

EDUCAÇÃO FÍSICA

Aula inaugural dada pelo 1.º Ten. Médico Dr. Erlindo Salzano,
na abertura do Curso de Emergência da Escola de Educação
Física da Fôrça Pública de São Paulo

Os exercícios corpóreos são, qualquer que seja a maneira por que se manifestam, exteriorizações da atividade vital humana. Eles se enquadram, portanto, do ponto de vista científico, no domínio da Biologia geral. O estudo dos exercícios físicos, que tem por objeto o homem em movimento, deve ser feito por métodos científicos que, encarando-o por uma nova face, algo nos permitam lobrigar a respeito do desenrolar do processo vital. Desta maneira encarados, os exercícios corporais terão, por limites de seus estudos, os mesmos marcos que assinalam os limites da metodologia biológica. Como bem diz Wilhem Knell, dever-se-á ter sempre presente que até agora tem-se esquivado do afan científico o conceito da vida e que tudo quanto de conhecimento positivo podemos lançar mão, representa apenas uma impressão maior ou menor, mais ou menos exata de um problema mais vasto, ainda sem solução. Assim, pois, teremos que nos restringir a solucionar, com as nossas pesquisas, problemas parciais e, por um engrenamento orientado pelo raciocínio, valendo-nos dos resultados destas soluções parceladas, concluir a respeito de processos complexos de nível superior, com a mesma verossimilitude contida nos conhecimentos originários. Raríssimos, portanto, serão os casos em que tão longe avançaremos para exigir em leis as conclusões tiradas. A incumbência principal de nossos trabalhos consistirá no estabelecimento de relações entre funções diversas, de modo a formar do conjunto uma imagem aproximada da verdade mas sempre uma imagem e não a própria realidade. Mas é justamente a circunstância de que em regra geral só é possível ao cientista, — Theseu moderno colocado no labirinto que forma o entresacadamente inextricável das causas e efeitos, — caminhar sem o fim de Ariana que o gênio fornece, apenas até um certo ponto no dedalo da ciência, encaminhar só até uma certa etapa a solução de um problema — é justamente esta circunstância, repito, que torna o trabalho científico paradoxalmente cheio de atrativos, porque de fato nada paraliza tanto o interesse como o conhecimento em definitivo assentado. Não nos arrecelemos, no entanto, desta ameaça, pois um infinito de possibilidade de combinação se encarregará de sempre nos propor novas questões, mal acreditemos ter dado uma como resolvida. A conquista científica da cultura física, como indagação biológica que

é, não pode prescindir dos conhecimentos ganhos no fecundo campo da ciência dos coloides e, por conseguinte, ficar alheia aos complexos problemas a esta atinentes. A constituição coloidal da substância viva, a maneira por que se distribuem ambos os componentes de um sistema disperso, as alterações de estado da substância por modificações da dispersão e a possibilidade de transformar profundamente esta constituição por meio de forças mecânicas, tudo isto faz parte do campo de estudos dos exercícios físicos.

A mecânica do movimento, consubstanciada nos trabalhos de Fick, Strasser, W. Braune e O. Fischer, estriba-se nos mesmos fundamentos que a mecânica técnica. As leis da balística dominam em diversas fases dos saltos livres do atletismo, nos saltos náguas e no salto a cavalo; as leis da aerodinâmica presidem ao salto de sky e ao vô, dos planadores.

A respiração e a circulação devem ser meticolosamente estudadas, quer do ponto de vista mecânico, físico ou químico. O aparelho neuro-muscular exige que se vote

a máxima atenção a todos os capítulos que lhe dizem respeito, como ponto de partida de todas as pesquisas, eixo central da ciência da cultura física. Um dos critérios vitais mais importantes sob qualquer aspecto — a receptividade do estímulo, sua condução, e a reação que provoca — determina também o início de qualquer exercício corpóreo.

Abordando o problema do desenvolvimento, depara-se-nos a questão concernente à necessidade de movimentação e à ação do exercício físico nos dois sexos e nas diferentes idades. Forçoso é convir que qualquer resposta deve ter por base o conhecimento das leis biológicas.

