

ABRIL  
A JUNHO  
DE 1966

PUBLICAÇÃO MENSAL

# Estudos

Série M

N.º 6

Esta série, (que é distribuída gratuitamente aos Médicos), tem tido grande aceitação. Pedimos aos Ex.<sup>mos</sup> Médicos que a queiram receber, regularmente, o favor de nos fazerem a respectiva comunicação.

## Psicologia e educação

### A SUGESTÃO

As aplicações criminosas da sugestão (II)

### O PAPEL DA RELIGIÃO E DA POLÍTICA NA FORMAÇÃO DA PERSONALIDADE

Conclusões sobre a consciência do Ideal do «Eu»

### AS RELAÇÕES ENTRE OS PAIS E OS FILHOS NA SEGUNDA IDADE DA VIDA

### COMO ESCOLHER UM CALMANTE

Os tranquilizantes

### A MEMÓRIA DOS ALCOÓLICOS

### A SAÚDE E DOENÇAS NAS IDADES AVANÇADAS, NO HOMEM E NA MULHER

### O DINHEIRO E O CONTACTO DAS DOENÇAS PERIGOSAS

#### PUBLICAÇÃO MENSAL

Director e Proprietário — Dr. HUMBERTO DE MENEZES

Editor — ANTONIO J. LEITE SARAMAGO

Redacção e Administração — RUA DOMINGOS SEQUEIRA, 11, 5.º E. — LISBOA

Composição e Impressão: Soc. Ind. Gráfica — Rua de Campolide, 133-B — LISBOA

Sala \_\_\_\_\_

Est. \_\_\_\_\_

Tab. \_\_\_\_\_

N.º \_\_\_\_\_

O Sabonete Sanoderma consegue

Transformar uma pele despolida, ou rugosa, ou descamativa.

Transformar uma pele que se irrita com facilidade.

Transformar uma pele eczematosa ou com empígens, ou com botões, com espinhas

em uma

PELE SAUDÁVEL, MACIA E AVELUDADA

Preços especiais do Sabonete  
Sanoderma para os Ex.<sup>mos</sup> Médicos

Preços de venda ao público:

Formato pequeno . . . . .	5\$00
» grande . . . . .	9\$00

Preços para os Ex.<sup>mos</sup> Médicos:

	<u>1</u>	<u>6</u>	<u>12</u>
Formato pequeno . . . . .	3\$50	20\$00	38\$00
» grande . . . . .	6\$30	36\$00	70\$00

O Sabonete Sanoderma

no banho das crianças

é o preferível, porque:

— Protege a pele contra as irritações normais das poeiras, etc. e especialmente contra as irritações produzidas pela urina das crianças pequenas.

— Como a pele das crianças é mais mimosa e delicada, o Sanoderma mantém-na saudável, ao contrário do que sucede com alguns sabões que são irritantes.

Director e Proprietário — Dr. HUMBERTO DE MENEZES

Editor — ANTÓNIO J. LEITE SARAMAGO

Redacção e Administração — RUA DOMINGOS SEQUEIRA, 11, 5.º E. — LISBOA

Composição e Impressão: Soc. Ind. Gráfica — Rua de Campolide, 133-B — LISBOA

## Psicologia e educação

### A SUGESTÃO

#### As aplicações criminosas do poder de sugestão

#### II

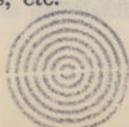
Explicámos no artigo anterior (n.º 5 M dos Estudos) o que era a sugestão e as vantagens e os perigos que podem resultar da sua aplicação mal intencionada às pessoas, às multidões e aos países.

Transcrevemos o «Manual da Subversão» que foi descoberto em 1919 na Alemanha e que tem servido, como base para a propaganda e a acção comunista, que se está desenvolvendo.

Feito aquele estudo, não é difícil agora identificar indubitavelmente as ideias mestras da estratégia geral da subversão comunista que estão a praticar-se em todos os países, especialmente na África e América do Sul e Central.

Essas regras, são:

- 1 — *Intoxicação das populações*, com ideias simples e de apreensão imediata (de preferência sob a forma de «slogans») ou de expressões de efeito sonoro e facilmente sugestionáveis.
- 2 — *Domínio das vias de informação* — imprensa, radiodifusão sonora e televisão.
- 3 — *Controle das posições fundamentais da vida social e económica do país*, especialmente escolas (no professorado e nas associações de alunos), sindicatos, universidades, grandes organizações de classe ou regionais, etc.



- 4 — Consolidação das posições conquistadas e acção consequente, para mudar progressivamente o país para a órbita comunista.
- 5 — Uma perfeita articulação entre os membros encarregados de efectivar as ideias-mestras anteriores.

Esta verdadeira estratégia de acção política — só agora se vem reconhecendo, pelo paralelismo da acção e de efeitos em todos os países — tem sido e continua a ser prosseguida com toda a infalibilidade pelo bloco soviético que, dominado o Leste Europeu, passou ao Médio Oriente, daqui à Ásia e à China e mais recentemente à África e à América do Sul, último passo para franquear o Mundo Livre. Na China, em virtude de planos de domínio do ocidente, já se declara que os princípios da Rússia são muito burgueses e que esta está traindo o fim puro da revolução comunista.

A este respeito, não podemos esquecer a directiva básica da marcha ideológica, dada por Lenine:

*«O caminho para a França, passa pela China, Indochina e África do Norte».*

Aquela marcha, mercê de uma doutrinação perfeitíssima e de uma planificação estreitamente elaborada, tem vindo a processar-se, com uma certeza quase infalível. As últimas atitudes e sorrisos entre a França e a Rússia, vêm esclarecer e demonstrar as directrizes de Lenine. Os franceses são, sem dúvida, muito inteligentes, mas o seu idealismo, às vezes ingénuo, ainda que puro, leva-os a serem facilmente sugestionáveis.

A extensão e a eficácia dos mais modernos meios de difusão, tem sido um auxiliar incomparável daquela actividade. O nazismo e o comunismo, ao contrário das potências ocidentais, que só muito recentemente se vêm apercebendo da realidade, desde a primeira hora que atribuíram à difusão das ideias espalhadas como preparação, a princípio, mas que se transformam mais tarde, em directrizes a seguir na segunda fase.

Pouco interessa que as ideias se apoiem ou não na verdade; o que é fundamental é que elas se apresentem com um tal carácter de evidência, mesmo fictício, que as tornem facilmente e automaticamente assimiláveis e constituindo um poder de sugestão tal, que correspondam no final, à *única verdade*. Hitler ascendeu ao supremo poder nazi, apoiando-se apenas em uma oratória dialéctica, que assentava em *slogans* bem conhecidos, como por exemplo:

«O povo alemão pertence à raça ariana», que é a raça eleita».

«O povo alemão tem uma missão, que lhe foi dada pela História, que é conquistar o Mundo».

Mas Hitler tinha qualidades excepcionais de poder de sugestão e este poder estendeu-se desde a Alemanha aos alemães residentes no estrangeiro, de forma que, pouco tempo depois, o sentimento do comando

do mundo pela Alemanha tinha-se estendido a todos os alemães, com poucas excepções.

Mussolini tinha também um extraordinário poder de sugestão, mais particularmente próprio dos latinos, com que dominou todos os italianos, alguns até ao fanatismo, como Hitler com os alemães.

Aquelas ideias propagadas como sugestivos «slogans», para um observador atilado, não são mais do que uma nova formulação de conceitos já antigos, que todavia encontram terreno extremamente favorável para o seu desenvolvimento, na conturbada situação actual, dada a acção eliminadora da *poeira dos tempos*, que faz esquecer muitos choques recebidos há anos.

A ideia da «raça superior», é tão velha como a própria Humanidade e tem sido glosada nos mais variados tons e sempre com os mesmos fins. O complexo da «raça eleita» é um autêntico mito que se tem visto ser repetido ao longo de toda a História. Ambos estes temas fizeram parte da dialéctica hitleriana, a qual empregava como um dos seus *slogans* mais inflamados, as seguintes frases lapidares:

«A juventude tem por missão libertar o proletariado do jugo capitalista; é esse o seu fim. Nada vos resistirá, no desporto, nos estudos, nas armas. *Deutschland Uber Alles! Acima de todos! Vós sois feitos para dirigir o Mundo nos próximos mil anos*... — E assim se ia embriagando a juventude alemã...

Compreende-se o efeito sugestivo deste *slogan* repetido aos jovens, estimulados nas suas ambições e gratos a quem os superioriza, criando estes «*slogans*», que lhes agradem.

