

CONSIDERAÇÕES

SOBRE

A HYGIENE DA MULHER

DURANTE

A PUBERDADE, E APPARECIMENTO PERIODICO

DO FLUXO CATAMENIAL.

THESE

Que foi apresentada a' Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro, e sustentada em
10 de Dezembro de 1841,

PERANTE

S. M. I. O SENHOR D. PEDRO II.;

POA

José Cavares de Aello,

NATURAL DE QUELUZ (PROVINCIA DE MINAS GERAES),

DOUTOR EM MEDICINA PELA MESMA FACULDADE.

Lorsque sur la nature on règle ses besoins,
Un corps robuste et sain en est la récompense.
TOCATALLA.



RIO DE JANEIRO,

TYPOGRAPHIA UNIVERSAL DE LAEMMERT,

Rua do Lavradio, N.º 53.

1841.

I/99

168.19.01.82

FACULDADE DE MEDICINA

DO RIO DE JANEIRO.

DIRECTOR.

O SR. DR. MANOEL DE VALLADÃO PIMENTEL.

LENTES PROPRIETARIOS.

Os Srs. DOCTORES :

1.º ANNO.

F. F. ALLEMÃO, <i>Examinador</i>	{	Botânica Medica, e principios elementares de Zoologia.
F. DE P. CANDIDO.....		Physica Medica.

2.º ANNO.

J. V. TORRES HOMEM, <i>Examinador</i>	{	Chymica Medica, e principios elementares de Mineralogia.
J. M. NUNES GARCIA, <i>Examinador</i>		Anatomia geral e descriptiva.

3.º ANNO.

D. R. DOS G. PEIXOTO.....	{	Physiologia.
J. M. NUNES GARCIA.....	{	Anatomia geral e descriptiva.

4.º ANNO.

J. J. DE CARVALHO.....	{	Pharmacia, Materia Medica, especialmente a Brasileira, Therapeutica e Arte de formular.
J. J. DA SILVA.....		Pathologia interna.
L. F. FERREIRA.....		Pathologia externa.

5.º ANNO.

C. B. MONTEIRO, <i>Examinador</i>	{	Operações, Anatomia topographica e Aparentos.
F. J. XAVIER.....		Partos, Moléstias de mulheres peçadas e paridas, e de meninos recém-nascidos.

6.º ANNO.

J. M. DA C. JOBIM.....	{	Medicina Legal.
T. G. DOS SANTOS, <i>Presidente</i>	{	Hygiene e Historia de Medicina.

M. DE V. PIMENTEL.....	{	Clinica interna e Anat. Pathologica respectiva.
M. F. P. DE CARVALHO.....	{	Clinica externa e Anat. Pathologica respectiva.

LENTES SUBSTITUTOS.

A. T. D'AQUINO.....	{	Secção das Sciencias accessorias.
A. F. MARTINS, <i>Examinador</i>		
J. B. DA ROSA.....	{	Secção Medica.
L. DE A. P. DA CUNHA.....		
D. M. DE A. AMERICANO.....	{	Secção Cirurgica.
L. DA C. FEIJO'.....		

SECRETARIO.

DR. LUIZ CARLOS DA FONSECA.

N. B. Em virtude de huma Resolução sua, a Faculdade não approva, nem reprova as opiniões emitidas nas theses, as quaes devem ser consideradas como proprias de seus autores.

AOS MANES DE MEU SAUDOSO PAI,

Á MINHA CARINHOSA E BOA MÃE,

Á MEUS IRMÃOS E CUNHADOS,

EM PARTICULAR

Á MEU CUNHADO

☉ Ill.[™] Sr. Capitão José Ignacio Gomes Barboza, filho,

E Á MEU IRMÃO

☉ Sr. Luiz Gonzaga de Mello,

Pequeno tributo do mais puro amor filial e fraternal.

J. Cavares de Mello.

ÁS PESSOAS DA MINHA AMIZADE

E MUI ESPECIALMENTE

AOS MEUS INTIMOS AMIGOS

○ Ill.^{mo} Sr. Doutor Domiciano da Costa Moreira,

E AO MEU PRIMO

○ Ill.^{mo} Sr. Major Domingos da Cunha Lopes,

Limitado, mas sincero signal de cordial amizade e gratidão de

INTRODUÇÃO.

A mulher, essa doce e inseparavel companheira do homem, a quem a natureza confiou a transmissão perpetua da vida, para conservar a eterna mocidade do Universo por meio da geração, está como elle exposta a innumeraveis agentes destruidores da existencia humana, e productores d'uma infinidade de molestias, que lhes são communs; mas além dessas couberão-lhe ainda em partilha muitas outras inherentes ao seu sexo; cada periodo da sua vida é assignalado por novos soffrimentos, o que infelizmente attesta a observação quotidiana.

Quem ignora as funestas consequencias dos perigos por onde passa nos tempos, tanto d'esperanças, como de desenganos? Taes considerações, mostrando cabalmente a avultada somma de direitos, que ella tem aos desvelos dos verdadeiros amigos da humanidade, nos induzirão a que, em cumprimento do dever sagrado imposto pela *Lei*, afim de obtermos o honroso grau de Doutor em Medicina, preferissemos, para objecto da nossa

CONSIDERAÇÕES

SOBRE

A HYGIENE DA MULHER

DURANTE

A PUBERDADE E APPARECIMENTO PERIODICO

DO FLUXO CATAMENIAL.

Definição, e Divisão da Hygiene.

A Hygiene é geralmente definida, a parte da Medicina, que tem por fim a conservação da saúde. Ella considera o homem reunido em sociedade, ou vivendo isolado; no primeiro caso recebe o nome de *Hygiene publica*, no segundo o de *privada*, ou *individual*. Esta se divide em *geral*, isto é, a que convem a todo o individuo, independente das circumstancias de idade, sexo, constituição, &c. &c.; e *especial*, a que convem a cada constituição, sexo, idade, idiosyncrasia, &c. &c.

É da Hygiene especial da mulher, restricta á puberdade e menstruação, de que nos vamos occupar.

Indicações hygienicas convenientes d boa harmonia dos phenomenos da puberdade.

