

SEMANA DA UVA



ESTANCIA DO ESTORIL





Estação Uval do Estoril

SEMANA DA UVA

Estação do Estoril

Inauguração

DA

ESTAÇÃO UVAL DO ESTORIL

PELO

Dr. JOÃO RAPOSO DE MAGALHÃES

Director clínico das Termas do Estoril

Conferência realizada no «Hall» das Termas
em 24 de Setembro de 1931



LISBOA

Tipografia da "Sociedade Gráfica Editorial",
Rua da Alegria, 30

SEMANA DA UVA

Inauguração da estação uval do Estoril

A semana da uva que, no sul e no centro do país, começou em 20 de Setembro de 1931, pela intensificação da venda das uvas a preços reduzidos em Lisboa e nas regiões vinícolas, teve a sua consagração oficial em 24 do mesmo mês, no Estoril, por motivo da inauguração da *estação uval*, que teve lugar nesta data, em sessão pública, a que se dignou presidir Sua Excelência o Presidente da República.

O vasto *hall* das termas, primorosamente ornamentado com plantas e flores, encontrava-se repleto de senhoras e cavalheiros da nossa primeira sociedade, vendo-se também o corpo diplomático largamente representado.

Às 10 ¹/₂ da noite, ao som do hino nacional, tocado por um sexteto, que se encontrava na galeria do *hall*, o Chefe do Estado, acompanhado de Suas Excelências os srs. Presidente do Ministério, Ministro dos Negócios Estrangeiros e da Agricultura e do presidente efectivo da Comissão, nomeada por portaria de 20 de Agosto findo, para promover o consumo directo

das uvas e a criação de estações uvais, dirigiu-se para a mesa para dar comêço aos trabalhos.

*
* *
*

Em nome de Sua Excelência o Presidente da República, o sr. Ministro dos Negócios Estrangeiros abriu a sessão e, para apresentação do sr. dr. Raposo de Magalhães, pronunciou o seguinte discurso:

«Estava mais naturalmente indicado para apresentar o illustre conferente desta noite, o meu prezado colega da Agricultura, que também é presidente honorário da Comissão de propaganda das uvas.

Quis Sua Excelência ter a gentileza de me ceder o lugar, e gostosamente vou procurar desempenhar-me de tão honrosa incumbência.

Esta propaganda para a criação de estações de cura por meio das uvas, que por todo o país tem sido auxiliada com o mais devotado patriotismo, devemos integrá-la na «União internacional das estações uvais» que, fundada há pouco mais de um ano, tem feito já notáveis progressos em quasi todos os países produtores de vinhos.

Com efeito, o consumo directo das uvas frescas, do mosto, das passas, pode contribuir em larga escala para valorizar consideravelmente uma das nossas principais riquezas.

Neste movimento internacional promovido pela «União das estações uvais» não devíamos ficar indiferentes. Se os outros países vinícolas o abraçaram entusiasticamente pelo seu significado económico, turístico e terapêutico, em poucos dêles poderão encontrar-se tão harmoniosamente reunidas as condições, que nos levam a ter esperança no êxito desta campanha, já brilhantemente iniciada na Curia, por ocasião da inauguração da estação uval daquela aprazível região.

Não me ocuparei das vantagens de ordem terapêutica que resultam do consumo directo das uvas. É esse o assunto da conferência que o sr. dr. Raposo de Magalhães vai pronunciar. Não precisa o sr. dr. Raposo de Magalhães de ser apresentado a este escolhido auditório. Todos V. Ex.^{as} o conhecem. O seu nome está já consagrado como médico e como professor distintíssimo da Faculdade de Medicina de Lisboa.

A cultura da vinha tem tomado, nos últimos anos, um incremento considerável e daqui resultou uma crise de abundância, cujo reflexo se faz sentir nos mercados externos.

A vida económica dos países vinícolas não pode deixar de suportar os efeitos desta crise, que procura atenuar-se, promovendo o consumo directo das uvas.

Para as estações uvais estão naturalmente indicadas as regiões de turismo, em que, a par das belezas naturais, se encontrem os atractivos necessários para, ou por um capricho da moda ou pelas propriedades das águas minero-medicinais, tão abundantes no nosso país, se concentrar uma população avultada.

A propaganda do consumo directo das uvas liga-se deste modo com a propaganda do turismo, cujas possibilidades se têm evidenciado nos últimos tempos, no nosso país, por uma forma exuberante.

A Costa do Sol, cuja reputação está feita no país e no estrangeiro, como centro de turismo, pela beleza da paisagem, pela amenidade do clima, pelos esforços inteligentes dos seus administradores e ainda por se encontrar numa região vitícola afamada, reúne todos os requisitos indispensáveis para uma estação uval. Por isso nos encontramos aqui neste momento, convencidos de que à *estação uval do Estoril*, que hoje se inaugura, está reservado um grande êxito. São esses os nossos votos.

