, mas também qualidades morais de prudência e habilidade.

O médico escolar, defendendo os interesses higiénicos do individuo e do grupo, deve ocupar-se da genuinidade dos alimentos consumidos na cantina, instituição benéfica por muitos títulos, que hoje está em via de desenvolvimento em grande parte dos liceus. É uma criação dos últimos anos, cômoda e educativa. Os alunos tomam as suas refeições ao lado dos professores, com aprumo e sem timidez.

Não basta porém afastar as causas das doenças físicas, importa sobremaneira afastar ainda as causas das doenças morais. Os elementos perturbadores, dissolventes, turbulentos ou incorrigíveis, os viciosos e perversos devem ser afastados da escola. O direito individual cede diante do interesse do grupo. O mau estudante ou o mau empregado, corrompido, devasso ou cruel, é não só um agente de perturbação, mas um foco de contágio.

Os delitos que motivam esta medida extrema parecem referir-se principalmente à falta de respeito pela propriedade alheia. Há contudo outras faltas que, embora menos impressionantes, não deixam de ser nocivas, como são os vícios sexuais, a imoralidade, a indisciplina e a deslealdade. A falta de sinceridade, a burla, o contrabando, a arte de enganar os mestres e de iludir os regulamentos estão muito aperfeiçoados no estudante português. A opinião pública é muito acomodaticia, muito tolerante nesta matéria, o que representa um grave defeito de educação. Médicos e professores têm muito a fazer para modificar este defeito. Os viciosos, os turbulentos, os dissimuladores são muitas vezes doentes desequilibrados, affectados de taras, que o médico deve descobrir e, logo que se julguem incorrigíveis, devem ser afastados.

Depois de serem afastados os elementos nocivos de

toda a ordem, deve pensar-se em corrigir e ajeitar o que não está bem e que pode modificar-se. É o segundo capítulo da acção do médico.

Muito há a corrigir. A observação mostra que os alunos tendem a tomar atitudes defeituosas durante as aulas, e as alunas ainda mais talvez; estes hábitos devem ser corrigidos. A coluna vertebral sofre e sofre a respiração com a curvatura do busto. Atitude incorrecta, desleal e prejudicial.

A atitude erecta, dando-se à coluna o máximo de amplificação, é vantajosa tanto no ponto de vista da higiene física como moral, porque curvar-se é, moralmente, muitas vezes, rebaixar-se.

Há ainda a corrigir a prática de exercícios físicos um pouco violentos logo após as refeições ou após exercícios intelectuais que demandem esforço de atenção. Nesta cruzada de corrigir muitas cousas defeituosas muitos serviços poderiam prestar os visitantes. Poderiam contribuir para uma melhor instalação dos alunos, melhor alimentação nas suas casas, melhores condições de trabalho.

No terreno moral muito também se pode fazer. A puberdade é uma época da crise em que novos instintos aparecem e se despertam taras que dormiam. A mudança de carácter é mais ou menos acentuada, consoante o temperamento e a herança. O médico pode descobrir facilmente os desvios ou práticas viciosas que perturbam o equilíbrio nervoso. Os alunos confessam com facilidade o que nêles se passa, quando o médico os interrogar discretamente e carinhosamente. Destas confissões tiram êles em regra um benefício imediato, porque o que até ali era solitário deixou de o ser; e o médico pode exercer a psicoterapia eficazmente. Tudo se devé passar discretamente, a coberto do segredo do médico. Podem revelar-se estados psicasténicos e neurasténicos, sempre que haja quaisquer práticas condenáveis. A hidroterapia tónica, como o duche escocês, será proveitosa, ou o banho de imersão quente, no caso da angústia ou excitação. O liceu deve possuir duchas e banhos de imersão, além dos chuveiros destinados a banhos de limpeza. Tudo o resto é luxo, que em Portugal não pode ter lugar.

Sem prejuízo do segredo médico, os professores, por intermédio do reitor, serão avisados de que tal ou tal aluno se acha indisposto, para ser tratado com a benevolência que o seu estado requiere — porque há menos capacidade de trabalho e sensibilidade moral exaltada. Estas crises costumam passar despercebidas das famílias, mas no liceu devem ter o amparo do médico. Esta assistência médica pode evitar o transvio e a perda da carreira.