A puberdade, que se tem alternativamente chamado primavera da vida, momento de felicidade, estação dos prazeres, é a idade, que, succedendo immediatamente a infancia, precede a mocidade, da qual

é o prelúdio, ou o principio. É o momento da vida, onde a natureza, depois de ter dado aos principaes órgãos da economia a maior parte do desenvolvimento, que devem ter, concede ao individuo de cada sexo os meios respectivos, pelos quaes elle deve concorrer para a propagação da sua especie.

Quando uma menina aproxima-se ao termo da perfeição necessaria para poder gozar o respeitavel nome de mãe, e deixa entrever essa perturbação moral, inquietações vagas, e todos os mais signaes precursores da puberdade, reclama da parte das pessoas encarregadas de promover a sua felicidade uma sollicitude particular, e cuidados dirigidos para um fim differente d'aquelle, que ella exigia até então.

Durante a infancia, as propriedades vitaes tendião a propagar-se igualmente sobre todos os órgãos, agora esta justa repartição, em vez de effectuar-se em irradiações excentricas, cessa, para concentrar-se nas partes sexuaes, cujas funcções se desenvolvem no segundo periodo da existencia: o que é verdadeiro não só para o systema physico, como para o moral. Na infancia os actos da intelligencia se executão quasi com a mesma energia; na puberdade as faculdades intellectuaes se perturbão por causa do repentino desenvolvimento d'uma nova qualidade moral, que muitas vezes influindo sobre ellas, lhes subtrahê a actividade, e faz com que pareção unicamente obrar por sua intervenção.

Esta revolução, que é o principio da puberdade, apparece ordinariamente aos doze ou treze annos, e o seu complemento ou terminação effectua-se aos quatorze ou quinze, pouco mais ou menos, pela apparição do fluxo catamenial, especie de evacuação sanguinea, a que está sujeito o sexo feminino mais da metade da sua vida, e cuja volta periodica a tem feito designar pelos nomes de fluxo catamenial, regras, mezes, &c. Mas o tempo, em que principia e finalisa, como o espaço intercorrido, é variavel, segundo diversas particularidades. Nos paizes frios ella apresenta-se muito mais tarde, do que nos quentes, onde a mulher aos dez annos pôde gozar de todas as prerogativas da maternidade. As causas desta variedade são ainda a constituição particular do individuo, e as circumstancias sociaes em que vive. É claro, que uma menina de temperamento eminentemente sanguineo, submettida a uma funcção, cuja execução periodica é precedida de todos os signaes, que caracterisão uma excitação geral, e um estado de

plenitude extrema do systema circulatorio, será muito mais cedo regradada, do que aquella, em que predomina a plethora lymphatica.

Entre as circumstancias dependentes do estado social, como a educação, a natureza particular dos alimentos, e as differentes especies de exercicios quotidianos, a primeira é mais influente. Seus resultados são taes, que as meninas educadas nas cidades populosas, onde tudo que as cerca tende a excitar prematuramente o orgão da intelligencia, são regradadas muito antes, do que as que passam a infancia na doce tranquillidade da vida campestre: ainda que entre estas não contribua pouco para a retardação a frugalidade de sua alimentação, e o genero de exercicios a que se entregão. Com effeito, os trabalhos em ar livre fixão longo tempo as forças vitaes sobre os orgãos da locomoção, excitão vivamente a transpiração insensivel, que substitue até certo ponto o fluxo menstrual.

O seu primeiro apparecimento é annuciado por todos os signaes, que denotão a plenitude do systema circulatorio, e pelos phenomenos, que exprimem a perturbação das outras funcções da economia. Primeiro que tudo, a calorificação augmenta-se, a menina experimenta anciedades, e lassidão geral, depois resente dores vagas, como torpentes nos lombos, hypogastro, virilhas, bacia, perinéo, e coxas; dorme pouco, ou demasiadamente; a cabeça é pesada, quente e dolorosa; o pulso forte, acelerado e desigual. Os seios se intumescem e endurecem adquirindo uma tensão dolorosa. As urinas são mais coradas, e sedimentosas, e algumas vezes correm involuntariamente. A pelle, principalmente a da face, é séde de inflammações superficiaes, leves efflorescencias, e até mesmo de manchas pustulosas. Os olhos são ordinariamente vermelhos, sensiveis e lacrimantes; suas palpebras, sobretudo as inferiores, tomão uma cór rosacea puxando ao roxo. Não é raro sobrevirem epistaxis, e escarros sanguinolentos.

Nesta occasião as partes genitales, desde algum tempo engorgitadas, dão sensação de prurido, se humedecem com um humor lymphatico, corado apenas, porém que pouco a pouco vai tomando o character de um sangue vermelho. Então a exaltação vital diminue; a erecção geral de toda a economia desaparece; os olhos perdem a viveza, tornão-se ternos, fundos, e circumscriptos inferiormente por um circulo livido. A menina como aterrada, do que se tem operado em si, jaz por algum tempo submergida no abatimento e na languidez. Em fim, o

utero, que se tinha levemente abaixado, eleva-se, toma o seu lugar; está proprio para a conceição; a calma renasce; tudo entra em ordem; cumpriu-se o voto da natureza.

Os cuidados geraes, que reclama a mulher durante esta crise brilhante e tempestuosa, consistem em preencher duas indicações: 1.^a moderar a excitação momentanea do systema circulatorio, 2.^a dirigir os esforços da natureza de tal sorte, que elles manifestem sua acção principal sobre os órgãos sexuaes, para os quaes as forças vitaes devem, por assim dizer, se dirigir e concentrar.

De todos os meios para preencher a primeira indicação, o mais proprio é o regimen alimentar. E se a observação, de acordo com o raciocinio, tem demonstrado que os alimentos leves são mais appropriados á natureza, e delicadeza de sua organização, agora mais que nunca aconselha attencioso cuidado a seu respeito. Por isso elle se comporá de vegetaes, os herbaticos de preferencia, de carnes brancas, de filhotes de animaes, que contendo grande quantidade de gelatina, se tornão laxativos, de comidas de facil digestão, e preparadas o mais simples possivel. A agoa com pequena porção de vinho, a congonha, o mate, as bebidas refrigerantes e ligeiramente acidulas, são as de que mais se deve usar. Regeitar-se-hão as comidas salgadas, apimentadas, os fructos ácidos verdes, as substancias excitantes, o uso continuado do chá e do café, e licores alcoolicos. Convem ter em lembrança que não só a quantidade, como a qualidade dos alimentos carecem ser proporcionaes ás forças do apparelho digestivo. Todos sabem que a muita comida sobrecarrega, e fatiga o estomago, o que é muito perigoso por exaltar a actividade desta viscera, particularmente nesta época, em que os menores excitantes podem apartal-a do estado normal.