As influências mesológicas, dada a diversidade de climas, latitudes e ambientes em que se exercem as atividades físicas constituem um capítulo do mais alto interesse.

O estudo científico dos exercícios corpóreos conduz-nos, assim, a buscar as grandes diretrizes da moderna biologia e, inversamente, a solução de problemas científicos no domínio dos exercícios físicos influir, por certo, benéficamente nos diferentes domínios da ciência e, sem dúvida alguma, sobre o conceito médico no campo da profilaxia e da terapêutica. Ele nos concederá uma outra e mais ampla noção de normalidade que não pode fornecer o estudo do homem em repouso, cujos resultados representam o fundamento de um grande número de normas clínicas.

Os exercícios físicos encarados como parte integrante da Biologia, mantêm, pois, relações com vários outros campos científicos, dos quais mencionaremos apenas os mais próximos. Ressaltam já as conexões com a fisiologia, da qual eles se podem julgar um prolongamento ou novo capítulo. É sobre o pedestal fisiológico que o médico esportivo deverá assentar o seu exame e o parecer que lhe é consequente.

A visualização do homem como uma unidade biológica, que permite reconhecer a mais estreita interdependência entre as funções somáticas e psíquicas, torna claro que também a Psicologia e sua metodologia devem ser adividas ao círculo das discussões. Como médicos, pensando biologicamente, não nos encontramos na posição de estabelecer uma diferença fundamental entre manifestações vitais de corpo e de alma, que para nós não passam indiferentemente de manifestações do mesmo processo — vida.

De fato, os momentos somáticos e psíquicos se encontram entrelaçados estreita e inseparavelmente, de modo a não se poder pensar em um sem pensar no outro e só é possível uma inteira compreensão do movimento, de sua natureza e ação sobre todo o indivíduo, si se tomarem em consideração ambas as possibilidades de atuação. Estas estão em jogo em toda atividade corpórea, quer se manifeste sob a forma de ginástica ou esporte, no jogo, na dança, no esporte individual, no esporte de competição, no trabalho coletivo.

Estabelecendo uma relação entre função e órgão, entre Fisiologia e Morfologia, apresenta-se-nos logo a consideração todo cabedal que ao nosso estudo fornece a Antropologia e a Biotipologia, e, mercê do qual, a priori, podemos formar uma ideia geral a respeito da capacidade do trabalho, possibilidades, tendências, virtudes e defeitos de cada indivíduo. É o vastíssimo estudo do terreno que renasce em toda sua importância, posta agora nas devidas proporções a significação da semente, a que a era pasteuriana, com todo o entusiasmo de que se acompanham as idéias novas, emprestara um ofuscante esplendor.

Estas ciências nos conduzem forçosamente a buscar os imensos recursos da Estatística, com a qual dever-nos-emos pôr em contacto mais íntimo, si quisermos agir com o escrúpulo que exige o rigor científico, filiando as conclusões à realidade dos fatos e não fazendo-os oscilar ao talante de idéias preconcebidas, como infelizmente sói acontecer, mormente no domínio das coisas médicas.

Finalmente, dado que só quando conhecemos o desenvolvimento de uma ideia poderemos compreendê-la nos mínimos detalhes, patenteia-se a necessidade do estudo histórico, que nos conduz à história da medicina e história da Educação Física.

A metódica do estudo da Educação Física constitui-se dos mesmos métodos que a Biologia.

Em primeiro lugar, coloca-se a observação — o conhecimento do recurso das diferentes funções e do indivíduo como um todo. Na observação auxiliamo-nos dos nossos sentidos, que se devem educar no sentido biológico, como deve suceder a qualquer médico clinicamente bem formado. A observação deve ser posta em primeiro plano, porque ela

constitue o substrato de todo conhecimento médico. A tendência hodierna de substituir, mesmo nas coisas fisiológicas, a observação por meios auxiliares objetivos e técnicos, é nociva ao conhecimento real, porque nos faz perder de vista o norte de nossa pesquisa — a vida.