A mocidade portuguesa é muito pouco assistida, muito pouco orientada. O período que se estende dos catorze aos dezóito anos representa uma fase perigosa e tantas vezes decisiva. A influência das famílias, neste período, diminue ou cessa inteiramente e não há nada que a substitua. É ao acaso das circunstâncias que os rapazes fazem a aprendizagem da vida. A formação dada pela família é quasi sempre frustrada e sem consistência; não dá o vigor do carácter, o aprumo moral necessário para se resistir às sugestões maléficas do meio. O rapaz sucumbe por falta dum apoio inteligente, falta duma orientação salutar.

Médicos, reitores e professores deveriam occupar-se mais da orientação moral dos alunos. Ministar uma lição de latim, de matemática, de geografia, de zoologia ou de botânica é bem pouco para uma alma em crise, que sofre, que está doente e que se debate entre as aspirações românticas da sua idade e as realidades brutais da vida.

É funesto para um povo que a sua mocidade faça ao acaso a sua experiência da vida, sem um guia, sem

uma afeição e sem a solicitude carinhosa de bons educadores. A instrução que cultiva o espírito e que fornece elementos de aplicação prática (mas só esta) é dum grande valôr; mas a educação, isto é, a modelação do carácter, a formação superior das almas, é dum valor muito maior. É do lado do carácter que está hoje a nossa principal fraqueza. Se nos séculos xv e xvi os portugueses fizeram as maravilhas que todos conhecem, é porque tinham um carácter forte e bem temperado. A sua instrução era bem menor e valia muito menos que a energia daquelas almas indomáveis.

O terceiro capítulo em que o médico pode prestar serviços é o da educação física e moral. Educar é, pois, desenvolver todas as capacidades, todas as potências que o individuo encerra em si.

A educação faz-se no intuito de atingir um certo ideal de beleza e força física, bem como um ideal de beleza e capacidade moral.

A educação física desde muito que tem sido olhada com atenção, e ultimamente com amor; por isso há gymnásios, professores de gymnástica, campos de jogos. A gymnástica sueca, no seu duplo fim de educar a respiração e desenvolver a acção dos músculos extensores, consegue estabelecer o equilíbrio fisiológico que dá a saúde. Felizmente neste ponto estamos a caminho duma completa renovação. Mas a saúde, isto é, o exercício normal de todas as funções fisiológicas, não é um fim, é um meio — meio de preparar o homem para as lutas da vida e para o desempenho dos diversos mestores que conduzem à satisfação das necessidades humanas. Ter saúde não basta; a saúde é um capital que se deve fazer render, como todos os capitais. Ao lado da gymnástica sueca, um pouco monótona e restrita, há os jogos que concorrem para o robustecimento do organismo e dão aos movimentos certas qualidades necessárias e utilizáveis nas diversas circunstâncias da vida — agilidade, segurança, precisão e elegância. Naturalmente a função respiratória é a primeira a merecer cuidados, porque é fundamental para a saúde e muitas cousas alteram o seu exercício normal. Poucas são as pessoas que sabem respirar, ou por maus hábitos, ou pelo endurecimento das articulações costais. O método sueco convenientemente aplicado, como hoje se principia a fazer, corrige estes defeitos. Educada a respiração, não está tudo feito. O homem não é apenas um pulmão. Há grupos musculares a desenvolver; os diversos exercícios preconizados no método official satisfazem estes fins. Mas a educação física não está completa ainda, porque a vida carece de certos esforços para os quais a educação deve ter preparado o individuo. A suspensão demorada pelos membros superiores é um exercício nocivo porque é congestivo, fortemente congestivo; mas o desenvolvimento da força dos pulsos e o sangue frio necessário para subir ou descer por uma corda têm várias applicações, muito apreciáveis.

A destreza, a rapidez, a segurança de movimento, o sangue frio são muito úteis; a generalidade das pessoas que vivem nas grandes cidades carece destas qualidades para se defender dos atropelamentos frequentemente produzidos pelas novas viaturas de grande velocidade.

Os jogos divertem na alegria e no entusiasmo; associam e agrupam as pessoas na disciplina, na ordem e no respeito; desenvolvem, além disso, qualidades psíquicas de coragem, decisão, sangue frio, dominio de si e atenção, e ainda, qualidades sociais de respeito, disciplina e solidariedade. Os jogos constituem um meio preponderante de educação física que, aliás, não é somente física, é também moral e social. O médico deve observar os jogos, não só para os adaptar à idade e força das crianças, mas também para des-

cobrir certas disposições físicas ou psíquicas de que os jogos possam ser reveladores. O carácter e a educação descobrem-se no jôgo: carácter generoso, benévolo, altivo e escrupuloso, ou, pelo contrário, vingativo, orgulhoso, malévolo e falso. A observação dos jogos pode conduzir a averiguações importantes, que devem ser aproveitadas pelos educadores. O médico informará o reitor do que de importante a observação dos jogos lhe revelar, para êste avisar os professores do que estes devem conhecer em benefício dos estudantes.