Os banhos quentes podem tornar-se poderosos coadjuvantes deste regimen, e contribuir para destruir o erectismo da pelle, adoçar seu tecido, e favorecer a desaparição das efflorescencias já mencionadas.

As emissões sanguineas, principalmente as sangrias geraes, são quasi sempre contra-indicadas, e não se poderá justificar seu emprego, senão nos cazos, em que existir uma phlegmasia aguda, e profunda de algum órgão importante. Outro tanto se dirá dos vesicatorios, rubificantes, purgantes, e de qualquer outro derivativo, excepto quando houver indicação precisa.

Estes meios *temperantes* não se limitão só a moderar o estado de excitação geral ; elles contribuem tambem a diminuir a susceptibilidade nervosa , e a extrema energia do cerebro. Pois ainda que elle seja mais influido pelos excitantes moraes , do que pelos estimulantes *physicos* , todavia está , como os outros órgãos , submettido á acção dos diversos elementos de exaltação , que lhe são transmittidos por via da circulação.

Para dispôr favoravelmente os órgãos da geração , particularmente o utero , a tornar-se a séde da irritação , que precede a exalação menstrual , o que constitue a segunda indicação , bastão de ordinario os meios os mais simples : o passeio em carruagem , e á pé , a carreira , os jogos , que exigem excessos , o uso de calções de flanela , fricções em roda da bacia e nos membros inferiores , são os mais convenientes para favorecer a apparição das regras. Outras vezes é necessario empregar-se outros mais energicos , como a equitação , meios banhos bastante quentes , pediluvios sinapisados ; em fim fumigações aromaticas , fomentações excitantes na região hypogastrica , ventosas seccas na parte interna e superior das coxas , e mesmo a applicação de algumas sanguessugas á vulva. Porém na maioria dos casos os esforços da natureza , e a feliz constituição do individuo , são sufficientes para estabelecer tão importante funcção.

Julgamos nesta occasião á proposito dizer alguma cousa sobre o traje e vestes das mulheres , por ser um dos objectos pertencentes ao dominio especial da hygiene , que pode concorrer grandemente para o bom ou máo estado de sua saude , e que por isso tem dado origem a mui judiciosas criticas.

As vestes gozão da preciosa vantagem de ornar , garantir a superficie do corpo da impressão immediata do ar , e de annular as influencias e vicissitudes atmosphericas : importa muito pois appropriar-as ao estado particular em que estiverem as mulheres , e ao gráu da temperatura reinante. No inverno usarão de roupas de lã , ou séda , e no estio das de linho , e algodão , procurando sempre entreter em todo o corpo um calor moderado e agradável , evitando , quanto ser possa , as transições repentinas d'uma temperatura á outra , que produzem frequentemente milhares de enfermidades. Por isso lhes convem trazer sempre o peito e os braços cobertos , sobre tudo durante o tempo das regras. Não basta sómente appropriar-as ás

alternativas atmosphericas; é preciso ainda, que tenham uma capacidade sufficiente, para não dificultarem a liberdade dos movimentos musculares, e não exercerem compressão em parte alguma do corpo. A parte das vestes, que merece mais censura, é o meio de constricção circular, conhecido pelo nome d'espartilhos, de que se servem, ou para dar ao corpo uma delicadeza que não deve ter, ou para disfarçar certos defeitos, que muitas vezes se tornão maiores. Os espartilhos, principalmente os construidos com fortes laminas d'áço, barbatanas duras e resistentes, mal feitos, e muito apertados, offerecem o inconveniente de estreitar as paredes do peito, impedir a expansão dos pulmões, favorecer a stase do sangue em seu interior, e augmentar por conseguinte o numero das victimas da phthysica, e outras affecções pulmonares. O coração tambem encontrando poderoso obstáculo para a sua inteira dilatação, redobra d'acção para ganhar em presteza, o que perde em expansão; circumstancia, que, por si só, poderia em muitos casos explicar as palpitações frequentes, que experimentão algumas mulheres, e que se tornão o preludio d'uma disposição anevrismatica; de comprimir em fim dolorosamente as glandulas mammarias, determinando-lhe engorgitamentos, e indurações cancerosas, que ás vezes necessitão de cruceis, e mesmo de mortaes operações. Semelhante constricção jámais pode effectuar-se, sem que incorrão em grandé perigo, mui particularmente na idade da puberdade por obstar o crescimento dos seios, e o desenvolvimento do thorax, cuja capacidade diminue pelo alongamento do corpo. Porém ellas então, procurando com avidez todos os meios de agradar, e reconhecendo o apreço, que damos a um porte elegante, e a um talhe esbelto, concorrem por si mesmas a sacrificar a belleza natural de suas fôrmas á vontade extravagante, mas imperiosa, da moda. Persuadão-se que pouco, ou nenhum partido tirão deste meio; a belleza não consiste só em ter um corpo, e uma cintura excessivamente delgados. Cubrão suas fôrmas com graça, ornem-se com gosto e simplicidade, que verão realçar sua formosura. Eu convenho que se use de espartilhos; mas desejo que se previnão seus excessos: um espartilho elastico adaptado á fôrma do corpo, que não comprima as cavidades thoracicas, munido de bolsos espaçosos para envolver os seios sem comprimi-los, bem feito, e com barbatanas largas, delgadas, e flexiveis para impedirem as pregas, que resultarem dos movimentos musculares, e mediocrementemente

cerrado, tem a vantagem de sustentar os órgãos da lactação, *augmentar* a energia dos musculos do abdomen, de dar-lhes graça e elegancia, concorrendo assim para um dos seus mais ardentes desejos, *reinar em* todos os corações pela formosura.