Como médicos esportivos, assiste-nos o dever de com provar qual a intensidade com que os exercícios corpóreos agem sobre o organismo por tempo mais ou menos longo e adaptar as funções às necessidades. O limite entre reação normal e anormal ao trabalho deve ser estabelecido com a máxima exatidão, porque ele constitui o guia de nossas decisões profiláticas e terapêuticas. O mecanismo patológico nunca pode ser completamente distinto do fisiológico, mas ambos considerados apenas resultantes modificadas de uma função em si e por si fundamentalmente idêntica. Assim também as atividades físicas, manifestações de um organismo são, necessitam ser trabalhadas com os mesmos métodos empregados no reconhecimento clínico de estados mórbidos. A ciência do trabalho desde há muito que enveredou por esta via e o domínio dos exercícios físicos pertence, no sentido mais amplo, à ciência do trabalho, que de seu lado conduz à fisiologia, à patologia e à higiene do trabalho. É comum a ambas a pesquisa da ação do trabalho de qualquer natureza sobre o organismo e especialmente prescrutar alterações funcionais que surgem à execução do trabalho e como consequência dêste nos órgãos ou sistemas orgânicos mais solicitados pela referida forma de trabalho. Trata-se de reações do organismo ao trabalho, que decorrem inteiramente dentro dos limites normais. A execução do trabalho é a causa de uma série de alterações que perduram mais longamente do que a própria atividade que lhes deu origem e que em certas circunstâncias, se mostram com alterações permanentes da função. Como tal, devem ser encaradas qual adaptação, hábito a essa atividade e, no entanto, embora inteiramente dentro da norma, evidenciam diferenças flagrantes, com respeito aos valores conhecidos pela clínica. Por conseguinte, o estudo dos exercícios corpóreos, nos traz uma outra avaliação das noções da norma nos diferentes domínios e com isto a ciência da cultura física conquista, como problema biológico, um direito a ser enquadrada nos mesmos moldes que a fisiologia normal e patológica, pois que ela nos fornece um conjunto de noções que, de outro modo, dificilmente conseguiríamos.

Como consequência da observação, surge a necessidade imprescindível para a prática racional da educação física, da organização de grupos homogêneos, constituídos por indivíduos de capacidade física aproximada, tendências mais ou menos idênticas. Este agrupamento só é possível, desde que na feitura das fichas se aproveitem os dados fornecidos pelas mensurações morfológicas, fisiológicas relacionados com dados estatísticos biotipológicos e biométricos.

Outro método de trabalho reside na experimentação. A experimentação animal, que reclama na fisiologia um lugar proeminente, nos concede, no entanto, raramente informações satisfatórias, dado que não é possível reproduzir, na experimentação animal, formas de trabalho idênticas às dos exercícios corpóreos humanos. A experimentação humana é de menos parcos resultados, mas é também de limites estreitos, porque dela se devem excluir todas as experiências que podem acarretar dano à pessoa de pesquisa. Temos assim que nos restringir aos resultados fornecidos pela Anatomia Patológica, que até agora são em

número relativamente exíguos, em razão de que a maioria dos malefícios que a atividade físico-esportiva tem gerado felizmente não ocasionou a morte e as necropsias relacionadas e acidentes esportivos se contam em número reduzido até então.

Executado o trabalho de análise, com todas as falhas que naturalmente há de encerrar, como falhas encerram todos os domínios da ciência que se vêem a braços com a insuficiência da metodica, o estudo da educação física tem agora que se dedicar a outra incumbência — o trabalho de síntese. A síntese é talvez o encargo mais importante, por ser o mais real. Efetivamente, todas as funções estão entre si numa relação de dependência constante. Cada qual, permanentemente influenciando sobre as outras e pelas outras influenciada, jamais pode ser, isoladamente, revista com exatidão. Respiração e circulação interdependem; ambas servem por seu turno ao metabolismo; o sistema nervoso o controla e por seu lado está submetido à contínua influência mutável das glândulas endócrinas, que por sua vez, ora se auxiliam em sinergias de função, ora se opõem em antagonismos de efeitos. Isto só basta para que ajuizemos da complexidade da síntese e das inúmeras dificuldades de sua tarefa, às vezes intransponíveis. A solução de seus problemas vaga freqüentemente ao sabor do momento subjetivo do investigador que, consoante o seu próprio estado espiritual, atribui, já a um fator, já a outro, maior ou menor influência aos próprios trabalhos e uma crítica desapassionada de outrem, afim de que, com o tempo, nasça visão mais exata do processo estudado.