Gimnástica e jogos não bastam ainda para fazer a educação física. Há exercícios de marcha, as excursões e os desportos. Há ainda a educação da pele.

A pele merece uma atenção especial na educação física. A sua limpeza importa à educação tanto física como moral, mas a educação da pele propriamente dita exige uma técnica. As alternativas de calor e de frio provocam, a partir da pele, reflexos que determinam alterações circulatórias das vísceras. Educar a pele é diminuir ou eliminar estes reflexos. Sol, ar, água quente, água fria, isolados ou associados, são os meios de fazer esta educação. As acções mecânicas exercidas sobre a pele diminuem a sensibilidade e a emotividade. A pele acostuada a sofrer atritos rudes, pequenos traumatismos e a acção dos agentes físicos é menos impressionável; e portanto as excitações que dela partem para as vísceras e o cérebro são mais atenuadas. A pele é a sede duma rêde nervosa de malhas muito apertadas e igualmente duma rêde sangüínea; cérebro periférico e coração periférico se lhe tem chamado. Compreende-se a grande importância que tem êste cérebro e êste coração periférico na vida física e psíquica, porque da pele partem reflexos que interessam o funcionamento das vísceras e do sistema nervoso central. A pele não é só um involucre de protecção; é o ponto de partida de muitos actos fisiológicos, que têm repercussão até no moral dos indivíduos.

Educar a pele faz parte da educação física e também um pouco da higiene moral.

Em higiene moral devemos afastar as causas mórbidas e desenvolver as resistências morais exactamente como na higiene física.

As causas mórbidas no terreno moral são: as más leituras, más companhias, maus espectáculos e maus hábitos de moleza.

Ao médico não pode ser estranho nada que interesse à saúde, quer física quer moral, podemos repetir.

As causas morais deletérias existem sobretudo fora do liceu, mas isso não quer dizer que estejam sempre inteiramente subtraídas à acção do médico. Com prudência e zêlo, poderão ser conhecidas e combatidas essas causas, muitas vezes actuando, já sobre os estudantes, já sobre as famílias. A lei dá, desde os últimos anos, aos reitores a faculdade de tomar conhecimento dos actos dos alunos fora do liceu em tudo o que interesse a vida escolar. Esta faculdade deveria ser extensiva mesmo aos professores; mas desde já seria conveniente que os médicos dela fôsse investidos.

A aquisição de resistências morais, a formação da vontade e do carácter são empresa que o médico pode, dentro do liceu, levar a bom têrmo. O carácter vale mais que o músculo; por conseguinte a formação moral não interessa menos que a gymnástica. Uma forte musculatura, acompanhada de um carácter fraco, não o conduz a nada que valha; ao passo que uma musculatura medíocre, com um carácter forte, é capaz de grandes cousas. Na sociedade moderna já não tem o valor que tinha, na idade média e na renascença, o vigor físico. As lutas hoje têm outra fisionomia. Actualmente nos liceus dominam duas preocupações: muita instrução e vigor físico. Gimnástica e aulas, muitas aulas em que se dá uma instrução verbal muito absorvente. Ora

as necessidades humanas não se satisfazem com a inteligência e músculo, ou seja com saber e saúde. Os povos progredem muitas vezes mais pelo carácter que pela inteligência.

A observação mostra que um carácter firme, disciplinado, tenaz, leal e positivo, é fecundo, mesmo quando desacompanhado de uma saúde robusta. Pelo contrário, uma boa saúde não sendo acompanhada de um carácter sério e bem formado ou é inútil ou prejudicial.

Tem-se sacrificado excessivamente ao ídolo da instrução e da inteligência, com desprezo da vontade, da qual depende essencialmente o carácter. Sem descurar a higiene física, o médico deve curar da formação da vontade, faculdade de resistência aos gérmenes das doenças morais. Sem vontade forte, o homem é governado pelos instintos, por impulsões, pela sensibilidade e pela emotividade. Todas as grandes lutas requerem energia de alma, requerem vontade forte, requerem carácter. Os nossos marinheiros não teriam realizado a epopeia do oriente se não tivessem uma vontade capaz de dominar os sofrimentos e o sentimento do perigo. Corpos rijos eram os seus, mas as almas eram ainda mais fortes; possuíam estas energias que os povos do norte chamam os músculos do espírito. É preciso que a vida escolar não seja uma fábrica de almas fracas, de comodistas e aspirantes à mediocridade das funções burocráticas. É preciso forjar a vontade, temperá-la por uma educação conveniente, como forjada deve ser a inteligência em vez de ser mobilada, segundo a palavra de Montaigne.