Se á confeição e á applicação methodica das vestes ajuntar-se um melindroso accio, e limpeza de todo o corpo sempre *entretida com* agoa, cuja presença não seja alterada por cosmetico algum, *ter-se-hão* exposto os meios os mais proprios para conservar ou dar ás meninas a frescura, belleza de côr, delicadeza, e elegancia naturaes do corpo e das feições, e todas as vantagens exteriores, que tem tão poderosa ascendencia sobre o coração humano, e que mesmo contribuem para a felicidade da vida.

Convem ainda, para preencher a segunda indicação, *attender* muito e dirigir bem o moral das puberes, pois que d'uma boa direcção pode depender não só sua saude e felicidade, como a das pessoas destinadas a viverem com ellas.

Nada contribue a exaltar, e deterioral-o como o desenvolvimento das faculdades intellectuaes além do limite que a natureza lhes ha traçado. Tristes exemplos attestão todos os dias a inutilidade, e até o perigo de obrigar as meninas á cultura das sciencias, e demonstrão os inconvenientes d'uma applicação muito sustentada, e a pernicioso influencia que ella exerce sobre a saude. A excitação prolongada do cerebro não se limita só a fazer d'elle o centró exclusivo d'acções e movimentos, enfraquecendo a energia dos outros órgãos; mas o força tambem a tornar-se a séde d'uma susceptibilidade, que occasiona cephalalgias, doenças nervosas, e outras muitas affecções, que envenenão os mais bellos dias da existencia das mulheres.

A especie de imperio, que exercem na sociedade, exige que ellas não sejam ignorantes; porém não lhes é devido o mesmo grau de instrucção dos homens, cujos destinos partilhão e embellezão. O estudo moderado das artes de recreação é o unico, que lhes convem; porém sómente como meio de adoçar as tristezas, suavisar o aborrecimento da solidão, lançar sobre o curso de sua vida doces e agradaveis distracções, de variar em fim os prazeres distrahindo-as em seus trabalhos.

Felizmente entre nós esta é a marcha regular, não estando em voga a applicação de estudos forçados e occupações scientificas: contentando-se seus pais em mandal-as para collegios, onde de ordinario aprendem,

o que mais lhes convem. É necessario porém, e da mais alta importancia, que estejam attentos a chamal-as para perto de si, logo que appareça qualquer signal, que annuncie aproximar-se a puberdade, a fim de exercerem sobre ellas uma vigilancia em todos os instantes. Quem poderá contestar os perigos, a que estão sujeitas no caso de ahi permanecerem? As pessoas encarregadas de sua educação, ainda que muito zelosas, não podem vellar á cada huma em particular. Achan-do-se ellas neste tempo, mais que em qualquer outro, dotadas d'uma organização eminentemente impressionavel, e atormentadas sem cessar por uma melancolia amorosa, tornão-se tristes, languidas e distrahidas, formão ligações intimas, adquirem em pouco tempo habitos funestos, que dilacerão muitas vezes o véo do pudor e fazem perder a seductora innocencia, que é o mais bello ornato d'uma moça.

Comtudo, se a epoca da puberdade é o momento em que ellas teem mais necessidade de habitar o tecto paterno, não é precisamente aquelle, em que se lhes deve conceder todos os divertimentos da sociedade: as relações muito directas com pessoas do outro sexo em bailes e outras reuniões, não deixarão de produzir consequencias funestas a uma imaginação ardente em desejos, porém sem fingimento, sem experiencia, por isso mesmo muito disposta a se deixar acarretar pela paixão do amor, que a domina; e como ella não se ha de perturbar entretida durante a noite em um estado continuo d'excitação pelo clarão das luzes, estrondo da muzica, agitação do baile e da conversação? Ajunte-se a isto a inspiração d'um ar sempre viciado pelo fumo das velas, pelo cheiro da multidão de essencias, e perfumes, que lhes fornece o luxo, e finalmente pelos vapores mephiticos, que se elevão inevitavelmente no seio de todos os concursos numerosos: e ver-se-ha que os resultados não podem ser bons.

A frequentação dos theatros deve tambem ser cuidadosamente evitada, comò provocadora de desejos, e conhecimentos adequados ao gosto presente.

A leitura dos romances, e folhetins merece completa proscripção, como mui propria a falsificar o entendimento das meninas, e apartal-as dos deveres, que a natureza, e a sociedade impõe ao seu sexo. E se ha na vida da mulher um tempo, onde este genero de leitura pode ser observado como verdadeira causa predisponente de doenças, é indubitavelmente este, em que todas as suas faculdades se achão dominadas

pela necessidade d'experimentalizar o sentimento, que a maior parte destas obras apresenta sempre d'uma maneira imaginaria, e exagerada.

Mas apesar de todas as precauções, e cuidados convenientes para evitar a exaltação da imaginação, acontece frequentemente, que os desejos de felicidade e de amor, tão doces em sua ingenua candura, de vagos e moderados que erão, tornão-se ardentes, continuos e irresistiveis, e que a voz da razão e do pudor se cala diante d'esta chamma devorante. Em luta tão desigual, onde a natureza está por instantes a manietar as instituições sociaes, é urgentissimo insistir sobre todos os meios, que forem capazes de exercer uma poderosa diversão nas operações do entendimento, contrabalançar e destruir a excitação erotica. A experiencia prova que os mais efficazes são as differentes especies d'exercicios corporaes, cuja duração e natureza serão appropriadas, quer á intensidade da exaltação, quer á constituição individual. A fabula, que nos apresenta Diana como deusa da caça e da castidade, é sem duvida uma das allegorias engenhosas, de que se servião os antigos para attestar que reconheciao nos trabalhos do corpo o poder de embotar, e até destruir os agulhões do amor. Verdade esta confirmada por Ovidio, no seguinte verso :

Otia si tollas, perière Cupidinis arcus.