Por seu lado, Estaline, não deixava, depois de reconhecer o seu efeito de sugestão das massas, de incluir igualmente nas suas directivas, os mesmos princípios:

«A juventude comunista tem por missão o proletariado do jugo capitalista; é esse o seu fim. É para esta tarefa que ela se deve preparar. Os jovens do mundo inteiro, treinados nas escolas ideológicas do partido bolchevista da U. R. S. S. *lutarão nos seus países* pela conquista do poder e serão os guias dos seus camaradas (isto é de todos os jovens, mesmo dos não comunistas)». — Vê-se antecipadamente o efeito desta sugestão comandada, sobre os cérebros dos jovens, convencidos da sua superioridade e com ambições de futuro comando.

E verifica-se que dois partidos opostos, os «nazis» e os «comunistas», reconhecendo o valor da sugestão, como dominadora do espírito das juventudes, empregavam métodos similares.

E o sistema não deixará de continuar a produzir os seus mais rendáveis frutos, enquanto continuar a ser utilizado com a proficiência necessária, de que os comunistas fizeram uma ciência, em que são mestres e se mantiver a complacência enervante daqueles que a eles se deve-

riam imperativamente opor, se não stivessem perdendo o sentimento de auto-defesa, próprio do homem, mas que vem sendo embotado por políticas erradas.

As escolas de guerra política e de *treino psicológico* instaladas em Moscovo e Praga, registam de ano para ano maior frequência, o que quer dizer que cada vez será maior o número de aguerridos e bem treinados e doutrinados mestres da «acção psico-subversiva» espalhados por todo o mundo. Quando em um país aparece um foco de infecção, mobiliza-se a ciência e as autoridades para o isolar e combater; no entanto contra estes focos de infecção política, centralizados nas pessoas que frequentaram aquelas escolas, não se mobiliza a defesa, que a pouco mais se limita a uma observação policial, absolutamente ineficaz. A mais simples lógica, procuraria evitar que continuassem nos países diversos focos de infecção da ordem pública, que se sabe que foram infectados para disseminar elementos propagadores da epidemia.

Uma observação atenta mostra que qualquer conflito subversivo foi ou é sempre precedido de uma intensa preparação psicológica e revolucionária. Lembramos, por exemplo, os acontecimentos na China: — uma campanha de descrédito, extremamente bem orquestrada, aliada a uma política de divisão partidária e à corrupção do Estado, já havia politicamente aniquilado Chan-Kai-Chek, antes mesmo de se ter iniciado a marcha vitoriosa dos comunistas chineses, que foi preparada por uma intensa campanha de «sugestão das massas». Que fizera no entanto a América perante tal perigo? — Incompreensiva, como sempre, e pensando que tudo pode combater com dinheiro e pseudo-democracia, ofereceu uma avultada soma de dólares, enviou muitos técnicos militares e alguns economistas...

Por seu lado, a Rússia, bem mais inteligentemente, tinha preferido enviar peritos psicológicos e ideológicos e revolucionários.

Resultado: — A China passou para a órbita comunista em menos de 2 anos e está-se verificando a propagação da sua doutrina para o Vietname e outros países.

Tais lições, porém, não parece terem aproveitado aos dirigentes ocidentais! A pouco e pouco, os sindicatos e outras organizações políticas ou de classe, são objecto de uma ofensiva psicológica, cada vez mais bem elaborada e conduzida com um requinte e uma consciência técnica, a que só uma contra acção, igualmente tenaz e inteligente, terá probabilidades de se opor com algum êxito.

Mas que fazem as Potências Ocidentais para se oporem, com eficácia, a tal situação? — As concepções tradicionais da moral e da política ocidentais, sempre relembradas e postas em evidência, sobretudo na imprensa, pelos fautores da desordem, impedem o desenvolvimento de qualquer ideologia dinâmica capaz de aglutinar conscientemente uma reacção concertada do Mundo Ocidental.

Não sabemos até que ponto será demasiado pessimismo, quando se afirma que esta falta de ideologia comum é porventura o elemento que ameaça fazer perigar a Civilização Ocidental — Os homens estão divididos por razões de ideologia, mais do que por razões de política; a política é apenas uma consequência da ideologia. O facto de se seguir uma política da «direita» ou das «esquerdas» pouco significa em relação aos agrupamentos partidários. A grande realidade que importa saber é se a *linha mestra da acção* desses partidos é orientada segundo uma ideologia «totalitária» ou «democrática» — *É aqui que reside a verdade fundamental das dissensões entre os homens!* — Por que espera então o Mundo Ocidental para iniciar uma ofensiva ideológica, que possa efectivamente opor-se à marcha do comunismo internacional?

É este o problema que iremos desenvolver no próximo artigo.

Já verificámos nos artigos anteriores, como a «sugestão» é um valor tão grande que todos os partidos que se querem impor às massas para conseguirem dominar o mundo a estão aproveitando inteligentemente, estudando-a e aplicando-a sob as formas de maior poder de insinuação, de penetração e de comando.

Verificamos por outro lado, como alguns partidos com uma ideologia das «esquerdas» estão prejudicando os seus países e conduzindo-os para o abismo. Estamos assistindo à acção do Partido Trabalhista, na Inglaterra, que está conduzindo o país, que no tempo da Rainha Victoria foi o mais importante do mundo, a uma queda precipitada, que nem os seus antigos colonos o respeitam e que chegou a organizar uma acção violenta, não só contra todos os brancos de África, mas também contra os próprios ingleses que ali residem e até contra a Europa!

Começámos por definir o que é o fenómeno da sugestão, bem como a psicologia do sugestionador e do sugestionado; estudámos depois o problema do aproveitamento das sugestões para conduzir os homens até à subversão.

A seguir transcrevemos o «Manual da Subversão», elaborado pela direcção do partido comunista, que explica muitas das atitudes políticas e sociais que se estão desenrolando no mundo e comparámos os planos da sugestão organizado pelos nazis e pelos partidos comunistas, verificando muitos paralelismos entre as duas acções.

No próximo artigo procuraremos responder à pergunta que atrás fizemos: — Por que espera o Mundo Ocidental para iniciar uma ofensiva ideológica, capaz de se opor, efectivamente, à marcha do comunismo internacional?

#### Aforismos de um médico

● O homem, na velhice, tem de viver a maior parte do tempo consigo próprio; por isso, deve preparar-se para se tornar uma boa companhia para si mesmo.

*Prof. Ulisses Lemos Torres, de S. Paulo*

## PROBLEMAS DE FILOSOFIA

O PAPEL DA RELIGIÃO E DA POLÍTICA  
NA FORMAÇÃO DA PERSONALIDADE

## III

## Conclusões sobre a consciência do ideal do «Eu»

Nos dois artigos anteriores tratámos dos «Exageros e desvios que fazem entrar o «Eu» no domínio da psico-patologia» e da «*Procura do Ideal Humano*», mostrando como o *homem tem a necessidade de sentir Deus*. Seguidamente estudámos «A transferência da personificação do Ideal» e do problema do «Ideal do *Eu*, formado pelas consciências colectivas» e a sua evolução.

As observações que expusemos demonstram que na origem dos grandes movimentos espirituais de uma colectividade, um «Ser ideal» deve servir de catalizador, para permitir a tomada de consciência dos seus membros em face de uma finalidade que materialize o carácter específico do grupo, em relação com a personalidade de cada um ou, pelo menos, da maioria dominante.

Sobre um plano restrito diremos que, para que uma pessoa possa sentir-se plenamente à vontade dentro das suas próprias tendências naturais e das suas qualidades natas é necessário que se sinta apoiado pelos outros. Uma pessoa isolada possui um «temperamento»; a mesma pessoa perante os seus companheiros, tem uma «personalidade» porque estes a obrigam a exprimir-se, não como um ser independente do seu meio ambiente, mas como um membro que deve ter em conta as reacções exteriores. Se o «temperamento» depende apenas do «genotipo», a *personalidade* está inteiramente condicionada pela influência da comunidade.

Estas considerações são fáceis de observar em um indivíduo que, em uma época determinada da sua vida, é necessariamente e biologicamente caracterizado por um *temperamento psicossomático imutável*, ao mesmo tempo que a sua *personalidade* pode parecer *extremamente variada*, segundo o grupo de pessoas que o cercam.

Uma pessoa, por exemplo, pode ser julgada muito diversamente, segundo se encontrar na vida pública ou na vida privada, no seio da família ou em um ambiente militar, com superiores ou com inferiores, no seu país ou no estrangeiro; mas em todas as circunstâncias, as suas tendências para a emotividade, a sua sensibilidade, as suas preocupações sobre o presente, ou sobre o passado e sobre o futuro, as suas possibilidades ou as suas necessidades de acção, serão sempre as mesmas.