¿Mas como forjar a vontade?

O processo é conhecido desde a antiguidade; já Esparta o usou.

Para formar a vontade, para educar, para dar a resistência contra as solicitações malélicas, o médico dispõe de meios apropriados.

Antes de mais nada, deve sondar a alma da criança e deve ganhar a sua confiança. Para estudar as almas não faltam os ensejos na escola: o comportamento nas aulas e a conduta nos jogos fornecem elementos. A observação dos jogos dá grandes informações. O subconsciente funciona no calor da refrega com grande liberdade, desembaraçado dos freios da educação e das conveniências. O médico surpreenderá em flagrante o fleugmático e o impulsivo, o firme e o frouxo, o leal e o traiçoeiro, o corajoso e o desalentado, o modesto e o vaidoso, o positivo e o romântico, o cortês e o grosseiro. Estas observações serão o ponto de partida do inquérito junto das famílias e dos próprios estudantes.

Para realizar com fruto estes inquéritos require-se sagacidade, discrição e zêlo, tacto e simpatia. Para obter a confiança é necessária a simpatia. Obtida a confiança, vem a franqueza, a sinceridade, a confidência. É preciso provocar as confidências, as confissões, para ajudar as almas juvenis a vencer as sugestões doentias.

O carácter dos nossos estudantes é dócil; tanto os rapazes como as raparigas (estas muito mais) são sensíveis a qualquer manifestação de simpatia. Esta docilidade dos estudantes encontra-se ainda nos cursos superiores. O estudante é dócil e, muitas vezes, tímido; timidez que se encontra até nos que têm uma aparência arrogante e insolente. Os insubordináveis e intratáveis são raros.

Descendentes de conquistadores valorosos e de marinheiros ousados, parece que deveríamos ser menos tímidos. É necessário corrigir esta disposição de espírito; o educador cultivará na educação a posse de si, o domínio de si mesmo (*self-control*), que produz a confiança na acção, o optimismo, sem o qual nada de importante se pode empreender. Dominar-se é a primeira virtude, condição de muitas outras; ser senhor de si é a primeira conquista; possuir-se é a primeira propriedade. Os tí-

midos não se possuem e os impulsivos e apaixonados não são senhores de si. Os impulsivos são capazes de actos heróicos, mas são incapazes de uma coragem fria, raciocinada e tenaz. Deve começar-se cedo; nunca depois dos dez anos. Depois desta época é tarde: os resultados são menos fáceis. A técnica compreende dois meios — vigilância sobre actos e palavras, e paralelamente o sacrifício. Atenção sustentada para se não abandonar, em nenhum caso, às impulsões, aos instintos, ao subconsciente, ao automatismo. Vigiar-se atentamente, é o primeiro meio de conseguir este fim — dominar-se. Ao lado deste esforço de atenção é necessário colocar o triunfo ininterrompido sobre a dor. Começar por pequenos sacrifícios de apetite, mesmo os mais legítimos, pelo domínio das dores e desconforto. Sofrer impassível a dor é um sinal certo de energia da vontade. As lamentações, as queixas, os gritos, são deprimentes. Nunca se excitar, nunca se abandonar.

Falar sem pressa, pausado, e sem exuberância de gestos, sem impaciência.

Esta vigilância e este esforço constante para soffrer as impulsões é um exercício de vontade; e todos os exercícios desenvolvem as faculdades e os órgãos respectivos. As solicitações mórbidas são numerosas em todas as idades, mas são mais violentas na mocidade; para dominar esta violência é necessário possuir uma vontade forte, destas vontades a que nada resiste. Fortificar a vontade é o primeiro passo da educação. Obtido o domínio de nós mesmos, é fácil triunfar da sensibilidade e da emoção: nem a preguiça, nem a inveja, nem o medo, nem a sensualidade são inimigos invencíveis, quando se tem, com uma vontade forte, o domínio de si mesmo. O que mais falta nos portugueses de hoje é o desenvolvimento da vontade. Depois de se ter conquistado o domínio de si, é fácil adquirir o amor do esforço; pouco frequente entre nós, o gosto da responsabilidade, mais raro ainda, e o sentimento da disciplina voluntária. Com o amor do esforço e da responsabilidade, é fácil ter o gosto da independência; desta independência real, que basta, e não da independência anárquica, que é desordem. Ter o gosto do trabalho, o espírito de empresa, o sentimento de autonomia e respeito pelos direitos dos outros, a capacidade de trabalhar de concerto com os seus semelhantes, é possuir todos os elementos da dignidade humana, que humanamente se podem adquirir, para ser o perfeito cidadão. Numa alma assim constituída, a saúde e o saber fazem maravilhas. A instrução e a gymnástica juntemos a formação do carácter.