Desta forma, eis que a incumbência proposta se ergue perante nós qual problema biológico da mais elevada alcada. Ao tentarmos penetrar profundamente em seu intimo, é nosso dever colocar todas as possibilidades de que dispomos ao serviço de sua solução. Em empresa de tal ordem, tenhamos em mente que apesar de todo esforço de nossa vontade consciente e de todo poder de raciocínio, apenas uma reduzida parcela de trabalho científico será controlada pela nossa consciência, enquanto que a máxima parte da concepção científica, das ligações associativas e das conseqüências finais promanará do subconsciente. Assim, em nome do escrúpulo científico, devemos ceder à intuição sua porção devida ao resultado final. Quem trabalha, seguindo à risca os ditames da ciência, sabe que as soluções não podem ser forçadas e que, ao contrario, freqüentemente elas exsurdem sem nossa conciente interferência no momento criador, como frutos sazonados de longo e em aparência, baldado trabalho. Tal é o mecanismo das inspirações, que por isso mesmo parecem ter uma origem sobrenatural. A inspiração, no entanto, não é mais que a solução subitânea e inesperada de um problema longa e profundamente meditado. Recompensa do esforço, filha do trabalho guiado pela inteligência, ela é a esperança vã dos papalvos negligentes. Eis uma missão bastante forte para que não nos possua o desânimo com os seus aniquiladores efeitos. Se o problema estiver maduro, a solução está próxima, e si esta não nos calhar, a alguém caberá por intermédio de quem frutificará o nosso esforço — a Ciência não perderá e a Humanidade ganhará. É a cadeia dos esforços através do tempo, de cujos fecundos resultados a história da ciência é pródiga em exemplos. A feitura subjetiva de pesquisador também se dá a reconhecer pelo fato de que a maneira pela qual uma questão é encarada e a solução conduzida, depende extraordinariamente das qualidades pessoais do indagador. Um colhe, outro modela o material colhido, seguindo determinadas diretrizes; um terceiro, finalmente, aproveitando-se do mesmo material, consegue criar algo de novo. Uma solução satisfatória em geral só é possível com a colaboração destes três fatores, destas três formas de trabalho. Assim é que se origina o espírito de trabalho comum, exequível em toda a organização bem assentada para o bem de todos, sem prejuízo da personalidade individual. Um livro nascido do trabalho conjunto de vários colaboradores, ao lado de uma ideia básica que constitui o arcabouço geral da obra, evidenciará, em toda a plenitude, o valor individual de cada colaborador.

Palmilhando agora o terreno prático, do ponto de vista médico, depara-se-nos o campo da higiene da educação e o da terapêutica pela educação física, encontrando esta aplicação nos estados patológicos mais diversos, ora como tratamento final, ora como própria terapêutica somática e psíquica.

A educação física representa, pois, um vastíssimo campo, que não prescinde das conquistas obtidas nos diversos ramos da atividade científica humana. Ela deve ser

hoje encarada com um ponto de vista bem mais universal e por prisma bastante diverso do de anos atrás.

Um curso de educação física bem orientado exige, portanto, o concurso de médicos e instrutores bastante experimentados. Os médicos especializados em cultura física devem ter, por experiência própria, conhecimento prático dos exercícios físicos, para melhor avaliar a sua ação e o grau de esforço que demandam. Com o fim de fornecer aos médicos esta base prática indispensável, a sociedade alemã de médicos esportivos (Deutscher Sportärztebund) institui, como solução provisória, um curso prático de 14 dias.

O conhecimento prático e teórico da educação física deve mesmo constituir um patrimônio comum a todos os médicos, pois que o médico não é apenas um terapeuta, mas também, e principalmente, um higienista, a quem os deveres sociais obrigam cada vez mais a consagrar grande parte de sua meditação e atividade aos magnos problemas da profilaxia.

A importância que a educação física hoje assume na vida dos povos cultos, impõe-se ao médico como fertilíssimo campo de ação, articulando-o de um lado com os instrutores, e de outro com o povo.