Se em certas circunstâncias uma pessoa se julga obrigada a esconder a sua verdadeira natureza ou os seus sentimentos, de representar ou mentir perante os outros ou mesmo a si próprio, não poderá escapar ao mecanismo espontâneo do seu sistema nervoso, à distribuição das suas hormonas ou ao quimismo do seu cérebro. E se quer, por sua vontade ou à força, soffrear este ou aquele instinto, esta reacção ou um reflexo contrário ao ideal imposto — como em físico-química se diz que «nada se perde nem nada se cria», as manifestações *desviadas* da sua natureza, terão de aparecer, necessariamente, sob uma outra forma, no decorrer da sua vida; é inevitável!

A expressão *sofreada*, pode ser *transferida* para um «Senhor, ideal» de que o papel e a razão de ser, são receber as aspirações de cada um e, portanto, as aspirações do grupo social. Mas, assim, o *profeta*, o *iniciado* ou o *chefe*, está ele próprio condicionado por um ambiente pre-existente, de que ele deve ser o centro, a resultante concêntrica, a «sintese-viva».

As sociedades políticas ou religiosas evoluem, perpetuando-se como a imagem, indefinidamente reproduzida de um foco humano luminoso, «o Senhor», colocado entre dois espelhos paralelos; mas se o paralelismo dos espelhos se achar desviado, a multiplicação do foco quebra-se. Para que seja bem reproduzido, o foco deve estar no lugar próprio, para para que seja o nó entre um passado e um futuro, que se quer que sejam infinitos nas duas direcções — a *eternidade* — no centro da qual toda a consciência, mesmo sem crença, procura um ponto de reparo em relação com a sua própria vida.

O crente concebe que Deus pode fazer nascer este *foco* no tempo e no lugar escolhido por Ele.

É provável que, apesar das condições modestas das suas origens e as crises políticas e culturais da época, o cristianismo não fosse capaz de tocar as almas de tantos meios humanos diferentes, e durante o decorrer dos séculos tão dissemelhantes, se Jesus Cristo não tivesse nascido em Belém, naquela data e naquele meio.

O fenómeno cristão é o exemplo histórico mais característico de uma força psicosocializante fundada sobre um «Senhor ideal» de que a personalidade se adaptou às necessidades mais profundas dos seus fiéis.

## **O CONTRÁRIO DO «IDEAL DO EU»**

Este estudo deve-se a *Guy Dingemans*, de Lausanne.

Quando uma pessoa tem a consciência de uma obra a executar, de uma finalidade em si, isto é, de uma forma de existência a atingir, deve igualmente conceber os antagonismos que podem ser susceptíveis de a contrariar. Deve procurar evitar as circunstâncias que poderiam fazê-lo conduzir a uma situação exactamente contrária à que se deseja.

Se o fim e a razão de viver se encontram claramente concretizados

no ideal do «Eu», é necessário antever um «Anti-Ideal do Eu», a fim de melhor saber como se há-de proceder.

A necessidade de pensar no «Anti-Ideal do Eu», isto é, em um «inimigo que se queira opor à realização do nosso ideal» é de tal forma essencial à afirmação de que temos a consciência do «Verdadeiro Ideal» que todos os condutores dos homens, desde Jesus Cristo até aos políticos modernos, sabiam que o melhor meio de agrupar as pessoas de raças e de meios muito diferentes em um mesmo ideal é de criar neles (mesmo artificialmente, se for preciso) a ideia de um ou de muitos adversários comuns. É esta orientação que seguem actualmente muitos políticos, como meio de defesa pessoal ou das ideias que representam. Isto se está verificando em muitos dos novos países, em que todos os dias se inventam conspirações, ou para fortalecer a dedicação ao Chefe ou para eliminar rapidamente os seus inimigos.

A condição do homem (ao contrário da dos animais) é caracterizada por uma certa oposição entre as suas condições biológicas, que são as mesmas que as dos animais, ainda que complicadas pela conservação dos caracteres transmitidos dos pais à criança em formação e à constituição do seu cérebro, própria para transferir as impressões do passado para um futuro, que é incerto e em que estas impressões têm sempre influência.

O antagonismo intrínseco permanente entre um passado consciente e um futuro controlado pela força incontável do tempo, dá aos homens a impressão de nunca poderem chegar à confiança perfeita na sua existência e no seu futuro, nem à boa disposição que nos poderia dar um conforto *corporal* perfeito e um contentamento psíquico sem reservas.

Esta insatisfação é devida estritamente ao grande desconhecido, impalpável e impenetrável, que é o mistério do «Futuro» — O Homem pode sentir-se senhor das três dimensões do espaço e das forças mais recônditas da natureza, mas nada poderá fazer para modificar um passado, fixo e indestrutível, nem dominar *totalmente* um futuro, que parece um fantasma inatingível; só lhe resta ... a esperança e os meios de ir preparando a sua modificação, isto é, trabalhar para tudo quanto possa fazer para melhorar o seu futuro, para vencer os inimigos *externos* e, principalmente, os inimigos *internos*, que são muitos, a sua possível falta de tenacidade e de vontade para estudar e trabalhar, o amor dos prazeres que pode não deixar tempo para os deveres, etc., etc.

Ao passo que, para o animal e para a criança só existe um presente perpétuo, para o homem, dotado de reflexão, este *presente* torna-se em uma entidade perfeitamente virtual, feita de um instante, já destruído, de um «flash» entre um passado não modificável e um futuro que é desconhecido.

Quanto, entre nós, já têm sentido uma decepção quando verificam que não poderão ter o prazer total de ter realizado um fim, há muito

tempo planeado e esperado, porque esse fim tem sempre no seu espírito a sombra da incerteza das suas consequências imprevisíveis!

Se nos admiramos perante muitos velhos pela serenidade que mantêm em todos os actos e acidentes que transformam a sua personalidade é que neles, as dimensões do tempo se acham profundamente transformadas; o presente chega a confundir-se com a história de um passado firmemente fixo, o que satisfaz a sua consciência, cujo futuro que só em parte lhes pertence, os preocupa muito menos do que aos mais novos. É um estado de distorsão da personalidade, que explica a evolução ego-cêntrica e, muitas vezes egoísta, dos velhos, sobretudo dos de idade mais avançada, que já não têm grandes problemas a resolver, pois que o seu futuro, pouco mais é senão reviver um passado, cujos fins frequentemente foram atingidos.

Quer se trate de um futuro muito longínquo, que só terá sobre a pessoa idosa um efeito muito secundário, quer seja um futuro próximo, a incerteza, sobretudo quando já se não tem a resistência para enfrentar contrariedades, pode criar estados de ansiedade ou de angústia, estados de tensão, que podem ser exagerados no plano dos sentimentos religiosos; a rememoração de certos pecados ou erros pode ser um problema ansioso.

Cada consciência, proporcionalmente com o seu grau de emotividade, sofre de um *medo* constitucional; esta inquietação pode ir, desde uma vaga impressão de insatisfação, de um estado de desconforto nervoso ou de decepção, até a uma grande ansiedade ou à angústia dramática geradora de psicoses.

Instintivamente e quase sempre inconscientemente, as pessoas procuram uma causa verdadeira para o seu mal-estar crónico.

A apreciação de uma contrariedade materializada, a sua transferência para certo inimigo pessoal ou a sua atribuição a uma certa doença (caso particular em que um doente encontra um refúgio, na explicação da causa, lastimando-se), mesmo a aceitação de um choque real, em vez de reforçar a tensão existente, podem fazê-la dissipar.

É assim que se explicam reacções paradoxais, tais como a serenidade com a qual as pessoas que anteriormente estavam possuídas de uma inquietação, passam a aceitar a evidência de uma doença grave, um luto que se receava ou até a previsão certa da sua própria morte, para a qual pode haver uma certa conformação, especialmente nas pessoas religiosas, cuja consciência não esteja apavorada com o seu julgamento final.

A euforia permanente que caracteriza numerosos grandes inválidos, a suficiência de alguns cegos, as demonstrações públicas de certos mutilados que têm prazer em mostrar as suas habilidades, que é uma demonstração de que venceram, no todo ou em parte, a sua inferioridade física, ou uma perfeita readaptação à vida de muitas pessoas que perde-

ram todos os parentes mais próximos, são exemplos evidentes de que o «*Eu*», para o seu equilíbrio psicossomático, tem necessidade (mais do que da integridade corporal ou social) de transferir para uma causa fixa e permanente, a sua componente psicológica; há sempre equilíbrio entre a causa admitida e a interpretação do seu efeito.