O médico deve ser educador; deve aumentar a resistência moral dos alunos e trabalhar no seu aperfeiçoamento.

O conhecimento da psicologia e da psiquiatria ajudá-lo-á muito nesta tarefa. Se a anatomia do corpo é necessária para dirigir a higiene física, o conhecimento, mesmo pouco profundo, da fisiologia do espírito e do mecanismo das paixões é indispensável para dirigir a formação moral.

Conhecer, porém, não basta; é necessário querer ser educador; ter o amor de formar caracteres, de formar almas fortes para a luta séria, honesta da vida.

Muito tem procurado o Governo acautelar a saúde dos alunos e aumentar a sua resistência física; é tempo de fazer o mesmo no campo moral.

Alargando assim o âmbito à acção do médico escolar, impõe-se uma modificação nos programas aprovados pelo decreto n.º 19:932, de 18 de Junho de 1931, para as provas de concurso ao provimento dos lugares de médicos escolares; d'este modo:

Usando da faculdade conferida pelo n.º 3.º do ar-

tigo 108.º da Constituição, o Governo decreta e eu promulgo o seguinte:

Artigo 1.º Nos termos do decreto n.º 22:751, de 28 de Junho de 1933, é aberto concurso para o provimento dos lugares de médicos escolares dos liceus que se realizará no decurso do mês de Novembro próximo.

§ único. São cinco as provas do concurso: três teóricas, uma prática e a discussão de uma tese. As primeiras versarão sobre higiene física e moral, educação física, psicologia e psiquiatria escolar; a segunda sobre um dos seguintes pontos, à escolha do júri:

- a) Crítica de um horário liceal;
- b) Exame geral ou especial, no que toca a conformação de um ou mais alunos;
- c) Exame oftalmológico e oto-rino-laringológico de um ou mais alunos.

Art. 2.º Os interrogatórios das provas teóricas versarão sobre quaisquer dos pontos seguintes:

### Higiene física e moral

#### a) Higiene física

1.º Funções do médico escolar: evitar as doenças, corrigir as faltas de higiene e educar, isto é, desenvolver a resistência física e moral;

2.º Noções sobre as seguintes doenças contagiosas: varíola, escarlatina, papeira, coqueluche, varicela, sarampo, disenteria, meningite, poliomielite, difteria, tracoma, tinea, favos, sarna, impetigo, períodos de incubação e principais sintomas destas doenças. Duração da sua contagiosidade. Desinfecção dos escarros e outros produtos infecciosos, portadores e eliminadores. Resistência dos gérmes destas doenças no meio exterior;

3.º Medidas a adoptar para evitar o contágio na escola. Tempos de afastamento do aluno doente ou do que fôr companheiro de casa da pessoa doente;

4.º Contágios morais dentro e fora da escola, influências malélicas de leituras, espectáculos, companheiros viciosos, de subnormais ou doentes. Hábitos dissolventes dos meios em que vivem os alunos;

5.º Maneira de estabelecer relações com as famílias no sentido de se evitarem os contágios morais. Zêlo e tato do médico. Confiança do aluno, maneira de a ganhar. Visitadores;

6.º Corrigir defeitos higiênicos dos edifícios, salas, ventilação e os seus sistemas, iluminação, meio de determinar a luz suficiente, efeitos fisiológicos da luz, orientação dos edifícios, humidade relativa, sua significação e determinação, aquecimento, vantagens higiênicas, mobiliário, carteiras e bancos. Modo de escrever. Limpeza dos edifícios. Sistemas de retretes onde faltarem os esgotos. Distribuição das horas de aula em relação às refeições e aos exercícios musculares, distribuição das aulas consoante a natureza das disciplinas. Corrigir defeitos de visão e audição.