Um instrutor necessita de saber qual a influência que os exercícios físicos exercem sobre o organismo e de que modo deve dosá-los, seriá-los e aplicá-los, para que o praticante possa auferir o máximo de benefício. Do seu cabedal profissional, devem fazer parte conhecimentos de Anatomia e Fisiologia, da ação desenvolvida pelos diferentes exercícios físicos nos diversos órgãos, das condições que influem nos exercícios físicos e lhes alteram os efeitos; noções a respeito das perturbações que se podem originar da prática da educação física e das medidas que possam preveni-las ou removê-las.

Em tratando com a infância e a adolescência, notadamente a das escolas, deve o instrutor voltar toda a atenção para os preceitos pedagógicos e metodológicos. É indispensável, por isso, que possua um conhecimento sólido de pedagogia e metodologia da educação física.

Poucas questões reclamam com maior império o interesse dos homens de ciência e dos homens de governo, como a da educação física, que engloba a higiene física e moral de nossa juventude.

Os povos, como os indivíduos, que não se apresentam devidamente armados com todos os recursos de que podem dispor na luta cruel pela existência, estão votados ao desaparecimento. Nos tempos modernos, tudo quanto não significa progresso, entra em decadência.

O passado demonstra, o presente comprova e o futuro reafirmará que só poderão triunfar as coletividades que estejam em condições de obter de seus indivíduos o rendimento máximo.

Este rendimento superior, que segue a linha constante de superação da vida moderna, unicamente se obtém melhorando o fator homem. Este fator não se pode melhorar por um processo de seleção, mas pela elevação da média geral de todo um povo.

Músculo e cérebro, nervos e coração, tudo em perfeito equilíbrio, devem estar dispostos a render o máximo nesta fogueira nervosa da sociedade atual. Os homens da era atual sentem a necessidade de acumular energia, aumentar sua produção e applicá-la na medida estritamente necessária, sem desperdícios inúteis. Daí a necessidade da educação física, que se destina a preparar o homem ótimo que a nossa era exige: forte, resistente, veloz, ágil, dextro, harmônico, em equilíbrio orgânico e intelectual.

A educação física há de ser encarada de acordo com os ganhos energéticos com que ela beneficia a nação, sob o ponto de vista de seu maior poder de atividade e de expansão econômica mundial. Assim compreendida, torna-se uma função vital da sociedade. As batalhas quotidianas da vida contra o meio, contra os agentes patogênicos, são tão mortíferas quanto os combates guerreiros. A saúde é o norte da educação física; dela decorrem as outras qualidades necessárias ao melhor rendimento da máquina humana. Si o rendimento de qualquer ação depende do rendimento dos indivíduos que a constituem, a educação física, aumentando o rendimento individual, contribue, ipso facto, para o aumento do rendimento nacional.

Daí a incontestável verdade que a história universal testemunha: dominaram sempre os povos que alicerçaram a própria evolução no preparo físico de seus homens, áquelles que antepuseram a toda forma de educação a educação física.

Foi a educação física que deu à Grécia todo o esplendor de sua cultura. Paulo Adam expressa-se da seguinte maneira, referindo-se ao devotamento dos gregos pela cultura física: "Discípulos da ciência, a Humanidade contemporânea deve aprender d'elles o culto que o homem deve professar pela estátua viva que é seu próprio corpo."

Foi nas qualidades físicas, intelectuais e morais desenvolvidas com os fundamentos da educação física que se devotava Alexandre Magno, que este conquistador audaz encontrou os recursos necessários para arrostar com as dificuldades imensas de sua gigantesca conquista.

Foi a educação física que deu à Grécia e legou à História os 300 heróis das Termópilas, contra cuja resistência estoica se aniquilou por longos dias a fúria dos exércitos persas. Na batalha decisiva de Salamina, a Humanidade deve à educação física, manifestada pela vitória dos gregos, o não ter cedido a civilização à barbarie.