O passio em carrinhos tem sido sufficiente para apagar em algumas as chammas d'esta terrivel disposição : mas para obter d'este exercicio, passivo em si, um successo feliz, é necessario que as rodas sejam baixas, e que elle ande descoberto; os abalos ligeiros, porém repetidos, favorecendo o desenvolvimento da constituição physica, se opporão á tumultuosa e desordenada acção do orgão das volições, que achará de mais uma poderosa causa de distracções na multidão de objectos, que a cada instante tocão a vista. Uma vigilancia activa, a dieta lactea e vegetal, a precaução de nunca deixal-as sós, o uso dos banhos e de fazel-as deitar tarde, e levantar-se cedo, as occupações domesticas, o estudo da geographia, historia, dezenho, e sobre tudo os principios da sã moral, são os meios aos quaes poder-se ha recorrer quasi sempre com successo. Bem claro fica que por moral não se devem entender as leis exageradas d'uma austera religião. Quem não tem visto moças, sentindo a necessidade e o desejo de amar, tornarem-se devotas, pro-

curarem, e acharem no culto, e no amor dos objectos sagrados, o alimento de ternas emoções?

Eis as vistas geraes, segundo as quaes a prudencia requer que se imprimão ás faculdades intellectuaes das meninas chegadas á idade da puberdade, para moderar ou mesmo previnir a excitação do systema cerebral, que exerce, como se sabe, uma influencia activa sobre a frequencia, natureza, e intensidade das doenças nervosas.

Inapparição das regras e dos outros phenomenos da puberdade no tempo proprio, e Meios de trazer as funções a seu typo natural.

« Sans le flux menstruel la beauté ne naît point ou s'efface, l'ordre des mouvemens vitaux s'altère, l'âme tombe dans la langueur, et le corps dans le dépérissement. »

Até aqui indicando os meios principaes de harmonisar a acção, que deve existir entre todos os órgãos encarregados de assignalar em common a aptidão para a reproducção, temos considerado as meninas em condições taes, que nellas execute-se com mais ou menos regularidade a integridade das funções, que se exprimem pelos differentes phenomenos da puberdade. Seria muito para desejar que as causas se passassem sempre assim: mas infelizmente existem algumas circumstancias, nas quaes um estado de alteração geral de constituição disposta a doenças, e mesmo viciosa, fórma um obstaculo ao livre exercicio dos órgãos, destroe a tendencia que lhes é propria, para exercerem as funções, a que a natureza de sua formação os dispõe em epoca quasi invariavel.

Este estado deve variar tanto, quanto as causas, que o produzem; e não nos sendo possivel tratar de todas sem entrar no dominio exclusivo da pathologia, limitar-nos-hemos a appresentar o que se observa ordinariamente, sem que se possa attribuir a vicio de conformação, ou a lesão profunda d'uma parte qualquer da economia.

As meninas, que (neste caso) não podem revestir-se dos caracteres da nubilidadade, são quasi sempre tristes, suspirão, chorão involuntariamente e sem motivos, procurão a solidão por uma sorte de instincto

melancolico, que parece cubrir com seu lugubre véo a maior parte de suas sensações, e de suas ideias. Acarretadas por huma vontade irresistivel para o repouso, encarão os exercicios os mais moderados como um trabalho penoso, soffrem displicencias, e entorpecimentos. Os olhos abatidos exprimem o languor, que acompanha o predominio lymphatico, bastante caracterisado pela palidez extrema e esverdinhada de todo o habito exterior do corpo, flaccidez das carnes, intumescencia quasi edematosa da face e dos membros inferiores. Não é raro observar-se grande susceptibilidade nervosa, sobrevirem syncopes, tósse secca, violentas cephalalgias, palpitações, que se augmentão com o menor excesso. Muitas são atormentadas por terrores nocturnos; e a incerteza e perturbação, em que se acha nellas o orgão do entendimento, collocão-nas em um estado d'indolencia moral, visinho da estupidez, ou engendra na maior parte gostos extravagantes e appetites depravados. Todo este cortejo de accidentes, e outros mais, são acompanhados de alteração mais ou menos intensa das vias digestivas, exprimida por dores epigastricas, borborygmos, diarrhéa forte, ou constipação pertinaz. A reunião das alterações pathologicas, que acabamos de esboçar, e a inaparição do fluxo menstrual, e dos outros phenomenos da puberdade, coincidindo com essa perturbação notavel da economia, e resultante da falta d'excitabilidade dos orgãos, por meio dos quaes a mulher concorre para o acto da reproducção, teem a maior parte dos nosologistas denominado *palidas côres*, ou *chlorosis das puberes*.

Abstrahindo-se das opiniões divergentes que emittem os auctores quanto á designação da séde, e explicação dos phenomenos morbidos, que a dão a conhecer, nota-se que todos são concordes sobre seu character especial, e a fazem consistir em um estado de debilitação geral, que exprimem pelos nomes de *atonía*, *asthenia*, ou *adynamia*; reconhecem tambem como constantes a inactividade do systema circulatorio sanguineo, a frouxidão das faculdades intellectuaes, e a falta d'excitação cerebral no sentido do amor. Sendo necessario porém prestar-se muita attenção á natureza das condições moraes e physicas, em que se achão ordinariamente as meninas chloroticas, passamos a descrevel-as resumidamente. Basta sem duvida o mais superficial exame para mostrar que quasi todas teem soffrido affecções moraes, tristes e prolongadas, medo e terror continuos, passado a maior parte da sua infancia nas mais dolorosas privações, em reserva, exaggerada, ou dependencia ab-

soluta e algumas vezes tyrannica. Quanto ás condições physicas experimentarão longas doenças, estiverão submettidas a má alimentação, vigílias excessivas, trabalhos acima de suas forças ou a completa ociosidade, e abundantes hemorragias; ou habitarão lugares baixos, humidos e pantanosos. Causas estas bastante proprias para enfraquecer a energia das funcções cerebraes d'uma parte, e da outra a dar ao systema lymphatico um predominio excessivo.

O cerebro então desviado da direcção, que imprime a seus movimentos, não exercerá a influencia, que deveria para desenvolver os órgãos encarregados de appresentar os attributos physicos, que manifestão a capacidade para a procreação.

O predominio do systema lymphatico e absorvente se oppõe á liberdade e energia dos vasos sanguineos, e do coração, priva por isso a economia da excitação geral, e favoravel, que precede e acompanha o desenvolvimento e execução das novas funcções, que fazem o complemento da puberdade.