Se, pelo contrário, se não puder encontrar uma razão evidente para o estado de ansiedade, mesmo imaginário, a tensão pode transformar-se em estado de paranoia ou em um complexo de auto-depreciação, que pode causar uma depressão, que pode levar até ao suicídio.

Deve-se notar que, em muitas pessoas, o plano de pôrem em evidência a satisfação da sua personalidade, não é devido à realização efectiva de uma felicidade longamente desejada (riqueza, honras, viagens, amor) mas uma necessidade de equilíbrio, a seguir a catástrofes gerais espectaculares, como as guerras. Muitos homens e mulheres só sentem uma reacção, com a plena expressão da sua personalidade, no meio de uma atmosfera de ameaças e dos maiores perigos. A acção heróica é frequentemente, uma consequência de um acto, mais *reflexo* do que *reflectido*, talqualmente como no comportamento sádico. É o drama de um homem absorvido normalmente pela sensação de colectivismo, que tende a aniquilar a vontade própria, tais como os carrascos que crucificaram Jesus Cristo, quando este pedia o perdão para eles «Perdoai-lhe, porque eles não sabem o que fazem».

No próximo número, continuaremos a análise do problema com o estudo: — «A criação do anti-ideal do *Eu*».

---

## As relações entre os pais e os filhos na segunda idade da vida

Na sequência dos artigos que temos publicado sobre a psicologia da educação, respeitantes às relações entre os pais e os filhos, transcrevemos (com a devida vénia) um artigo de *André Maurois* publicado no «Diário de Notícias», (14/10/65).

**Os Pais e os Filhos:** — A vida dos velhos é difícil. Muitos dos que foram seus companheiros e amigos já morreram. Se não são ricos ou poderosos, um profundo silêncio se estabelece à sua volta. A rádio e a televisão, ajudam-nos a suportar a solidão, mas nada substitui uma presença humana. Mais particularmente, para uma senhora de idade, mesmo que seja muito culta, a velhice é uma provação. Se foi amada, sofrerá porque já o não é. É evidente que, se conservar o seu encanto e o seu espírito e, se sabe conversar muito bem, ainda verá os jovens à sua volta,

para dela recolherem esperanças e recordações. Byron, que se fatigava depressa das mais lindas mulheres, consagrava uma fiel amizade à velha Lady Melbourne, sua confidente espiritual. Madame Récamier, já muito idosa, ainda continuava rodeada de homens eminentes, porque ela fora muito bela e sabia colocar a sua influência ao serviço dos amigos. Mas as excepções não alteram a regra geral.

Uma viúva que tem os filhos casados sentir-se-á, muito naturalmente, tentada a aproximar-se daqueles. É lógico: ama-os. Se foi sempre para eles uma mãe atenta, será de todo razoável que também os filhos a amem. Viveram vinte anos com ela, criados por ela, protegidos por ela contra todos os revezes. A mãe pensará que chegou a vez de lhe tornarem mais fáceis os dias da sua velhice.

Se lhe restam poucos recursos, dirá de si para si: «Contribuirei modestamente para a vida do lar, custando-lhes, assim, muito pouco dinheiro. Uma senhora idosa não come muito. Tem mais necessidade de afeições do que de serviços. Se conservar só para mim um apartamento ou uma casa, gastarei sem vantagem, e se eles têm um bocadinho de coração, sentir-se-ão obrigados a ajudar-me. Viver com eles será para todos a melhor solução».

Muitas vezes, aliás, são os próprios filhos que o sugerem. Mas as dificuldades começam com a vida em comum. A mãe jurou a si própria ser discreta, de se fazer quase invisível, de se refugiar no quarto, quando os filhos receberem amigos da sua idade. Todavia, depressa os diferentes pontos de vista alteram o que se considera «discrição». Uma certa senhora idosa que se vangloria da sua prudência, da inteligência com que se julga afastada de tudo que diz respeito à casa, é considerada um embaraço e de ser indiscreta, por aqueles que a receberam, mais ou menos de braços abertos e que passam mais tarde a viverem constringidos.

A velhice, essa, então, revela o seu espírito crítico. Quanto a si, tudo corria muito melhor no seu tempo..., di-lo, o que é considerado uma

---

#### CURIOSIDADES

**A Índia fornecedora de cadáveres para a Venezuela:** — Entre as várias actividades do Governo da Índia, surpreendeu-nos a notícia publicada na «Semaine des Hopitaux» de 14 de Março de 1966, que transcrevemos:

O fornecimento de cadáveres para as escolas de medicina da Venezuela vai ser assegurado pela Índia, conforme declarou o Dr. Jesus Yerena, director do sector técnico da «União Republicana Democrática», em uma declaração publicada no jornal «La Espera».

Esta importação, como diz o Dr. Yerena, vai ser muito útil porque a Venezuela tem actualmente grande penúria de cadáveres para ensino, situação que obrigou muitos estudantes de medicina a repetirem o ano, por não terem podido apresentar o número de trabalhos de dissecação indispensáveis. O Dr. Yerena declarou ainda que esta negociação já se tem repetido em outros países que importam cadáveres da Índia, ao preço de 50 dólares cada, preço que é mais alto na Venezuela por causa dos transportes. Alguma coisa, infelizmente não faz falta na Índia e o Governo mostrou que era capaz de iniciativas... mesmo macabras.

censura e uma ofensa. Depois, a idade avançada é friorenta, reclama e impõe regimes, exige cuidados, o que complica a vida, e o ritmo da casa. Se as enfermidades se lhes somam, uma irritação dificilmente contida desperta e cresce — «depois que a tua mãe ensurdeceu, todos temos de gritar, o que é insuportável»...

A tua mãe...

Sim, porque, se a velha senhora se instala em casa dos filhos casados, terá de enfrentar dois julgamentos: o da filha (ou filho), quase sempre mais indulgente, em parte por gratidão e afecto natural e em parte pela força de hábito no conjunto familiar.

Aliás, é preciso considerar dois casos profundamente diferentes. No primeiro, a mãe instala-se em casa da filha casada. Admitamos que esta lhe quer ternamente. Então, o marido sentirá ciúmes. Acostumara-se a ter a mulher só para si. Agradavam-lhe as confidências, as carícias inesperadas, que deixarão de ter a mesma espontaneidade diante de uma terceira pessoa. E, depois, além do mais, *ela não é a sua mãe*. O genro não será tão indulgente em face das «manias» a que, durante vinte anos, a filha se habituou a assistir. De resto, a própria filha não poderá evitar certas atitudes de mau humor. Entende que deve educar os filhos à sua maneira. As observações da avó chocam a mãe. Pretende exercer sòzinha o governo da casa; mas a idosa mamã da dona da casa, com a sua grande experiência, não é capaz de evitar uma advertência: «Farias uma grande economia se... Farias melhor se...

Um dia, a frase cruel vai explodir: «Não te pedi opinião...»

Segundo caso: é o filho casado que acolhe a mãe. Mas, então, um ciúme terrível pode desencadear-se entre as duas mulheres. A mãe, à mais pequena questiúncula, não se domina e diz: «Não o sabes prender, conheço-o melhor do que tu, eduquei-o. Não há melhor rapaz do que o meu filho, mas tu queres impor-lhe um tipo de vida que nunca foi o seu. Em nossa casa, os Silvas...»

A nora ouve tudo isto com desespero. Tivesse ela dado apenas ouvidos à sua vontade, que a velha senhora teria ido para bem longe dali. Esbarra, porém, com a vontade do marido...

Daí a frequência destes conflitos caseiros. «Sacrificas-me totalmente à tua mãe. Se soubesse que me casava com ela ao mesmo tempo que me casava contigo, teria decidido as coisas de outra maneira.»

Por seu lado, a mãe toma o partido do filho, ainda mesmo que ele não tenha razão.

Conheci o caso de uma mãe que, vivendo em casa do filho casado, encobria da esposa as fugas e viagens inventadas para ir encontrar-se com a «deusa das suas aventuras». Recebia a correspondência clandestina. Até que um dia a nora descobriu, por acaso, no quarto da sogra, um maço de cartas de amor escritas a seu marido a quem pôs um duplo ultimato: ruptura com a amante e com a mãe.

Seria de reprovar um tal ultimato?