Roma, a dominadora do mundo, enquanto mantinha como dever mais elevado a formação de cidadãos robustos, intrépidos e resistentes, dedicando-se à *spheromachia*, aos jogos de *foliis*, *harpastum*, *paganica* e *trigon*, ao *quinqueritium*, aos brutais jogos de circo — corrida de carros e combate de gladiadores, enquanto devotava o máximo cuidado ao preparo físico de seus guerreiros, dilatou o seu domínio para mais da metade do mundo conhecido de então. Quando a austeridade de costumes cedeu lugar à ociosidade e o deboche fez descer para plano secundário a educação corpórea do guerreiro, ela não pôde mais resistir à invasão dos bárbaros que até então mantivera jugulados sob seu guante.

Foi a Ludwig Jahn, educador físico do século XVIII, que a Alemanha deve a estrondosa vitória sobre a França. Reconhecido o mérito de Jahn e os inestimáveis benefícios colhidos de sua obra, renderam homenagens ao primeiro e trataram de ampliar os efeitos da segunda, multiplicando os meios para educar fisicamente o povo.

Modernamente, quais os povos que se encontram na vanguarda do progresso?

São justamente aqueles em que a educação física encontra o máximo desenvolvimento, a mais ampla divulgação. Na Inglaterra, o maior império do mundo, a cultura física, sob a forma de jogos esportivos, faz parte integrante da vida do povo, de cujo seio salta a figura do *sportman*.

— Os Estados Unidos da América não concebem educação intelectual sem educação física e tal é o desenvolvi-

mento desta nas universidades, que se tem a impressão de que a mocidade estudiosa americana mais robustece o físico que o intelecto. Na Itália, a educação física merece toda a atenção do governo que a ela vota o melhor de seus esforços, o máximo de seu cuidado, acompanhando-a desde a infância até a idade adulta.

Na Alemanha, afora a imensa atenção que o governo consagra ao preparo físico dos homens, há ainda a contar a iniciativa particular sob a forma de centenas e centenas de clubs esportivos. Neste país, encontram em que empregar sua atividade nada menos de 6,500 médicos esportivos. Ainda recentemente, por ocasião do aniversário do Führer, uma associação de funcionários depositou nas mãos deste a soma de 1.000.000 de marcos para que ele a dedicasse à educação física do povo alemão. No Japão, a causa da educação física encontrou o melhor dos terrenos, porque para a grande obra de remodelação a que o governo se propusera e que constitue uma das maravilhas dos tempos que correm, ele compreendeu que seria imprescindível revigorar a raça, fortalecendo o indivíduo. A este grande país oriental, não bastando cuidar da educação do povo desde a infância, vota seu governo a máxima atenção à educação da mulher, não apenas como indivíduo, mas como célula máter das gerações futuras.

Gladstone, a grande figura política inglesa, costumava dizer que o tempo e o dinheiro empregados em adestrar e fortalecer o corpo constituem uma inversão de capital de rendimento superior ao de qualquer empresa.

Disraeli afirmava que a grandeza e poderio de qualquer nação assentam-se na saúde e no vigor físico de seu povo. Quem mais pode duvidar de que a educação física encerra o gérmen de uma energia depuradora do nível médio de um povo? Do nível médio em sua potência física e em seu aproveitamento moral, porque em ambos os aspectos atua a cultura física. É afirmação de que a cultura filosófica grega nos dá sobejas provas.

É, pois, um dever de quem governa intervir diretamente na ação diretora deste amplo movimento social, cujos alcances não são difíceis de prever.

A educação física tomada no seu sentido lato — ginástica e esporte, este depois daquela — é uma questão de interesse geral e de vitalidade para a raça, cujo preparo, seleção e evolução não se podem entregar à fantasia.

As máquinas nascidas do engenho humano, multiplicadoras do rendimento do homem, adquirem-se, espalham-se idênticas por todas as nações, funcionam de igual modo em todas as latitudes, em todas as longitudes; evidenciam em toda parte igual potencialidade. O que varia, o que difere é a máquina humana que as move e de cuja atividade elas constituem o complemento. A eficácia das primeiras está padronizada pelos progressos da mecânica e representa um fator constante. A atuação da segunda oscilla com a educação; ela é que marca a diferença entre os povos. A vitória, portanto, em caso de guerra, a supremacia na paz pendem para o povo em que a máquina humana é de rendimento maior — rendimento físico de um lado, rendimento intelectual e espiritual de outro, estes decorrentes daqueles.

