

CAPÍTULO III

Noções elementares de higiene

É permitido aos doentes dos quartos particulares fazerem-se acompanhar de uma ou duas pessoas de família, quando autorizados pelo clínico, pagando uma taxa suplementar de 1\$ quando seja sómente pernoitar, ou 3\$ por dia quando as pessoas que acompanham o doente permanecerem durante o dia, tendo nesse caso direito à alimentação fornecida pelo Hospital.

Se essas pessoas quiserem ocupar um quarto particular separado do doente, será a cota elevada a 5\$ diários, fazendo-se em ambos os casos o depósito prévio correspondente a dez dias.

Se o clínico assistente considerar indispensável que um empregado de enfermagem acompanhe ou vigie permanentemente ou assim o requisito o doente ou família, terá este de pagar a taxa diária de 2\$, fazendo também o depósito da quantia correspondente a um decénio.

Quando o doente for tratado por qualquer médico não pertencente ao quadro do Hospital e tiver de sofrer qualquer intervenção operatória, deve esse médico de preferência fazer-se ajudar pelos assistentes do mesmo.

A cargo dos doentes dos quartos e enfermarias particulares fica também o pagamento de dez dias de pensão, embora a permanência seja por prazo inferior, dos honorários provenientes de assistência médica e bem assim das despesas resultantes de quaisquer exigências extraordinárias não previstas nas tabelas e formulários gerais do Hospital.

Paços do Governo da República, 26 de Abril de 1920.—O Ministro do Trabalho, *Bartolomeu de Sousa Severino*.

MINISTÉRIO DA AGRICULTURA

Direcção Geral de Instrução Agrícola

Portaria n.º 2:257

Atendendo ao disposto no § 8.º do artigo 14.º do decreto n.º 4:815, de 14 de Setembro de 1918: manda o Governo da República Portuguesa, pelo Ministro da Agricultura, que seja aprovado o programa de ensino de higiene a ministrar aos alunos das escolas elementares e médias, que faz parte integrante desta portaria.

Paços do Governo da República, 26 de Abril de 1920.—O Ministro da Agricultura, *João Luis Ricardo*.

Programa do ensino de higiene a ministrar aos alunos das escolas agrícolas, elementares e médias, dependentes do Ministério da Agricultura

CAPÍTULO I

Noções elementares de anatomia do corpo humano

- 1) ¿A que é devida a forma do corpo humano? ¿Quais são as partes em que se costuma dividir?
- 2) Ossos e suas espécies.
- 3) Articulações e suas formas.
- 4) Grandes massas musculares.
- 5) Aparelho digestivo, órgãos que o constituem e suas posições relativas.
- 6) Aparelho circulatório, coração e grossos vasos; artérias e veias.

CAPÍTULO II

Noções muito elementares da fisiologia

Indicar muito sumariamente as funções dos diversos órgãos e aparelhos, e a importância de cada um deles para a vida vegetativa e de relação.

CAPÍTULO III

Noções elementares de higiene

- 1) Definição de higiene. Importância do conhecimento e da observância dos princípios de higiene para a saúde do indivíduo e da colectividade.
- 2) Influência da qualidade do ar sobre a saúde:
 - a) Ar não confinado;
 - b) Ar confinado;
 - c) Ar carregado de substâncias tóxicas ou de poeiras constituídas por elementos vivos ou inanimados;
 - d) Renovação do ar e ventilação.
- 3) Influência da qualidade da água:
 - a) Água potável, água pura;
 - b) Água não potável, água impura, inquinada; condições que concorrem para a sua inquinação; seus efeitos; meios de impedir e de anular a inquinação.
- 4) Influência da luz sobre a vida:
 - a) Iluminação natural;
 - b) Iluminação artificial.
- 5) Influência do calor.
- 6) Influência do estado higrométrico do ar.
- 7) Influência da natureza do solo e dos locais:
 - a) Solos muito permeáveis;
 - b) Solos pouco permeáveis;
 - c) Acção dos solos permeáveis e de contextura lacunar ou com fendas sobre as águas alimentares;
 - d) Altitudes;
 - e) Proximidade de mares, rios e grandes massas de água.
- 8) Condições a que devem satisfazer as construções destinadas a habitação ou a usos agrícolas:
 - a) Sua situação e orientação;
 - b) Localização e condições a que devem satisfazer os estábulos, as nitreiras, os depósitos de imundícies, etc., em relação aos cursos de água, fontes, poços, etc., a fim de que não possam servir de elementos de inquinação das águas;
 - c) Esgotos e fossas;
 - d) Asseio e limpeza das habitações e do terreno a elas adjacente.
- 9) Higiene individual:
 - a) Cuidados a dar à pele e à boca;
 - b) Vestuário; sua forma e natureza consoante as profissões, os climas e as estações; asseio do vestuário, principalmente daquele que deve contactar com a pele;
 - c) Alimentos, seu valor alimentar; como a sua preparação pode alterar as suas qualidades. Comparação entre a alimentação do camponês e do habitante das grandes aglomerações; sua crítica.