#### b) Higiene moral

1.º A educação moral dependente do domínio que a vontade exerce sobre a sensibilidade e as emoções;

2.º Domínio de si mesmo. Reflexos e impulsos;

3.º Meio de desenvolver a vontade. Vigilância sobre si e resistência à dor e aos apetites;

4.º A vontade, base do carácter. Elementos do carácter: firmeza, actividade, disciplina, tenacidade, independência, lealdade, justiça e bondade;

5.º Meios de formar o carácter: pontualidade, escrupulo na exactidão, tempo marcado, brio, exame de si mesmo, verificação do progresso realizado (optimismo). Biografia de homens superiores. Acção pessoal do médico;

6.º Exame dos jogos como meio de informação sobre o carácter, o temperamento e grau de educação;

7.º Higiene da pele.

### Educação física

1.º Determinação do aparecimento da puberdade. Sua influência sobre o crescimento e sua evolução na idade escolar. Deduções educativas e pedagógicas;

2.º Estudo muito especial das alterações anatômico-fisiológicas que o período da puberdade imprime no organismo, e sobre o papel discreto do médico escolar na prevenção dos males que se desenvolvem em torno deste período, se o aluno não é devidamente acompanhado e guiado. As doenças venéreas e a sífilis. Males irremediáveis que causam ao indivíduo e à espécie;

3.º Estudo muito completo das deformações do esqueleto na idade escolar. Suas causas. Suas conseqüências. Meios de as prevenir e combater;

4.º Educação física. Em que consiste. Seu valor no plano geral da educação. Fins a que visa. Meios de que se serve para os alcançar;

5.º Ginástica de formação. Seu valor na educação;

6.º Métodos de ginástica. Estudo crítico baseado na anátomo-fisiologia e na sua estática e dinâmica;

7.º Em que consiste o método de Ling. Princípios fundamentais em que assenta. Conhecimento completo dos exercícios de que se compõe o plano geral da lição segundo a técnica clássica sueca;

8.º Em que consiste o princípio educativo do maior esforço útil. Pôr em relêvo os processos que devem ser observados na execução das posições e exercícios fundamentais da ginástica analítica para que se realize a sua intenção fisiológica e educativa;

9.º Princípios modernos, derivados do estudo da anátomo-fisiologia e da anatomia comparada, que devem ser observados para que a ginástica de formação seja eficaz na sua aplicação. Esforço torácico abdominal, *essoufflement*, circulação de retorno e outros menores de ordem anatômica, etc.;

10.º Deduzir destes princípios as conseqüências que nêles se contêm;

11.º As modificações da técnica clássica sueca na Suécia, Portugal e outros países. Estudo crítico;

12.º Como se faz uma educação motora. Automatismo e educação. Papel do sistema nervoso. Condições da sua execução. Influência do automatismo na fadiga;

13.º Concepção moderna do papel do movimento. Diferenças fundamentais entre o motor humano e o mecânico. Constituição das alavancas do organismo humano e suas características especiais;

14.º Conhecimento preciso das potências musculares, inserções, ação, variações segundo as leis que condicionam os movimentos naturais ou analíticos;

15.º Conhecimentos precisos da influência dos movimentos sobre as funções da economia e muito especialmente sobre a respiração e a circulação. Aplicação destes conhecimentos à educação da respiração e seu ritmo;

16.º Educação da respiração. Sua técnica. Interpretação dos fins a que visam os exercícios respiratórios. Aplicações práticas. As relações psicológicas da respiração. Seu valor pedagógico;

17.º Ginástica sintética. Estudo crítico do seu valor e dos seus efeitos para o bom desenvolvimento da criança;

18.º Os desportos e jogos desportivos e educativos. Estudo crítico, quer do seu valor, quer dos seus efeitos na criança. Atitude e papel do médico escolar perante estes problemas a fim de que os bons princípios de ordem moral e os factores de ordem anatômico-fisiológica não sejam desprezados em conseqüência destas aplicações utilitárias;

19.º Horários da lição de ginástica. Duração da

lição. Como encarar o limite mínimo segundo a técnica clássica sueca. Os grandes reformadores. Os estudos de Stapfer e o papel do sistema nervoso. Tissié e os seus modernos estudos sobre a influência circométrica de alguns movimentos localizados. O critério da quantidade e da qualidade;

20.º Apreciação do valor físico dos alunos. Biometria. Mensurações torácicas. Índices e coeficientes de robustez. Seu valor prático. Outros meios de apreciar a resistência individual. De entre os vários meios, estabelecer o melhor critério de apreciação;

21.º Fichas médicas escolares. Seu valor. Elementos que as compõem. Estudo crítico;

22.º Noções gerais de psicologia experimental. Como deve ser feita a intervenção médica na fiscalização dos exercícios escolares em ordem a defender a integridade física e psicológica dos alunos.