Si educar é preparar o indivíduo para o meio em que vai viver, é conceder-lhe as armas necessárias para a luta que travará pela existência, que de mais precioso pode legar o pai ao filho que uma compleição robusta, corpo harmônico, funções equilibradas, saúde e resistência, servindo de sustentáculo à energia de caráter, à força de vontade e fortaleza de ânimo, apanágio dos espíritos bem formados? Aos homens desta natureza, a vitória não oferece segredos. Válidos que são, não necessitam de ser validos de ninguém — fartos recursos encontram nas próprias forças. Confiantes em si, não abusam das flexões da espinha, praticam-nas para tornar o tronco mais erecto e, de frente erguida, seguem na vida uma diretiz que, afora o ritmo normal das alternâncias, se pode traçar por uma reta ascensional.

Mas a educação física representa para o indivíduo uma espada de dois gumes. Concedê-la o máximo de resul-

A verdade surge da crítica imparcial e não da eliminação de opiniões divergentes

tados com o mínimo de dispêndio, si praticada segundo os ditames da Biologia, debaixo do controle médico. Reduzir-lhe-á as energias, poderá deixar marcas indeléveis de deletérios efeitos, si praticada sem precauções. Sem o médico, a educação física perde a finalidade de elevar o nível do povo, para se transformar num meio de seleção, apontando apenas os fortes, sem lhes melhorar as condições, colocando-se inacessível aos fracos, a quem poderá punir a ousadia de a desejarem.

O problema fisiológico está tão ligado à prática da educação física que, de futuro, nenhuma atividade desta ordem poderá ser iniciada sem que o médico desportivo, fisiologista por excelência, dê primeiro sua opinião a respeito do neófito. A instituição das fichas médicas é uma necessidade imprescindível. Por seu intermédio, o médico segue o processo de formação do homem, corrige aqui e acolá os defeitos que esta possa apresentar, prevê pendores que o arvorarão em útil guia do praticante, e aproveitará todas as qualidades e possibilidades de êxito.

Esta ficha médica deve subdividir-se em duas partes: uma primeira, clínica e uma segunda, morfo-fisiológica. A primeira parte não é senão observação médica bem minuciosa, cujos dados se anotam.

Em nossa Força Pública, este serviço de fichamento clínico necessita de ser o mais rapidamente possível instituído. Neste caso, a ficha deveria conter, após observação com o respectivo parecer, uma parte que poderíamos denominar de "alterações clínicas". Nesta se assinalariam todos os fatos médicos da vida do indivíduo, da data da feitura da ficha por diante. Seriam, pois, consignadas com a data respectiva, todas as consultas feitas, parecer do médico e terapêutica instituída. Desta forma, após um certo tempo, poder-se-ia formar um juízo a respeito do indivíduo, do ponto de vista sanitário ou das faculdades da vontade, e, por outro lado, rapidamente o médico estaria em condições de emitir um parecer a respeito do estado de toda a tropa, estribado em bases sólidas e objetivas.

A ficha seria propriedade individual e assim permaneceria no fichário do médico, enquanto o indivíduo a que diz respeito fizer parte da unidade deste. Uma vez transferido, a ficha se transferiria com seu proprietário que seria portador dela ao médico do novo corpo. Este saberia, deste modo, não só as modificações havidas na tropa, como imediatamente ajulzaria das necessidades dos recém-vindos, jamais se interrompendo, por conseguinte, qualquer tratamento instituído.

A baixa ao H. M. se acompanharia também da ficha que passaria ao controle do médico, a cujos cuidados fosse entregue o paciente. No H. M., todos os fatos havidos com o paciente seriam fielmente registrados.

Maior articulação do serviço de saúde, melhor coordenação e mais perfeita uniformidade do serviço médico seria impossível desejar.

O fichário de emergência que instituímos para o curso de educação física que ora inauguramos, pelos dados que nos forneceu, mais veio robustecer a nossa convicção sobre a idéia que já tínhamos firmado a respeito de semelhante necessidade.