Occupar-nos-hemos agora dos meios proprios para excitar o desenvolvimento dos phenomenos da puberdade suspendida ou paralisada pela fraqueza cerebral, e preponderancia do systema lymphatico; ou a *chlorosis dos nosologistas*. Estes meios são fornecidos pela hygiene, e pelos agentes da therapeutica; mas os recursos da primeira são mais proficuos que os da segunda, pois a observação mostra que pouco, ou nada aproveitão as substancias medicamentosas exclusivamente empregadas.

Assim quando as meninas d'uma organização naturalmente pouco excitavel, chegadas á idade, onde todas sahem da infancia para adornarem-se com os signaes caracteristicos da nubildade, offerecerem essa fria indiferença, apathia, e a reunião dos symptomas precedentemente enumerados, procurar-se-ha com todo o cuidado despertar e excitar nellas doces emoções e ternos sentimentos, apartando-as de qualquer causa de melancolia e pezar por meio d'uma divertida, e estrepitosa recreação. É de grande utilidade a cultura das bellas artes, a muzica, desenho, e poesia, a leitura de romances e folhetins, de certas obras d'imaginação, a frequentação de assembléas numerosas, bailes, espectaculos, onde as paixões são exprimidas com arte, graciosidade, e bom gosto; que se as habitue a passar do estudo á recreação. Deverão habitar em lugares elevados, seccos, em quartos arejados e claros; res-

pirar um ar puro e temperado; vestir-se com roupas quentes, e uniformemente repartidas por todo o corpo; usar de calções de flanela, e fazer fricções seccas, as quaes gozão a vantagem de activar a acção da pelle, favorecer a circulação capillar, e a transpiração insensivel. Tanto teem de conveniente os banhos frios d'agoa corrente, os de mar, de vapôr aromaticos, quanto de nocivos á sua posição os quentes tomados a miudo e fóra das indicações, que os ordenão. Evitarão os leitos molles e quentes, que augmentão a fraqueza geral, e entreteem a constipação: convem deitar tarde e levantar-se cedo; conservar uma extrema liberdade em todos os movimentos para poder entregar-se sem constrangimento á dança, á carreira e mais exercicios; montar a cavallo á maneira dos homens, passear em carrinhos de rodas baixas; e escolher para passeios lugares que offereção objectos de distracção capazes de destruir as ideias sombrias, a que se entregão. Em fim, que por huma déstra habilidade se augmente suas forças, sensibilidade e actividade.

A alimentação deve ser inteiramente tonica, e algumas vezes mesmo excitante, composta de alimentos muito nutritivos, como carne de vaca, de porco, geléas aromaticas, e alternadas com os vegetaes herbaticos. Os vinhos generosos e tonicos, por exemplo, o de Bordéos, as bebidas pouco excitantes, porém tomadas com moderação, não deixarão de lhes ser uteis.

Estes meios administrados a tempo, e com methodo, são na maioria dos casos sufficientes para produzir o fim desejado. Comtudo, se seu effeito não fór sensivel, e se esperar por muito tempo o successo, será prudente empregar os recursos pharmaceuticos. Começa-se pelos medicamentos de moderada actividade, passando-se por gradação aos de virtude mais energica, para se poder mesmô observar sua acção sobre as vias digestivas, e suprimil-os quando perniciosos. Os mais frequentemente empregados debaixo de qualquer fórmula são as plantas tonicas, e aromaticas, como a melissa, a salva, a ortelã, a camomilla, a centaurea menor, a losna, a quina, &c. &c.; passar-se-ha depois ás agoas mineraes ferruginosas em pequenas doses, mas por longo tempo, ás diversas preparações marciaes, cuja introdução na economia tem sido em todos os tempos com rasão considerada como exercendo uma acção eminentemente excitante sobre o coração, e todo o systema circulatorio sanguineo.

Havendo-se por este, e semelhante tratamento determinado uma excitação geral, e favoravel, dirigir-se-hão seus esforços sobre os órgãos da geração. Então, para preencher esta indicação quasi sempre secundaria, se poderá recorrer com successo aos meios, de que já tratamos, para igual fim, e insistir nas ventosas seccas applicadas a parte interna e superior das coxas, nos lombos, e na região hypogastrica; nos meios banhos d'infusão aromatica, e nas fumigações da mesma natureza, cujo emprego remonta ao Pai da Medicina, o qual assim se exprime no 28.º apherismo da secção quinta:

“ Suffitus aromatum muliebria ducit.

Ao mesmo tempo administrar-se-hão alguns emmenagogos, como o açafraão, o aloes, as pilulas de Fuller, &c.; mas se deve ser muito circumspecto na administração destas substancias, porque muitas vezes acontece que ellas, dadas d'uma maneira continua, faticuem o estomago e o utero, expondo-os a inflammarse, sem produzir o resultado que se dezeja: por isso a prudencia manda administrar-as cinco ou seis dias determinados em cada mez, a fim de chamar para este uma fluxão periodica, e suspêdel-as logo que appareção as regras.

Os meios, que temos indicado, bastão de ordinario para sollicitar, e determinar a apparição do fluxo catamênial, e a reunião dos novos caracteres da nubilidadade. Se apezar de tudo persistir o estado d'alteração geral, é factivel, que elle provenha d'alguma lesão organica profunda. Aqui parão os dominios da hygiene, que póde ser considerada como accessoria, e propria a coadjuvar, e assegurar os successos dos numerosos recursos therapeuticos. Devemos notar que não convem abandonar todas as indicações expendidas, logo que appareça a primeira menstruação, é necessario ainda continuar com ellas por alguns mezes, dando-lhes as modificações que as circumstancias requererem; e isto até que esteja inteiramente combatida a constituição dominante, as forças augmentadas, e as regras perfeitamente estabelecidas.