### Psicologia e psiquiatria escolar

1.º Atenção, formas e exame;

2.º Memória, formas e exame;

3.º Imaginação, formas e exame;

4.º Sugestionabilidade;

5.º Raciocínio. Senso prático;

6.º Fadiga mental. Medidas;

7.º Afectividade. Humor alegre e triste. Reacções emocionais: medo, fobias, cólera, obsessões, ansiedade;

8.º Instintos, crise de puberdade, sinais e perturbações;

9.º Actividade, indolência, negativismo;

10.º Funções endocrínicas e desenvolvimento. Vago simpático;

11.º Perturbações da motricidade, da sensibilidade e da fala, da vasomotricidade, da temperatura e da sudação. Tremores, tiques e espasmos;

12.º Ilusões e alucinações;

13.º Subnormais, débeis mentais;

14.º Sonambulismo. Histeria. Epilepsia. Coreia. Terrores nocturnos. Ebsicastenia. Neurastenia;

15.º Constituição esquizóide;

16.º Heredo-sífilis.

Art. 3.º No decurso da prova prática o júri poderá fazer ao candidato as perguntas que achar necessárias. Se a prova fôr o exame a que se refere a alínea c) do § único do artigo 1.º deste decreto, essas perguntas incidirão sobre qualquer dos seguintes pontos:

### Oftalmologia

#### a) Doença do globo ocular

1.º Inflamações da conjuntiva; suas variedades e causas;

2.º Conjuntivite granulosa; aspectos clínicos, evolução, complicações, diagnóstico, prognóstico, etiologia, profilaxia e tratamento; diagnóstico diferencial com as conjuntivites foliculares e vernal.

#### b) Anomalias de acomodação e refração do olho

1.º Lentes e sua numeração; sistema antigo e moderno; dióptria; ametropia;

2.º Ametropia; suas divisões;

3.º Agudeza visual e sua determinação;

4.º Ponto remoto; modo de o determinar;

5.º Miopia; causas e complicações; tratamento e profilaxia da miopia;

6.º Hipermetropia; seus diferentes graus e formas;

7.º Astenopia acomodativa;

8.º Astigmatismo; definição e divisão.

## c) Higiene escolar

- 1.º Disposição das construções escolares;
- 2.º Mobiliário escolar;
- 3.º Higiene da leitura;
- 4.º Higiene da escrita;
- 5.º Miopia escolar.

## Oto-rino-laringologia

- 1.º Determinação do grau da acuidade auditiva;
- 2.º Causas que diminuam esta acuidade, seu conhecimento e diagnóstico:

a) No ouvido externo: cerume, corpos estranhos, resíduos epidérmicos, nos casos de eczemas, inflamação difusa do canal, dando estenose, inflamação circunscrita, no caso de furunculose;

b) No ouvido médio: otites médias, agudas e simples. Otites médias supuradas, agudas ou crónicas. Pólipos. Catarros do ouvido médio;

3.º Conhecer os principais sintomas da mastoidite e sobretudo os da labirintite aguda e da paralisia do nervo facial;

4.º Distinguir as otalgias: de origem inflamatória local, de origem inflamatória naso-faríngea, de causa dentária, de compressão ganglionar cervical;

5.º Causas de estenose das fossas nasais, seu conhecimento e diagnóstico: corpos estranhos; hipertrofia dos cornetos; mucopus nos casos de sinusites ou de difteria nasal; crostas verdes fétidas, nos casos de rinite atrófica, ozonotosa ou sifilítica; epistaxes e maneira de as evitar; desvios e cristas do septo; adenóides;

6.º Causas da abolição da função olfativa;

7.º Conhecimento das correlações de existência entre vegetações adenóides e rinites, otites supuradas, laringites;

8.º Reflexas de origem nasal;

9.º Faltas de atenção nas aulas;

10.º Conhecimento e diagnóstico de anginas de diferentes etiologias e, com o auxílio de laboratório, em particular, a existência de angina diftérica; hipertrofia de amígdalas palatinas e amigdalites crónicas; abcessos das amígdalas; laringites de causa naso-faríngea; correlação entre anginas e doenças infecciosas.

Art. 4.º O resultado do concurso será definido apenas por uma das duas classificações: aprovado e eliminado.

Art. 5.º A tese a discutir deverá versar qualquer assunto de higiene física e moral, educação física, psicologia e psiquiatria escolar.