Em seguida o sr. Ministro dos Negócios Estrangeiros, em nome de S. Ex.^a o sr. Presidente da República, declarou aberta a Estação Uval do Estoril.

Antes de terminar, referiu-se ainda o sr. Ministro à enorme actividade desenvolvida pelo Presidente da Comissão, o professor dr. Francisco António Correia, ali presente, a quem chamou a «alma da Comissão», e agradecendo-lhe todos os seus esforços e toda a sua boa vontade aliada à inteligência e ao patriotismo que costuma pôr em todos os seus actos.

Dirigiu também os seus efusivos agradecimentos a toda a Imprensa, que tão gentil e patrioticamente tem prestado a sua colaboração nestes trabalhos, por forma a prestar assim a esta causa nacional um tão inestimável serviço.

Finalmente, endereçando os seus cumprimentos aos ilustres representantes do Corpo Diplomático ali presentes, manifestou-lhes o seu aprêço pela forma gentil como demonstravam com a sua presença o seu interesse por todas as questões que dizem respeito ao progresso deste País.

Em seguida, e em nome de S. Ex.^a o sr. Presidente da República, deu a palavra ao ilustre conferente.

Uvas e estações uvais

Acertada e patriótica foi a idea que presidiu à organização entre nós da campanha para o consumo de uvas frescas, campanha de notáveis conseqüências quer sob o aspecto de economia geral do país quer sob o aspecto de saúde de todos os portugueses. Não menos acertada foi a designação das localidades onde devem ser criadas as primeiras «estações uvais», entre elas o Estoril, e dentro em pouco justificarei este ponto de vista pelo que se refere à Costa do Sol.

Menos acertada foi a escolha que de mim fizeram para vos falar das uvas ao inaugurar-se hoje esta «Estação Uval». É certo que já de há tempo o problema do tratamento pelas uvas que vem grandemente interessando, e na época passada eu tive ocasião de prescrever o uso desta fruta a alguns doentes obtendo resultados que bem podem ser classificados de admiráveis; e é curiosa também a coincidência de tratar agora

dêste problema, quando há mais de um ano me tenho ocupado da maneira de conservar a polpa de uvas mantendo-lhe tôdas as propriedades da fruta fresca, permitindo a continuação do tratamento fora do período em que há uvas maduras.

A minha pequena experiência do assunto e a minha qualidade de Director Clínico desta Estância justificam assim que eu me atreva a pedir alguns momentos da vossa atenção para vos dizer em poucas palavras das virtudes alimentares e terapêuticas da mais valiosa entre as excelentes frutas de Portugal. E se ao fazê-lo não me atemoriso em demasia é porque sei que as questões de higiene geral e alimentar são hoje de tal modo do domínio do grande público, e interessam tanto as pessoas cultas que me escutam, que eu não receio ser acusado de pedantismo ao ter que entrar em detalhes técnicos e científicos referindo algumas noções indispensáveis à boa compreensão do valor das uvas e das «estações uvais».

É assim que todos V. Ex.^{as} sabem que há alguns anos a esta parte os frutos ocupam na alimentação e na terapêutica um lugar cada vez mais importante, e não há hoje ninguém que, dum modo geral, não conheça o papel que lhes cabe na moderna dietética. A química e a fisiologia determinam com precisão qual é a fórmula alimentar mais conveniente para as diversas idades, adequada ao estado de saúde ou de doença, às exigências das diversas profissões e modos de vida, estabelecendo com rigor as características dum regime completo para cada caso e que são : *a suficiência, a harmonia, o equilíbrio e a especificidade*. É assim um regime alimentar conveniente será aquele que satisfazendo as necessidades energéticas do indivíduo, lhe traz, em quantidades determinadas, as diversas substâncias nutritivas fundamentais, e bem assim os ácidos animados e específicos e os factores especiais de catabolise designados sob o nome de «vitaminas».

Entre as substâncias necessárias à vida há princípios orgânicos e minerais, elementos raros e essenciais, que o organismo

humano é incapaz de criar e que só os vegetais lhe podem fornecer em abundância, tais como : os ácidos aminados (leucina, histidina, tritofana, etc.) ; as vitaminas e factores indispensáveis tal como o ergosterol ; os sais minerais dos ácidos e das bases, o ácido fosfórico e a cal ; os iões mais ou menos raros, ferro, silício, potássio, iodo, fluor, etc.

Estas breves noções, ainda que desprovidas da amenidade necessária a esta ligeira palestra, são indispensáveis para vos deixar entrever os serviços que as curas de frutos podem prestar, e fazem desde já compreender como em determinados vegetais nós encontramos poderosos agentes naturais de notável acção sobre uma ou outra das constantes da nossa vida orgânica : a tensão arterial, o potencial cardíaco, a actividade renal.