Nunca ouvi sustentar que a coabitação com os jovens é impossível aos velhos pais. Seria cruel; há muitos casos em que qualquer outra solução acarretaria dolorosa tristeza. Mas a mim parece-me que a velha mãe, quando decide viver com um filho ou uma filha, devia olhar a algumas precauções muito fáceis de tomar. Em primeiro lugar, intervir o menos possível nos conflitos entre os esposos; qualquer que fosse a tentação de apoiar o seu rebento, deveria esforçar-se por ficar imparcial e silenciosa. Em segundo lugar, devia lembrar-se das diferenças de gerações e de costumes; esta ou aquela maneira de proceder, que na sua juventude seria censurável, tornou-se um hábito. Porque há-de criticar-se uma jovem elegante se ela se desnuda nas praias, quando todas as outras o fazem igualmente?

Enfim, e muito especialmente, deveria esforçar-se por não tornar a sua presença permanente. Nem todas as senhoras de idade têm maneira de desaparecer de tempos a tempos, por umas semanas. Muitas, porém, terão recursos (uma pensão, algumas economias) para viajar um pouco ou visitar velhos amigos a quem possam pedir uma pequena hospitalidade. Fazer-se desejar e ter saudades, não se fazer pesada aos jovens, tal seria a sã política.

Há ainda uma outra solução, mas esta pouco recomendável: é a de guardar para si, para os dias da velhice, um filho ou uma filha que não casou, o que só será razoável se estes tiverem o firme propósito de ficar solteiros. Na maior parte dos casos, porém, a solução não torna a vida sã. O filho que não chega a cortar o cordão umbilical ficará para sempre de carácter ligeiramente infantil. Afirmá-lo, todavia, não constitui juízo absoluto. Certas simbioses de existência comum — mãe e filho ou mãe e filha — atingem grande beleza. E também são muitas as que, espontaneamente, se sacrificam por seu velho pai ou mãe. No entanto, a falta só existe quando os pais directa ou indirectamente, «exigem o sacrifício».

Conheci um velho casal que, tendo casado quatro dos seus cinco filhos, não havia forma de se resignar a ver partir a última rapariga. Era linda e os pretendentes agitavam-se à sua volta. Persuadiram-na, porém, a recusar a todos e a consagrar-se aos pais.

«Quando tivermos morrido — diziam-lhe estes — farás o que muito bem entenderes».

Morreram velhos e arruinados. A pobre filha ficou sòzinha, sem um modo de vida, levando triste existência. Ora, uma existência de sacrifícios encontra secretos motivos de felicidade, enquanto vivam aqueles que a levam ao sacrifício. Depois, quando esses morrem, o fim da sua história torna-se ainda mais penoso porque vem a revolta pelo sacrifício feito.

Certamente, o dever filial é imperioso. Mas os dos pais não o é menos. Cabe a estes evitar que seus filhos tenham de escolher entre a felicidade e a gratidão.

## COMO ESCOLHER UM CALMANTE

## OS TRANQUILIZANTES

O aumento das razões de perturbações em todo o mundo tem originado um estado de intranquilidade, que se propagou do indivíduo para a colectividade e, por propagação, a todo o mundo.

A vida intensa e trepidante dos nossos dias provoca tal aumento das doenças mentais que se calcula que só nos Estados Unidos existam 9 milhões destes doentes e que uma de cada dez camas hospitalares esteja ocupada por um doente deste grupo.

Por outro lado, muitos serviços médicos calculam que metade dos doentes a quem prestam assistência apresentam sintomas de origem emocional.

Grande número de doentes com queixas dolorosas não mostram nenhuma doença orgânica, depois de minucioso estudo, sendo as suas queixas apenas a expressão de um estado de ansiedade ou tensão. É evidente que tal conclusão deve, em muitos casos, ser rodeada das maiores cautelas e vigilância da parte do médico assistente.

E isto, porque, por outro lado, grande número de doentes com enfermidades orgânicas bem definidas apresenta queixas que não são atribuíveis à doença e constituem apenas estados de tensão ou ansiedade, que a doença pode justificar, mas que de forma alguma provocou. E também estes estados psicológicos concomitantes de enfermidades orgânicas necessitam, por seu turno, e cada vez mais, de vigilância aturada e terapêutica específica adequada.

Assim, os medicamentos que permitam tranquilizar estes doentes, melhorar o seu comportamento na família e na sociedade, e restaurar-lhe a sua capacidade de trabalho produtivo são medicamentos do mais alto valor sob o ponto de vista da terapêutica e do equilíbrio familiar e social.

Fizeram-se estudos sobre muitos produtos para acalmar os estados de preocupação e de excitação e, de entre todos, o que se mostrou mais eficaz e inofensivo é o meprobamato («Probamato»).

O Probamato é dos mais recentes e mais eficientes medicamentos para, a cada vez mais frequente, reacção de tensão e ansiedade e mesmo da neurose de ansiedade. Sob a sua acção o doente tranquiliza-se, apazigua-se, trabalha com mais rendimento e descansa com maior repouso. O medicamento entra assim naquela categoria de medicamentos a que atrás nos referíamos, merecedor do mais alto interesse sobre os duplos pontos de vista terapêutico e social.

**Estudo Farmacológico**

Estudado sob o ponto de vista farmacológico em animais de laboratório o *Probamato* revelou fundamentalmente efeitos sedantes, paralizantes e anticonvulsivantes prevenindo as convulsões.

### Efeitos sedantes e paralizantes

Ministrado a pequenos animais de laboratório (ratos, ratinhos), em doses convenientes, manifestou-se nitidamente o efeito sedante. O comportamento dos animais antes e depois da tomada do Probamato é diferente daquele que se obtém após a ministração de barbitúricos e outros hipnóticos.

Estudados os efeitos do medicamento em animais de maior porte (macacos) na dose de 200 mg por kg de peso, ministrado após intubação gástrica, verificou-se que logo após 30 minutos se estabelecia fácil contacto com o animal, que permitia que se lhe tocasse e guiasse, não mostrando quaisquer sinais de medo, aceitando rápida e facilmente o alimento que se lhe oferecesse. Uma hora após a ministração do medicamento os animais passaram a revelar incoordenação dos movimentos caindo gradualmente em paralisia. Permaneciam então sossegados no seu lugar, sem poder andar, não apresentando simultaneamente quaisquer sinais de excitação ou irrequietude e mantendo perfeitamente o reflexo corneano e rotuliano. Esta situação de paralisia durou 5 a 6 horas após as quais todos os animais melhoraram espontânea e completamente, ainda sem apresentar quaisquer sinais de excitação ou outros sinais secundários imediatos ou remotos.

Ministrando a macacos doses mais altas do *Probamato* (400 mg. por kg. de peso e 600 mg. por kg.) obteve Berger exactamente os mesmos efeitos, só com maior duração. Verificou-se contudo que, mesmo durante a paralisia, a respiração e a pulsação cardíacas se recompuseram espontânea e totalmente, sem qualquer reacção secundária imediata ou remota, nomeadamente sem vômitos ou anorexia. Do mesmo modo se verificou nos macacos a perfeita tolerância das doses repetidas.

No homem não se produz este estado de paralisia, mas somente um estado de acalmia.

A frequência das pulsações diminui ligeiramente e não há acção sobre a respiração, nem sobre a temperatura.

Mesmo em doses altas o *Probamato* não tem acção sobre o sistema nervoso autónomo.

**Toxicidade:** — Como muitos calmantes têm uma acção secundária tóxica, fez-se o estudo da toxidez do *Probamato*.

Para estudar a toxicidade subaguda, Berger, ministrou a cães 1 g de *Probamato* durante 60 a 75 dias. Estudou antes do tratamento e depois de 30 a 60 dias o sangue, a urina e os testes da função hepática. No fim dos 60 dias de tratamento verificou que os cães se mantiveram todos em bom estado sem sinais de toxicidade: comeram bem e aumentaram de peso e todos os exames laboratoriais realizados se mantiveram dentro dos limites da normalidade.

Para o estudo da toxicidade crónica, utilizou Berger um grande número de ratos, que separou em vários grupos de contrôlo, tratados com

*Probamato* a 0,5 %, 1 % ou 2 %. Alimentaram-se livremente os animais pesando-os e determinando o consumo de alimento duas vezes por semana. A experiência durou 15 meses. O investigador pôde concluir:

1. Os animais que tomaram *Probamato* comiam quantidades de alimento perfeitamente idênticas ao controle.
2. Os animais que receberam 0,5 % de *Probamato* na sua alimentação aumentaram de peso exactamente como os ratos-controle. Os animais que receberam o tratamento a 1 % e 2 % também ganharam peso mas de forma mais lenta.