§ 1.º Esta tese deverá ser impressa ou dactilografada e o candidato deverá apresentar dez exemplares na secretaria geral do Ministério da Instrução Pública, pelo menos vinte dias antes do dia marcado por ele para a realização do concurso: sete com destino aos membros do júri examinantes e três com destino à biblioteca da Direcção Geral de Saúde Escolar.

Art. 6.º O júri examinante dos candidatos ao provimento dos lugares de médicos escolares compor-se-á de sete membros:

a) Dois professores de medicina da Universidade, um dos quais presidirá e outro interrogará em higiene, física e moral;

b) O director dos serviços de educação física;

c) Um médico oftalmologista;

d) Um médico oto-rino-laringologista;

e) Um médico neurologista;

f) Um médico escolar de um dos liceus de Lisboa.

Publique-se e cumpra-se como nêle se contém.

Paços do Governo da República, 28 de Junho de 1933. — ANTONIO OSCAR DE FRAGOSO CARMONA — Gustavo Cordeiro Ramos.

## Decreto-lei n.º 22:753

Considerando que a actividade do Instituto de Orientação Profissional de Maria Luíza Barbosa de Carvalho tem aumentado consideravelmente;

Considerando que para corresponder às exigências crescentes do trabalho é indispensável remodelar alguns dos seus serviços;

Considerando que essa remodelação, longe de vir onerar o Tesouro, pode fazer-se ainda com economia;

Considerando que a sua maior eficácia depende de uma melhor utilização do pessoal;

Usando da faculdade conferida pela 2.ª parte do n.º 2.º do artigo 108.º da Constituição, o Governo decreta e eu promulgo, para valer como lei, o seguinte:

Artigo 1.º São mantidas ao Instituto de Orientação Profissional de Maria Luíza Barbosa de Carvalho as atribuições que lhe foram fixadas pelos decretos n.ºs 11:176, 12:912, 14:715 e 14:983, respectivamente de 24 de Outubro de 1925, de 25 de Dezembro de 1926, de 7 de Dezembro de 1927 e de 24 de Janeiro de 1928, excepto na parte em que forem alterados pelo presente decreto.

Art. 2.º Para o efeito do cumprimento do disposto no n.º 4.º do artigo 1.º do decreto n.º 14:983, de 24 de Janeiro de 1928, é o Instituto de Orientação Profissional autorizado a instalar delegações suas nas terras onde os seus serviços possam ser utilizados, as quais funcionarão sem encargo algum para o Tesouro.

Art. 3.º A partir do próximo ano lectivo instalar-se-á no Instituto de Orientação Profissional de Maria Luíza Barbosa de Carvalho, sem quaisquer encargos para o Estado, um curso para a formação de peritos orientadores, a cuja inscrição só poderão ser admitidos médicos e indivíduos diplomados com o curso do magistério.

§ único. O diploma de perito orientador conferirá o direito de preferência no provimento dos cargos do Instituto de Orientação Profissional.

Art. 4.º Os médicos e os professores do Instituto de Orientação Profissional de Maria Luíza Barbosa de Carvalho têm a seu cargo:

1) O serviço de exames de orientação e selecção profissionais;

2) O apuramento e o registo das provas dos referidos exames;

3) A realização dos trabalhos da secção de que sejam chefes;

4) Ministrarem o ensino das disciplinas e dos trabalhos práticos de que forem incumbidos pelo director;

5) O estudo dos processos de exames dos orientandos e seleccionandos;

6) O serviço dos inquéritos profissionais.

Art. 5.º Para o efeito do disposto no artigo 4.º do presente decreto os professores serão coadjuvados pelo pessoal da secretaria, ao qual poderão ser cometidas pelo director do referido Instituto as funções de auxiliares técnicos.

Art. 6.º O quadro do pessoal docente compreende duas secções: uma de professores e outra de professoras; esta última fica constituída pelas duas actuais vigilantes, que, sendo professoras diplomadas, transitam para o quadro professoral, embora conservando os seus actuais vencimentos.

Art. 7.º O director escolhe entre os funcionários de secretaria um que desempenhe as funções de tesoureiro do conselho administrativo e secretário, sem voto, além das outras funções de secretaria, tais como elaboração das fôlhas, escrituração, pagamentos, correspondência, etc.

Art. 8.º O conselho administrativo é constituído pelo director, que preside, e por dois professores, nomeados pelo Ministro da Instrução Pública, sob indicação do director; reunir-se-á obrigatoriamente todos os meses e no dia