Terminando aqui a exposição das regras, que devem presidir ao emprego dos meios hygienicos applicados ao sexo feminino durante a puberdade, não deixaremos comtudo de fallar do habito ridiculo ou prejuizo vicioso de muitas mães, ou outras pessoas, que dirigindo

as moças, subtrahem a seus olhos e a seu espirito tudo quanto as póde esclarecer sobre as consequencias da posição, em que as collocão as prerogativas da nubilidade, e sobre os meios de dirigir convenientemente as ternas emoções, de que seu coração é tão avido. Porque se lhes não diz que nada temão dessa fluxão sanguinea, que longe de ser uma doença, é uma funcção natural, da qual dependerá para sempre sua saude? Porque não esclarecel-as sobre uma paixão, que tanto lhes importa saber? Por ventura teme-se fallar de amor? Mas não é elle que lhes deve dar um estado, um nome, tornal-as esposas, mães, e fazer em uma palavra as delicias, ou os tormentos de sua vida? Sem duvida, logo que seu coração palpita por esta paixão, o instincto, ou antes uma necessidade irresistivel, as conduz á despeito da vigilancia, cuidados, e obstaculos, a instruir-se de tudo quanto concerne ao amor; e é precisa e infelizmente dessas instrucções furtivas que ellas adquirem noções falsas, e insidiosas para julgal-o. Estranho systema de educação, que revestindo as cousas d'um aspecto differente da realidade, dá ideias falsas do cazamento, do verdadeiro sentido de suas obrigações, e lhes prepara males inevitaveis! Persuadão-se que, se é perigoso muito saber, é muitas vezes mais perigoso tudo ignorar.

Mães prudentes, mães sensiveis, e verdadeiramente zelosas da felicidade de vossas filhas, vós unicas lhes podeis fornecer um guia fiel, um apoio solido nos ensaios algumas vezes bem incertos de seu espirito, e dirigir convenientemente os primeiros impulsos de seus corações. Ensinai-lhes a moderar seus affectos, a não formar senão ideias exactas, explicando o valor real das relações sexuaes, ás quaes a natureza e a sociedade as destinão. Sem prevenil-as contra nosso sexo, representai o amor, não debaixo desse aspecto extraordinario, que dão sua imaginação exaltada, a leitura dos romances, e os juramentos d'um amante, porém sim debaixo das verdadeiras formas, que ellé toma no consorcio. Tornando-vos suas unicas conselheiras, e confidentes, não acrediteis diminuir de modo algum o respeito, que vos devem. Sede cheias d'indulgencia para as faltas, que ellas commetterem: apertai-as ternamente contra vosso peito, fazei-lhes sentir com brandura seus erros, e a necessidade de reparal-os, que vereis um arrependimento sincero, e certo. Fallai em fim com razão, justiça, e jamais com capricho, paixão, ou com esse despotismo tão ridiculo em uma mulher.

Vossos conselhos affectuosos, e todas as vossas observações serão escutados com attenção e fructo, por isso mesmo que são despídos do character de austera gravidade, de que uma boca estranha não deixaria de revesti-los. A experiencia vos terá de mais mostrado certas verdades, e deixado entrever perigos, que vós unicas podeis expôr a seus olhos, sem muito offender sua delicadeza, e sem ferir seu pudor, pois que a boca d'uma mãe purifica e embelleza tudo o que pronuncia, e toda a lição se torna casta passando por seus labios.

Precauções hygienicas, que as mulheres devem tomar durante a volta periodica dos menstros.

As precauções, que a menstruação exige, não consistem só em favorecer a apparição desta especie de hemorrhagia, e a pôr seu desenvolvimento em harmonia com os differentes actos do organismo: a regularidade de sua volta periodica está subordinada ás regras geraes de Hygiene; mas o tempo, em que se effectua esta funcção, traz a necessidade d'alguns cuidados particulares, cuja omissão conduz consequencias funestas á saude. A duração das regras varia de tres a oito dias segundo o clima, idade, habitos e temperamento. Assim esta evacuação é mais abundante nas mulheres, que habitão paizes quentes, cidades populosas, nas de vida sedentaria, dadas aos prazeres da mesa, e do amor, do que naquellas, que vivem em regiões frias, no campo, ou passão uma vida simples e laboriosa. O espaço decorrido entre uma e outra é de um mez mais ou menos dias.

As indicações, que lhes são relativas podem ser redusidas a dous pontos principaes; quer ella se dirija para a diminuição, ou suppressão completa, quer para o augmento excessivo da quantidade de sangue habitualmente fornecido.

Causas de suppressão, e indicações hygienicas.

Todas as causas, que podem supprimir os menstros, obrão ou immediatamente sobre os orgãos da geração, ou affectando partes remotas:

estão no primeiro caso a passagem d'uma temperatura quente a uma fria, os banhos e loções da mesma natureza, e adstringentes: no segundo se achão os terrores, os transportes de colera ou alegria, os pediluvios frios, quedas, golpes, queimaduras, sangrias, drasticos fortes, vomitivos, em fim todas as causas, que obrão d'uma maneira intensa, repentina, e violenta.

Qualquer que seja o modo d'acção das causas de suppressão directa das regras, ella accarreta quasi sempre graves accidentes, e não ha inflammação profunda, que ella não possa determinar em qualquer parte da economia; porém serão mais particularmente affectadas aquellas, que estiverem em um estado de susceptibilidade dominante.

A posição, em que se achão as mulheres, ordena a subtração de todas as causas physicas e moraes, que então as affectão mais vivamente, do que em qualquer outro tempo. Assim evitarão as emoções d'espirito, sobre tudo as tristes: e as pessoas, que viverem com ellas, devem abster-se cuidadosamente de lhes fornecer algum motivo de contrariedade, desgosto ou medo, e não dar novas boas, ou más, capazes de commovel-as violentamente. Passarão por gradações de uma temperatura quente a uma temperada, e depois á fria. Convem vestir-se de roupas quentes; trazer calções proprios para garantir os membros inferiores do frio e humidade; evitar estes agentes nos pés, bem como assentos de igual natureza. Os pannos, de que se servem para receber os menstros serão bem seccos, e mudados ás vezes que forem necessarios: em fim recommenda-se da sua parte o maior accio possivel.

Se a diminuição fôr proveniente d'applicação cerebral muito sustentada, ou do desenvolvimento accidental d'algum systema organico, como do predomínio do nervoso, ou do lymphatico, chamar-se-ha esta funcção a seu typo natural distrahindo o espirito, combatendo a susceptibilidade nervosa por exercicios bem combinados, e a plethora lymphatica por todos os meios capazes de dar maior energia ao systema circulatorio sanguineo, pondo-o em estado de destruir o effeito da constituição dominante.