A toxicidade aguda do *Probamato* no homem foi estudada acidentalmente em alguns doentes neuróticos que resolveram tomá-lo em dose muito alta, alguns deles como tentativa de suicídio, por saberem que outras pessoas se tinham suicidado com comprimidos calmantes. Nenhum dos doentes citados na literatura teve reacções tóxicas graves. Selling cita dois destes casos, que resumimos. Uma mulher de 48,5 kg. de peso, sofrendo de neurose de ansiedade tomou 20 g. de *Probamato* num período de 24 horas; foi encontrada a dormir profundamente e com um pulso lento a 40 pulsações por minuto. Manteve-se acordada 2 horas, movimentando-a e ministrando-se-lhe café quente; por fim permitiu-se-lhe que dormisse e ela acordou espontaneamente após 10 horas de sono. Um homem tomou muito provavelmente 40 g. (100 comprimidos); não sofreu qualquer efeito secundário!

**Ação terapêutica:** — Só teòricamente, da análise da acção do *Probamato*, se pode prever o seu mecanismo de acção.

Tem sido já largamente ensaiado na terapêutica deixando sempre aos investigadores a certeza de um largo campo de acção, alta eficiência e nula toxicidade.

Selling realizou os seus ensaios em 187 doentes que não revelaram quaisquer sinais de perturbação neurológica orgânica ou outra perturbação física, nem eram claramente psicóticos. Pôde concluir que o *Probamato* era um depressor do sistema nervoso central, prático, inócuo e clinicamente útil, que não dava habituação. O autor citado verificou acção particularmente eficiente no síndrome denominado neurose de ansiedade, sobretudo quando a queixa primária consiste em tensão. Constatou também alta eficiência nas curas de desintoxicação alcoólica, auxiliando o doente a manter-se sóbrio depois de deixar de beber e a conseguir fazê-lo com um mínimo de desconforto. Várias doenças neurogênicas da pele, situações de desconforto abdominal e várias espécies de cefaleia, foram também largamente melhoradas nos ensaios de Selling com o *Probamato*. Como hipnógeno, este medicamento pareceu a Selling de grande eficiência e tendo muitas vantagens sobre os sedantes convencionais, se exceptuarmos o que se refere aos doentes psicóticos. Parece contudo que a sua acção hipnógena deriva mais de facilitar o sono por relaxar e tranquilizar o indivíduo do que por produzir realmente o sono.

Borrus fez idêntico ensaio terapêutico em 104 doentes presentes ao autor para exame e tratamento neuropsiquiátrico. Constatou Borrus a alta eficiência do medicamento nos estados de ansiedade e de tensão, diminuindo a tensão, a irritabilidade e a irrequietude e produzindo um sono mais repousante e uma relaxação muscular generalizada. Pareceu menos eficiente nas psicoses, mas mesmo nesses casos tem interesse, particularmente no tratamento dos esquizofrênicos ambulatorios. Pelo que se refere a eficiência, Borrus entusiasma-se com o facto de ter visto melhorar das suas queixas 68 % da totalidade dos doentes estudados e 78 % dos casos de ansiedade. Mantém o seu entusiasmo no que se refere à toxicidade que constata ser nula, quer do ponto de vista subjectivo quer do objectivo não se notando quaisquer queixas quando se suprime a medicação, seja esta supressão brusca ou gradual.

**Estudando o seu efeito como hipnótico, na insónia,** Selling desde que começou a trabalhar com o *Probamato*, em Janeiro de 1953, não voltou a necessitar de barbitúricos ou outros hipnóticos para ajudar a dormir qualquer doente. Pareceu ao autor que a simples dose de um comprimido à noite era suficiente e que o doente dormia sem sonhos ou pesadelos.

**A acção do Probamato nos estados de tensão, ansiedade e medo:**

— Todos os autores concordam em que o *Probamato* é da mais alta eficiência nos doentes tensos e ansiosos, e de 86 doentes de Selling só 7 não obtiveram melhoras nítidas destas suas queixas. Os estados de tensão melhoraram em geral em três a quatro meses.

Borrus tratou 67 doentes ansiosos e obteve melhoras em 78 % dos casos. Nestes reduziu-se a tensão nervosa, a irrequietude, a fatigabilidade fácil, os tremores e palpitações e a hiperidrose.

Todos os doentes que citam resultados positivos *descrevem uma diminuição nítida da tensão nervosa, dizem sentir uma relaxação mais completa, e dormir mais prolongadamente um sono mais repousante. Declaram ainda sentir-se mais à vontade nos grupos em que entram, ou quando falam em público ou quando em presença de pessoas que se temem ou respeitam.*

**Acção no tratamento de algumas cefaleias e nos estados nervosos de tensão menstrual e nas neuroses.** Os doentes de Selling que fizeram descrições mais dramáticas de cura ou melhoria sob acção do *Probamato* foram precisamente aqueles cuja principal queixa consistia em cefaleias de tensão, em geral localizadas na base do crâneo. De 27 doentes de Selling com esta queixa, 23 curaram-se completamente ou melhoraram o suficiente para desprezar o sintoma.

Selling cita 5 doentes cuja queixa fundamental era *tensão menstrual*, com mal-estar, faltas de paciência, irritações, e que tantas vezes dá origem a problemas familiares. Todas as doentes melhoraram consideravelmente passando sem queixas quando tomaram o *Probamato*.

Nas *neuroses*, o Probamato tornou-se mais eficiente nas reacções de obsessão mental e compulsivas, com acção mais irregular nos estados de depressão.

**Nos estados psicóticos** encontram-se melhorias em 60 por cento dos casos, mas em todos se tornou mais fácil a adaptação social.

**Posologia do Probamato:** — Para muitos casos, basta apenas um comprimido, ao deitar. Nos estados de excitação, em que um comprimido não é suficiente, aumentar para 2 ou 3 por dia.

As mulheres têm vantagem em substituir o Probamato pelo Probanar (2 a 3 por dia) que é uma associação do Probamato às hormonas ováricas e muitas vezes, as manifestações nervosas das mulheres são provocadas ou aumentadas quando há insuficiência ovárica, ou durante e depois da menopausa.

As pessoas com taquicardia ou que, quando se excitam, se congestionam, aumentando simultaneamente o número de pulsações, devem preferir o Pendulon, que é uma associação dos dois tranquilizantes, Probamato e Reserpina com a Digoxina

## A MEMÓRIA DOS ALCOÓLICOS

Depois do artigo que publicámos no n.º M 4 sobre a acção geral do álcool sobre o organismo, vamo-nos referir à sua acção sobre a memória.

As pessoas que abusam das bebidas alcoólicas, mesmo que se não embriaguem, são atacadas precocemente de perda da memória; é o que se chama em medicina «o síndrome amnésico dos alcoólicos» que foi estudado no «Centro de Reeducação da Memória e da Linguagem», no Hospital Albert Cheuevier e fez parte de um estudo feito pelos Drs. Prof. J. Bardizet, J. P. Fisklewicz e Drs. G. Bernard e E. Cany e publicado na «Semaine des Hopitaux» (Paris) de 8 de Junho de 1965, de que transcrevemos as principais conclusões:

*Korsakoff* já em 1887 descreveu um síndrome caracterizado pela associação de uma polinevrite degenerativa e perturbações psicológicas nos alcoólicos, entre as quais punha em destaque uma forma particular de amnésia para os factos recentes; estes estudos foram continuados por *Angelergues* em 1958, com estudos anatomo-clínicos por *Delay*, *Brion* e *Elissalde*, também em 1958 e os estudos psicológicos de *S. Grahay* e *R. Nissen*, na Bélgica em 1957 e *G. Talland*, nos Estados Unidos, em 1964.

Os estudos dirigidos pelo Prof. J. Bardizet e colegas foram feitos sobre 38 doentes com as seguintes manifestações:

- 14 polinevrites discretas, com marcha possível.
- 13 polinevrites graves, com impossibilidade de marchar.
- 11 encefalopatias.

— 4 doentes com alcoolismo crónico.

— 4 doentes hospitalizados por doenças que não tinham relação directa com o etilismo, mas em que este tinha uma parte importante nas perturbações da memória.

Os doentes observados foram 31 mulheres e 15 homens, que ficaram 18 meses no hospital, para serem estudados. Alguns ainda ali ficaram quando o estudo terminou, 4 foram transferidos para um asilo e 17 tiveram alta; quatro destes voltaram à consulta uma ou duas vezes; três voltaram a ser rehospitalizados por recaídas das suas perturbações; e os quatro outros morreram (três encefalopatias e uma cirrose com polinevrite discreta).

Os doentes observados apresentavam um certo número dos seguintes caracteres comuns:

1 — Só foram examinados depois de manifestações, quer de «delirium tremens», de polinevrites com síndrome confusional ou de encefalopatias.