Continuando, após este longo parêntesis na parte morfo-fisiológica, a nosso ver, dever-se-á iniciar pela classificação do indivíduo segundo o conceito de Barbára, filiando-o a um dos treze tipos desta escola. Aproveitar-se-á, desta maneira, todo o imenso e fértil trabalho que a escola italiana vem executando dentro da Biotipologia. Estes dados serão completados com mensurações outras que permitirão, através do perfil morfo-fisiológico do indivíduo, uma idéia mais ou menos aproximada da sua capacidade física. Como apêndice desta segunda parte, colocar-se-ão as provas de controle fisiológico periódico.

É hora do governo intervir enérgicamente na questão da educação física, impondo uma coordenação para racionalizar o esporte nos clubs privados, incentivando a cultura física na prática popular, tornando-a obrigatória nas escolas públicas e particulares, impondo a ficha médico-esportiva desde a infância.

O encargo do governo cifrar-se-ia no que segue:

- 1.º) Controlar a prática esportiva oficialmente.
- 2.º) Tornar obrigatória a educação física desde a escola primária até a escola superior.
- 3.º) Criar o corpo médico diretor da educação física sob todas as suas modalidades.
- 4.º) Difundir o mais possível a prática da educação física no seio do povo.
- 5.º) Instituir a ficha médico-esportiva que, nascendo na escola, acompanhará o indivíduo até a idade militar.
- 6.º) Construir campos escolares de jogos, campos de esportes e estádios.
- 7.º) Higienizar a vida da juventude por um plano de banhos públicos, duchas populares e grandes piscinas.

A ciência da educação física é a ciência do movimento. O movimento é a mais ampla manifestação da vida, é a própria vida em si.

O universo inteiro, contrariamente à imobilidade que atribuíam à matéria os antigos filósofos, não nos revela senão movimento e transmutação constante. A vida é uma sequência de ritmos que retornam, de movimentos que se não findam, significando uma evolução em sentido determinado. A imortalidade da vida representa assim um perpetuum mobile, no dizer de A. Gifford.

A geração dos seres é precedida de uma porfia em que vence o mais veloz, conquista o óvulo o mais ativo dos gametos masculinos. Move-se no seio materno o ser em formação, mal animado do primeiro sopro de vida e a necessidade imperiosa de movimentos faz da criança um joguete de contrações desordenadas.

Os astros, electrons de macrocosmos, rolam eternamente na amplidão do espaço, arrebatados por um movimento universal. Move-se a Lua em redor da Terra, gravita a Terra em redor do Sol e o Sol, fonte comum de toda a energia planetária, minúscula estrela perdida no infinito, transporta-se com todo seu séquito de planetas e satélites em direção à constelação de Hércules, que também perpetuamente vaga pelo espaço infindo.

Dominam no Universo as leis do movimento. Em toda a natureza, reinam as transformações — transformações de energias, transmutações de matéria.

A música que nos embala e empolga, que fala aos nossos sentimentos, despertando emoções inefáveis, reavivando recordações, aplacando cóleras, amenizando dores, linguagem melodiosa que nos transporta para regiões etéreas de sentimentos puros, que é, senão um movimento vibratório do ar?

Ainda sob aparente quietude, reina sempre o movimento, a vibração e a harmonia — as cores da natureza são sinfonias de vibração; no seio do reino vegetal, movimenta-se o mineral levado pela seiva, em circulação constante da raiz à folha, da folha à flor, da flor ao fruto, em que se casam a matéria terrestre e energia solar, os dois elementos de que se constitui a substância viva. Palpitam vibrantes no espaço as irradiações de luz e de calor. Revoluem os electrons no seio impenetrável da matéria bruta, em manifestações imorredouras de prodigiosa energia.

O movimento é que empresta vitalidade aos seres, alma às ruas, vida às cidades, dinamismo empreendedor aos povos. A inércia é a morte. A inatividade é a decadência, é a regressão, é o nada. O movimento manifesta-se, na espécie humana, sob a forma do trabalho. Em harmonia com o universo e com a natureza, movimentemo-nos, trabalhemos, orientando o nosso esforço no sentido de obter gerações sadias e vigorosas, afim de que a nossa pátria, grande na Geografia, maior se torne na história pela grandeza de seu povo.

Assinantes e leitores: quereis colaborar em prol de nossa causa? Lêde este número e depois mostrai-o aos vossos amigos.