CAPÍTULO IV

- 1) Parasitas do homem; parasitas comuns ao homem e a outros animais; meios de que podemos lançar mão para deles nos defendermos.
- 2) Indicar sumariamente quais as doenças que, mais frequentemente, alguns destes parasitas transmitem ao homem; quais as de que alguns são causa. Doenças veiculadas por outros animais não parasitas. Ensinamentos a tirar destes conhecimentos em face da higiene.

3) Indicar as doenças transmissíveis mais frequentes: varíola, escarlatina, sarampo, tifo exantemático, febre tifóide, tuberculose, difteria, impaludismo, raiva, sífilis, etc.:

- a) Diferentes modos por que cada uma se propaga;
- b) Meios a pôr em prática para evitar o contágio o a propagação mais larga de cada uma das doenças acima indicadas.
- c) Noções gerais da desinfecção;

4) Doenças ou vícios sociais. Entoxicações.

- a) Alcoolismo, males que acarreta ao indivíduo e à sociedade;
- b) Tabagismo;
- c) Degenerescência do indivíduo e da raça, causas múltiplas que lhe são origem. Fundamentalmente: falta de cumprimento dos preceitos de higiene.

CAPÍTULO V

Primeiros socorros ou auxílio a prestar a indivíduos atacados de doença súbita ou vítimas de desastres

- a) Conselhos indispensáveis a quem se propõe socorrer um doente: serenidade, escolha de posição para o doente e para quem o socorre, movimentos lentos e pensados para não prejudicar o doente, precauções a tomar para não infectar uma ferida, etc.

I

Doença súbita

O que se deve fazer antes de chegar o médico:

- 1) Cuidados a dar a um doente com uma hemorragia: epistaxes, enterorragia, hemoptise; com perda de conhecimento; com uma hérnia; com um ataque histérico ou epilético, etc.
- 2) Citar as entoxicações mais frequentes, inclusive a produzida por certos cogumelos, indicando para cada caso os processos que se podem seguir para se fazer evacuar o veneno, neutralizar a sua acção ou combater os seus efeitos.
- 3) Picadas ou mordeduras de animais peçonhentos; meios de aplicação rápida para destruir o veneno, *in loco*, evitar ou dificultar a sua difusão e combater os seus efeitos.
- 4) Fixação de sanguessugas e meios a empregar para obter a sua deslocação. Conselhos para evitar a sua ingestão.
- 5) Submersão: como se acode a um afogado; asfixia em atmosferas irrespiráveis (balseiros, cubas de fermentação).
Como se faz a respiração artificial; demonstração prática a executar pelos alunos.
- 6) Insolação, suas causas, seus efeitos. Como se acode a um insolado.

II

Vítimas de desastre

- 1) Como se levanta e transporta um ferido, segundo a natureza do ferimento e dos elementos de que se dispõe.
 - a) Transporte por uma ou duas pessoas com e sem auxílio de maca;
 - b) Improvisação duma maca com instrumentos de lavoura ou com outro material fácil de encontrar.

2) Cuidados a seguir no penso duma ferida; indicar o que pode ser causa de infecção. Antes nada fazer do que fazer mal.

3) Meios a lançar mão para sustar uma hemorragia duma ferida.

4) Penso duma queimadura.

5) Como se trata uma contusão e um entorse.

6) Ensinar praticamente a fazer e a aplicar um aparelho de imobilização duma fractura, duma luxação, servindo-se de elementos fáceis de encontrar no campo.

7) Ensinar praticamente a trabalhar com a ligadura, com o triângulo, com a Cruz de Malta, com a funda, com o lenço, etc.

CAPÍTULO VI

Esta parte do programa é especialmente destinada às escolas agrícolas para o sexo feminino

1) Conselhos que respeitam à higiene da mulher-grávida.

2) Trabalhos que a mulher não deve executar no último período da gravidez; precauções que se deve tomar nesse mesmo período.

3) Cuidados que o período puerperal reclama.

4) Higiene do recém-nascido; mostrar a importância do seu estudo, salientando que a enorme mortalidade nas primeiras idades é, principalmente, devida à não observância dos preceitos de higiene.

5) Preconizar a aleitação materna, mostrando as suas vantagens e indicar as suas contra-indicações.

6) Como o trabalho e a alimentação da mãe podem influir na qualidade do leite, perigos que podem advir para a criança dum leite materno fraco ou alterado na sua composição.

7) Aleitação artificial.

a) Leite de vaca, leite de cabra, apreciação crítica dos seus valores alimentares;

b) Leite cru e leite fervido; vantagens e inconvenientes do uso de um ou de outro;

c) Dosagem, diluição e frequência com que deve ser dado o leite conforme as idades;

d) Cuidados de higiene e de limpeza a ter com os biberons, copos, vasilhas, etc., que servem ao leite;

e) Alimentação mixta.

8) Gástrico-enterites alimentares do recém-nascido; como se evitam, como se reconhecem e como se tratam.

a) Preconceitos a combater.