2 — Foram estudados e acompanhados durante o período de regressão das suas perturbações. Com o tratamento, repouso e, sobretudo, boa alimentação, a maior parte recuperou 10, 20 e até 30 quilos, à medida que as perturbações neurológicas iam melhorando e que uma reeducação motora, lhes ia permitindo retomar a marcha.

Estes doentes foram sujeitos sistematicamente ao mesmo exame da memória, baseado em estudos sobre a capacidade de aprendizagem do que se lhe ensinava, de retenção da memória, de evocação de informações novas e, por outro lado, da análise do que conservavam na memória sobre o seu passado. Fazia-se um exame comparativo de 3 em 3 meses, sendo cada doente estudado separadamente. Os resultados foram os seguintes:

### **Progressos da memória nos etílicos**

As possibilidades de melhorias são muito reduzidas, porque o esquecimento é sempre progressivo; são constantes em todos os doentes, mas em graus diferentes.

Em alguns doentes, o esquecimento é rápido, depois de alguns minutos. Os doentes não se lembram das refeições que acabaram de tomar ou das visitas que acabaram de receber. O esquecimento é total; um doente a quem esconderam uma garrafa de vinho, um minuto depois já não se lembrava e esqueceu mesmo o interesse do que procurava. Ofereciam-lhe vinho vindo do exterior, que escondia, mas esquecia-se imediatamente do lugar onde tinha posto a garrafa.

Outras vezes o esquecimento é menos rápido e menos completo; vem após um quarto de hora, mas voltando uma hora depois a lembrar-se, para voltar ao esquecimento completo no fim de 24 horas.

O esquecimento, a pouco e pouco, mantendo a capacidade da memória imediata é frequente nos alcoólicos agudos e menos nos alcoólicos crónicos.

Antes do período de esquecimento total é frequente aparecerem períodos de confusão ou de imaginação de factos, de histórias e de aventuras, bem como a desorientação. Estas perturbações são consideradas como perturbações secundárias da memória, as quais podem ser constantes ou aparecerem por períodos transitórios.

### A memória do passado

Há quase sempre perturbações da memória nos etílicos. Quando os mandamos contar a sua vida passada, há sempre lacunas que não são capazes de lembrar. Começa-se por perguntar os nomes e locais de nascimento dos pais e irmãos, aniversários, vida na escola, factos que antecederam o casamento, sobre os filhos e profissões, fazendo-se no final um relatório que se compara com os exames seguintes, de 3 em 3 meses. O princípio do período de esquecimento, no grupo dos observados data de

menos de 5 anos — 3 observados

de 5 a 10 anos — 6 »

de 10 a 20 anos — 16 »

mais de 20 anos — 11 »

esquecimento total — 5 »

O esquecimento faz-se geralmente a pouco e pouco e em relação com o grau de etilismo.

### Evolução das perturbações da memória no alcoólico tratado

A evolução das lacunas de esquecimento nos observados, foi a seguinte:

Em 21 doentes, de que a evolução pôde ser acompanhada, 14 sentiram melhoras, 5 ficaram estáveis e 2 continuaram a piorar.

A regressão faz-se por uma recuperação da memória do passado. A evolução é mais desfavorável nas encefalopatias etílicas antigas, crónicas, tendo já um certo grau de atrofia cerebral.

A recuperação é sempre lenta, mas chega a permitir a volta a uma certa vida social e até profissional.

A recuperação, como já dissemos, é tanto mais difícil quanto mais antigo for o etilismo e a sua evolução paralela com o grau de uso do álcool.

### A personalidade, em relação com o etilismo e com síndrome da memória

Há muitos estudos feitos sobre este problema, desde 1930. Em geral o etilismo começa por treinos progressivos do hábito e é facilitado pelos antecedentes familiares e pessoais dos doentes; provocam

desarranjos conjugais e uma instabilidade profissional que frequentemente se reflecte sobre as possibilidades económicas da pessoa e da família.

Em 20 mulheres estudadas, 8 perderam os pais antes dos 14 anos, 4 antes dos 18; 7 foram colocadas, muito novas, fora do meio da família e 1 foi violada pelo seu pai aos 14 anos. Pode explicar-se que esta fragilização afectiva da infância, pela incapacidade destes doentes em enfrentar situações difíceis ou conflituais na sua vida; a preguiça mental também contribui muito para a dificuldade de «enfrentar a vida».

Os «acontecimentos traumatizantes» tais como a morte do marido ou da mulher, são mais uma possibilidade de queda, do que uma causa da intoxicação pelo álcool. O alcoolismo em certos casos, *para esquecer*, é um certo equivalente da tentativa do suicídio; a diferença é que se não teve a coragem para um suicídio físico, mas que se preferiu um suicídio moral, com todos os seus inconvenientes, diminuição da personalidade e criação de situações vergonhosas. Esta situação é frequente nas pessoas de cultura literária elevada; às vezes nas pessoas que pretendem mostrar-se românticas e sempre com necessidade de teatralização...

É frequente a passagem a um estado de frustração mental, a que se segue a frustração física e social.

### **Amnésia e personalidade**

O alcoólico diz que bebe para «fugir às dificuldades e aborrecimentos da vida» e, sobretudo, «para esquecer».

Ora o meio é agradável, mas a qualidade do «esquecimento» é que é variável e os seus mecanismos psicopatológicos não são indiferentes para o organismo e para a pessoa.

O esquecimento de uma noite, conseguido, a princípio, com o efeito euforizante do álcool e, a seguir, com o efeito hipnótico de uma embriaguez, é um «mau esquecimento», porque a pessoa, depois de algumas horas de má disposição no dia seguinte, esqueceu-se de tudo quanto fez durante as horas em que esteve embriagada, mas não conseguiu diminuir a intensidade das suas preocupações e aborrecimentos, aumentadas com o que terá dito ou feito durante o período da acção do álcool e com a responsabilidade legal e moral dos actos que praticou.

A intoxicação regular, constante, é um meio seguro de amnésia, sobretudo quando é acompanhada de um desequilíbrio e carência alimentar. Vai-se estabelecendo uma amnésia progressiva, a pouco e pouco; o doente esquece-se do que foi procurar a uma sala próxima, faz duas compras quando saiu para fazer quatro, esquece uma entrevista, faz compras dispensáveis, perde ou dá dinheiro, que lhe faz falta, etc.

A regularidade da sua vida desaparece, torna-se imprecisa; deixa de ligar os acontecimentos, uns aos outros; esquece-se das ligações e dos acontecimentos.

No entanto a conservação da sua capacidade de memória imediata e a lembrança dos factos antes da intoxicação permitem-lhe ainda, durante muito tempo, conservar uma certa fachada social; mas as suas aptidões profissionais vão diminuindo; vai sofrendo reprimendas e os outros vão tomando conhecimento do abaixamento do seu nível de trabalho; esta fase pode durar anos. O carácter vai-se modificando progressivamente, ou aumentando a irritabilidade ou caindo no isolamento, até ao momento em que as complicações hepáticas ou neurológicas, o obriguem a procurar o médico ou a hospitalizar-se.

Vem entretanto a *amnésia afectiva*; em geral o esquecimento é selectivo, dirigindo-se mais para a pessoa que o doente quer esquecer, sobretudo depois da morte de uma pessoa da família, de quem gostou.

## A SAÚDE E DOENÇAS DAS «IDADES AVANÇADAS» NO HOMEM E NA MULHER

Por «idades avançadas» designam-se as idades de dois períodos da vida, o primeiro dos 60 aos 70 anos e o segundo depois dos 70 anos. Estas idades estão sujeitas a doenças particulares, cuja percentagem varia com os sexos e a que nos vamos referir neste artigo (1).

O Dr. O. Gsell, professor de medicina da policlínica médica da Universidade de Basileia (Suíça) dá-nos o seguinte resultado obtido nos doentes que examinou na sua clínica:

A *diabetis* aparece, na proporção de 12 a 14 por cento dos doentes de idade, na consulta do meu hospital, mas entre eles, 16 % são homens e 20 % mulheres. A *diabetis* senil é frequentemente acompanhada de complicações, 45 % nos homens e 36 % nas mulheres, das quais as doenças da retina são particularmente frequentes; mas o regime e os anti-diabéticos orais, são suficientes em 75 % dos casos.