As mulheres bem constituidas e robustas, obrarão mui bem, se escolherem alimentos de facil digestão, tomando-os em menor quantidade do que a habitual, e evitando todas as bebidas fortes e excitantes.

Causas do augmento, e Meios de remedial-as.

Nem sempre deve ser considerada como um estado morbido a abundancia dos menstruos, pois que pode depender d'uma constituição forte e robusta; mas quando ella é acompanhada de syncopes ou unicamente de abatimento e prostração geral, importa destruir a causa para não constituir depois calamitosas hemorragias, ou fixar no utero um principio d'irritação favoravel ao desenvolvimento d'alguma alteração pathologica.

A quantidade excessiva das regras pode ser occasionada por todas as causas, que augmentão a plethora e a excitação geral, ou por aquella, que obrando immediatamente sobre os orgãos da geração, determinão no utero uma congestão sanguinea, cujos effeitos se fazem sentir no momento do fluxo periodico. Estas duas ordens de causas obrão algumas vezes simultaneamente. As principaes entre as primeiras são: a alimentação succulenta, o abuso do chá, do café, de licores espirituosos, das preparações emmenagogas, de purgativos drásticos, a passagem d'um clima temperado a um quente, os trabalhos violentos e prolongados, os exercicios continuos das faculdades intellectuaes, e tambem a supressão de algum corrimento habitual. Os agentes provocadores da excitação directa são o abuso dos prazeres venereos, principalmente durante a menstruação; as affecções organicas do utero, ou das visceras vizinhas; as prenhez multiplicas; as flores brancas, e o uso excessivo de clysteres; causas estas tanto mais activas, quando obrão sobre mulheres, que passão uma vida sensual, sedentaria e ociosa.

A indicação das circumstancias, debaixo de cuja influencia as regras podem adquirir o augmento extraordinario, conduz naturalmente ao conhecimento dos meios proprios a chamal-as a seu estado natural. Assim as mulheres, que se acharem em semelhante posição, devem submitter-se a um regimen moderado, ao uso frequente de bebidas refrigerantes, acidulas e nitrosas. Algumas vezes convirá praticar-se pequenas sangrias para diminuir não só a massa do sangue, como para restabelecer o equilibrio de seu curso. Aquellas, cujo augmento não está em relação com a excitabilidade geral, porém que he devido à irri-

tabilidade, serão por necessidade obrigadas a renunciar a inacção, e ao ocio. Em vez de passar o dia inteiro assentadas em brandas almofadas, ou sofás, e a noite em macias camas, deverão dar frequentes passeios em ar livre, abandonar esses agradaveis assentos, e repousar das fadigas do dia em colxões feitos de materias resistentes, por isso mesmo pouco proprios a concentrar o calor nos órgãos da geração. Se acaso houver temor de augmentarem o incommodo pelo andar, e fôr preciso ficarem immoveis, acharão grande vantagem no exercicio dos braços, em quanto permittir o estado de suas forças. É preciso ainda que evitem as contençaes d'espírito prolongadas, e as impressões moraes vivas, e que se abstenhão dos prazeres amorosos nesta occasião com mais sollicitude, do que as outras mulheres.

Eis a exposição succincta das principaes indicações convenientes ás mulheres para passar sem accidentes da infancia á nubilidade, e conseguir o perfeito desenvolvimento dos attributos da puberdade, e uma feliz regularidade da menstruação, tornando-se por isso sãs, fortes, robustas e capazes de supportar todos os cuidados e trabalhos, que lhes ha confiado a natureza. Eis finalmente o imperfeito trabalho, que nos foi possivel apresentar: falta de pratica, de experiencia, e de conhecimentos o que poderiamos fazer? Nada certamente. Resta-nos porém a lisongeira esperanza de que as pessoas sensatas e instruidas relevarão nossas faltas com tanta indulgencia e benignidade, quanta é a confiança, que com justa razão nellas depositamos.

FIM.

HYPOCRATIS APHORISMI.

SECT. 2.^a APH. 3.^o

1. Somnus, vigilia, utraque modum excedentia, malum.

SECT. 2.^a APH. 51.^o

2. Multum, et repente vacuare, aut replere, aut calefacere, aut frigefacere, aut alio quocumque modo corpus movere, periculosum est. Enimverò omne multum naturæ est inimicum. Quod verò paulatim fit, tutum est: tum aliàs, et si quis ex altero ad alterum transeat.

SECT. 5.^a APH. 16.^o

3. Calidum, eo frequenter utentibus, has affert noxas: carnis effœminationem, nervorum impotentiam, mentis torporem, sanguinis eruptiones, animi deliquia: hæc, quibus morš.

SECT. 5.^a APH. 33.^o

4. Mulieri, menstruis deficientibus, e naribus sanguinem fluere, bonum.

SECT. 5.^a APH. 28.^o

5. Sufflitus aromatum muliebria ducit. Sæpius autem, et ad alia utilis esset, nisi capitis gravitates induceret.

SECT. 5.^a APH. 57.^o

6. Mensibus copiosioribus prodeuntibus, morbi contingunt: non prodeuntibus ab utero fiunt morbi.

SECT. 2. APR. 31

1. Semina, vigilia, ut reperitur in tabernaculo, nuda.

SECT. 2. APR. 31

2. Nihil, et repone vacare, aut regere, aut calidum, aut
ligidum, aut alio quocumque modo corpus movere, particulam
habetur, cum pulvis natus est in limbo. Quod vero genitalium
est, tunc est: cum alio, et si quid de alio ad alium trahat.

Esta These está conforme os Estatutos. Rio de Janeiro, 17 de
Outubro de 1841.

Dr. THOMAZ GOMES DOS SANTOS.

SECT. 2. APR. 31

A. Nihil, aut aliis debentibus, et nuda sequitur hanc
bonam.

SECT. 2. APR. 31

3. Solitas, remanet nuda, hanc sequitur autem, et ad alia
nuda, nisi capitis gravitas inducat.

SECT. 2. APR. 31

4. Mensuras, copiositas, proinde, nuda continent: non
probatibus, ad utroque hanc.