9) Raquitismo; suas causas e seus sinais.

10) Importância da balança como elemento de *contrôle* do estado de saúde da criança.

11) O estado de saúde da criança depende muito principalmente dos cuidados de higiene de que ela é objecto. O ermo, o ozagre e as lesões cutâneas frequentes na criança são quasi sempre devidas à falta de asseio, infecções e a uma alimentação inconveniente.

a) Preconceitos a combater.

12) Importância da vacina e da revacina. Idades em que uma e outra se devem executar. Acentuar o facto de que nos países onde a vacinação é rigorosamente seguida a varíola não existe.

13) Breves noções de enfermagem. Cuidados a ter na administração de medicamentos, conselhos a dar a quem se propõe tratar um doente.

Observações

Ao ensino de higiene e dos primeiros socorros a prestar em caso de acidente deve, nas escolas agrícolas, ser dada uma orientação essencialmente prática. A exemplificação e a experiência devem preceder de perto a teoria; todo o assunto a tratar deve ter como início o seu lado prático.

Não se procura, por exemplo, que em anatomia o aluno conheça, como um médico, os nomes de todos os ossos que constituem o esqueleto humano; bastará que saiba o nome dos mais importantes, e muito especialmente os segmentos a que pertencem, as funções que desempenham e os movimentos que são susceptíveis de executar quando solicitados pelas massas musculares que neles encontram o seu ponto de fixação.

São ideas gerais, precisas e claras, aquelas que devem ser ministradas no ensino e sempre acompanhadas com a citação de exemplos e de factos que, ao mesmo tempo que concorram para uma perfeita compreensão do assunto dado na lição, sirvam para mostrar ao aluno, sob o ponto de vista prático, a sua importância.

As prelecções sobre higiene serão, tanto quanto possível, objectivas; ensinar que o ar e a luz actuam desta ou daquela maneira sobre o organismo, não satisfaz, por não alcançar o fim que se tem em vista, mas se estabelecermos a comparação entre as condições de vida a que está sujeito o trabalhador do campo, um operário na oficina ou um mineiro sob a terra, fácil é fazer sentir ao aluno como o organismo reage a tam diferentes meios, e daí se tirarão ilações sobre a influência do ar, da luz, da atmosfera, livre ou carregada de poeiras, vivas ou inanimadas, sobre a saúde.

Dizer que determinada doença se transmite por certa forma não é o bastante para deixar gravado esse conhecimento na memória do aluno, mas se se acompanhar esta afirmação com citações de factos, com noções precisas do que seja o contágio, como elle se faz e a expansão que pode ter, então, certamente, o aluno fixará melhor e mais fácil lhe será compreender o fenómeno ensinado.

A mesma orientação deve ter o professor quando, dos pequenos socorros a prestar em casos de acidente, se estiver occupado.

Então o professor não deve ser mais do que o guia; o aluno será o executor.

Só operando um pouco por sua mão, preparando um aparelho de immobilização, ou procedendo à manobra da respiração artificial, o aluno aprenderá, e com consciência irá repetir, quando necessário for, essas operações.

É preciso nunca perder de vista que se não está ensinando higiene a futuros profissionais de medicina, mas sim ministrando conhecimentos que toda a gente deve ter, e, muito especialmente, são úteis e mesmo necessários a quem se propõe exercer a sua actividade no campo, onde tantas vezes a ignorância destes pequenos nadas e a impossibilidade de obter prontos socorros médicos, custam muitas preciosas vidas, por não haver quem os saiba prestar inteligentes e imediatos, enquanto o médico não chega.

Se outras razões não existissem para justificar este ramo de ensino às escolas agrícolas, bastaria a última parte do programa para o impor.

É delicado, difícil mesmo, o papel do professor de higiene nas escolas agrícolas, em consequência da pequena preparação intelectual da maior parte dos alunos para este ramo de sciência; mas cada professor saberá vencer estas dificuldades ajeitando o ensino ao poder de receptividade dos seus alunos.

O ensino nas escolas elementares não se pode fazer com o mesmo desenvolvimento com que tem de ser feito às escolas secundárias; nestas últimas as matérias do programa serão distribuídas pelos três últimos anos de frequência e professadas com maior desenvolvimento.

As modalidades que o ensino tem de apresentar ainda que obedecendo ao prescrito no regulamento, consoante a categoria das diferentes escolas, não se podem, ou melhor não se devem estabelecer. O critério do professor que este ensino fizer, é que as há-de ditar.

Nas escolas agrícolas destinadas ao sexo feminino, além do ensino da higiene geral, deverá ministrãr-se o ensino da higiene especial ao sexo feminino.

A puericultura, os cuidados de enfermagem, são assuntos que de perto interessam à mulher e farão, por isso, parte integrante do seu programa de estudo.

Direcção Geral da Instrução Agrícola, 26 de Abril de 1920.— O Director Geral, *Mário de Azevedo Gomes*.