Nos doentes de mais de 70 anos, a percentagem averiguada foi:

Doenças	% em Homens	Mulheres
Hipertensão . . . . .	20,0	25,7
Arterioesclerose geral . . . . .	8,6	10,0
Esclerose coronária . . . . .	1,4	4,3
Insuficiência cardíaca . . . . .	14,3	8,6
Esclerose cerebral . . . . .	2,9	10,0
Enfisema e bronquites . . . . .	12	2,9
Diabetis . . . . .	12,9	14,3
Tumores malignos . . . . .	9,9	8,6
Artroses e artrites . . . . .	4,3	8,5

O aspecto clínico dos doentes de idades avançadas é caracterizado, por um lado, pela multiplicidade das doenças no mesmo doente e, por outro lado, pela predominância de doenças do sistema circulatório, pelo aumento da frequência dos casos de diabetes, de bronquite, de hipertrofia prostática, da cistite e dos tumores malignos.

Como o período normal da vida se tem prolongado, o número das «doenças das pessoas de idade» está aumentando na mesma proporção.

Um inquérito feito na Suíça, nos cantões de Genève e de Vaud, mostrou que o número de pessoas de mais de 65 anos, triplicou desde 1880, mais do que a população de menos de 15 anos; verificou-se igualmente que no grupo de mais de 65 anos, o número de mulheres tem uma tendência crescente e regular para se tornar maior do que o número dos homens; esta tendência ainda é mais elevada na população dos Estados Unidos. A proporção na Suíça dos homens e das mulheres de mais de 65 anos, que em 1880 tinha a proporção de 280 homens para 340 mulheres, passou em 1960 para a proporção de 470 homens para 690 mulheres. No cantão de Vaud, na proporção entre os viúvos, verificou-se que o número de viúvas passou de 5.058 em 1880 para 14.079 em 1960, enquanto que o número de viúvos passou de 2.670 a 4.348; o número das mulheres solteiras era de 921 em 1880 e de 4.741 em 1960, enquanto os homens solteiros passaram de 863 a 1.916.

Há portanto uma tendência crescente para aumentar a proporção entre os homens e as mulheres, solteiros e viúvos, que aumenta em relação às proporções nos grupos de idades inferiores aos 65 anos.

Podem encontrar-se várias explicações para estas diferenças. Uma das explicações sobre a diferença da longevidade nos dois sexos é a das mulheres, em geral, não dispenderem tantos esforços violentos durante a vida como os homens; esforços tanto físicos, como mentais.

A explicação referente à longevidade em geral, consiste nos cuidados que hoje se têm com as crianças, com as mães antes e depois do parto e com a saúde durante toda a vida. Já em artigos publicados nos «Estudos» nos referimos aos cuidados que se devem ter com a conservação da saúde, entre os quais avulta, pela sua importância, o estudo sobre as auto-intoxicações intestinais, publicado no n.º 12 (4.ª série) que são a causa da degenerescência precoce do fígado, rins e de todo o estado geral e que se combatem pelo uso permanente dos bacilos lácticos.

#### CURIOSIDADES

Opiniões sobre as mulheres — As mulheres compreendem tudo, com excepção do seu marido — *Chesterton*.

Correr atrás das mulheres, não é perigoso. O que é perigoso é alcançá-las — *H. G. Wells*.

Quanto não seriam agradáveis as mulheres se elas não quisessem ser absolutamente felizes! — *Restif de la Bretonne*.

## O DINHEIRO

### E O CONTACTO DAS DOENÇAS PERIGOSAS

Recortámos do Boletim «Prevenção» de Novembro de 1965:— Presto serviço há já alguns anos como escriturário de uma firma que tem ao seu serviço cerca de 150 operários. A meu lado, no mesmo escritório, entre outros funcionários, trabalha também o Caixa, que, como o seu próprio nome indica, tem a seu cargo como função exclusiva o serviço de recebimento, pagamento e guarda de dinheiros, função esta perigosíssima no que respeita ao contágio a que acima refiro, se não houver o máximo de cuidados, o que sucede com este funcionário, pouco escrupuloso na higiene das suas atribuições.

Se ponderarmos um pouco e acompanharmos com o pensamento o triste fado do dinheiro, que passou desde as mãos do mendigo que anda de feira em feira, pedindo esmolos, com o corpo coberto de feridas incuráveis, desde a carteira daquele que veio a falecer num sanatório, vítima de doença incurável, e de tantos outros mais que não sofrendo embora de tais achaques, exercem profissões pouco recomendáveis, chegamos à conclusão de que aquele precioso metal vem portador das mais perigosas moléstias que encontrou na sua viagem, até chegar às mãos do Caixa.

Vejamos agora o que poderá suceder a este funcionário quando, por exemplo, procede ao pagamento do pessoal.

É habitual vê-lo, para proceder à contagem do dinheiro em papel, «lambendo» sucessivamente os dedos com saliva da sua boca em vez de utilizar a almofada apropriada, facto que lhe tem tantas vezes sido chamada a atenção pelo nosso chefe.

Recordo a atitude engraçada de um velho clínico meu conhecido, que sempre que se encontrava no seu consultório a ministrar consultas aos seus doentes, tinha a seu lado a gaveta do cofre sempre aberta e eram os próprios doentes que depositavam o valor da consulta e retiravam o troco, para aquele senhor evitar o contágio do dinheiro.

#### CURIOSIDADES

**A importância do «hábito»**— O «hábito» é o factor mais activo da civilização e o seu grande regulador; é o hábito que disciplina as vontades para uma orientação comum, que transforma a *tendência individual em tendência colectiva*. O conjunto dos usos e dos costumes está na base de toda a legislação; é ele que forma o código dos nossos sentimentos, que foi sendo criado à medida da sua necessidade; o homem submeteu-se sempre à sua força, criando uma regra social, que entrava os movimentos excessivos para que a sua natureza o quer arrastar.

Prof. E. Schaub Koch



# SERVIÇOS DE URGÊNCIA SANITAS

Aluguer de camas articuladas, cadeiras para paralíticos  
e serviço de oxigénio medicinal

O êxito e o incremento que se tem verificado no recurso ao «Serviço de urgência Sanitas», desde que ele foi montado há mais de 25 anos, levaram-nos naturalmente a pensar no seu alargamento e na necessidade da sua divulgação.

Quer em casos de gravidez, de doentes do coração, de acidentes de qualquer espécie ou de doenças prolongadas, o «Serviço de urgência Sanitas» tem estado presente em tais circunstâncias, através o fornecimento das suas camas articuladas, tornando-se muito cómodo para os médicos, pessoas de família e, sobretudo, para o conforto dos doentes.

Hoje, porém, esse «serviço» alargou-se até às cadeiras para convalescentes e paralíticos e a um serviço de urgência de oxigénio medicinal, nas condições que a seguir se detalham.

Antigamente este serviço só estava montado para Lisboa. Hoje, porém, estendeu-se a todo o País.

## CAMA ARTICULADA:

Taxa fixa para desinfecção e pintura . . . . .	100\$00
Aluguer diário — nos primeiros 30 dias . . . . .	10\$00
cada dia a mais . . . . .	7\$50
Transporte na área de Lisboa, em viatura da casa, com 2 homens para montagem e desmontagem no final . . . . .	90\$00
<b>COLCHÕES DE ESPUMA DE BORRACHA</b>	
Aluguer diário — nos primeiros 30 dias . . . . .	10\$00
cada dia a mais . . . . .	7\$50

NOTA — No caso do doente ter a cama em seu poder por menos de 30 dias será reembolsado do diferencial respectivo.

## SERVIÇOS DE URGÊNCIA SANITAS

### CADEIRAS COM RODAS PARA CONVALESCENTES E PARALITICOS



Cadeira articulada para transporte de doentes, modelo de fechar, em tubo de aço cromado.

Assento e encosto em pergamóide.

Apoio dos pés, reguláveis.

Aros cromados, fixos às rodas para autodeslocação.

Travões às rodas traseiras.

Preço — Esc. 3.150\$00

Aluguer Diário:

Nos primeiros 30 dias . . . 6\$50

Cada dia a mais . . . . . 5\$00

### SERVIÇO DE URGÊNCIA DE OXIGÉNIO MEDICINAL

Aluguer diário do depósito  
e respectivo debitómetro  
e frasco humidificador . . . 5\$00

Cada metro cúbico de oxigénio consumido . . . 15\$00

Portes de conta do cliente.

NOTA — Os tubos de latex, olivas nasais e tubos em Y, por não ser aconselhável a sua utilização por outros doentes, não alugamos. São facturados à parte e ficam propriedade do doente.

EM QUALQUER EMERGÊNCIA,  
O «SERVIÇO DE URGÊNCIA  
SANITAS» ESTÁ AO DISPOR DE  
V. EXA.

TELEFONES 32 10 78 - 36 67 26