Assim se explica que, embora sem base científica, desde a mais alta antiguidade se tenha atribuído aos frutos qualidades que muito os recomendam numa alimentação racional : dêles se fala na Bíblia e são citados na medicina dos Egípcios e nos livros religiosos da Índia ; Gregos e Romanos indicavam os frutos como poderoso meio terapêutico.

Se, porém, nos últimos séculos nós percorremos a história da dietética, verificamos, e hoje é para nós motivo de surpresa, que os médicos, seguindo os princípios do velho Galeno, professavam pelos frutos o maior dos desdêns. E até há poucos anos os frutos eram considerados como fornecendo ao organismo apenas uma água pouco açucarada, celulose imprópria para a nutrição e quantidades ínfimas de albuminóides ; pelo contrário a acção nociva dos ácidos era posta em relêvo, e no fim de contas aos frutos, que se comiam apenas por serem agradáveis ao paladar, eram atribuídas a maior parte das doenças e perturbações intestinais próprias da estação em que mais se consomem.

Só numa época recente, e é já infelizmente do meu tempo, é que começa o que podemos chamar a *reabilitação* dos frutos :

os químicos demonstram que o seu suco contém importantes reservas de hidrôcarbonatos e de sais minerais, e que os ácidos vegetais se transformam no organismo dando produtos da maior importância para alcalinizar os meios humorais e manter o equilíbrio bio-químico normal; a clínica e a dietética confirmam estas noções e atribuem à pobreza de certos frutos em albuminóides um papel primacial no combate ao que um notável professor chamou «o carnivorismo e albuminismo de que sofre a humanidade».

A própria celulose dos frutos a que tantos males se atribuíam, tem, na opinião dos homens de ciência, uma acção do mais alto interesse na vida orgânica dos animais, e a sua exclusão da alimentação provoca fenómenos de «carência física» bem conhecidos dos modernos fisiologistas.

Finalmente é nos frutos que se encontram os princípios um pouco misteriosos, os elementos imponderáveis e poderosos chamados «vitaminas» que dão aos frutos a categoria de alimentos «vivos» e os tornam preciosos e indispensáveis para estimular a nutrição e para reforçar as reacções de defesa do nosso organismo.

E assim se compreende como tomaram lugar na moderna dietética e como nos últimos anos se tem generalizado o uso dos frutos na alimentação, como se tem largamente usado... e por vezes abusado, é bom dizê-lo, das «curas» de diversos frutos.

Sem entrar em detalhes que aqui não teriam cabimento, e citando apenas as mais importantes, eu não quero deixar de referir-me às «curas de laranjas», ricas em vitaminas, com uma pequena percentagem de açúcar que as torna utilizáveis e benéficas para os diabéticos, magníficas na alimentação de sãos e de doentes, e cujo suco é excelente para as crianças em que a necessidade de alimentação pelo leite (leite esterilizado, leite em pó, leite condensado), tantas vezes expõe aos inconvenientes da avitaminose, raquitismo, escorbuto, béri-béri, etc. Este problema é interessante e basta dizer-lhes que,

em certas cidades da América do Norte, juntamente com a distribuição do leite em frascos fechados, se faz a distribuição do suco de laranja em frascos semelhantes, com tôdas as garantias de pureza e boa preparação, indispensáveis aos dois produtos. No nosso país, tão rico em laranjeiras, o tratamento pelas laranjas é possível durante quási todo ou todo o ano, e o seu consumo deveria aumentar, com vantagem para a saúde pública.

As «curas de limões» têm sido preconizadas para todos os artríticos. Devendo considerar-se mais um medicamento do que um alimento, o limão teve uma voga extraordinária como anti-reumatismal, chegando-se, por vezes, a doses evidentemente exageradas e porventura prejudiciais. Ao lado dêstes, outros frutos seria justo mencionar, mas sairia fora do quadro destas despretenciosas considerações falar-vos das virtudes de todos êles: as maçãs, as peras, as cerejas, figos, morangos, bananas e tantos outros, são hoje considerados factores valiosos duma alimentação racional, e bem merecido é que ocupem um lugar cada vez mais importante na dietética.



Passando agora a referir-me mais especialmente às uvas, eu começarei por constatar que durante o largo período de ostracismo a que foram votados todos os frutos, às uvas foi sempre reservado um lugar à parte, e que, através dos tempos, sem serem especialmente recomendadas pelo seu valor alimentar ou terapêutico, nunca lhes foram atribuídos os malefícios que a outras frutas se imputavam. Permitidas na alimentação normal do indivíduo são, não eram, porém, aconselhadas aos doentes, e o seu emprêgo com fins dietéticos e terapêuticos é de muito recente data.

Contudo, dizia-me há poucos dias um meu amigo a quem

falei da cura pelas uvas, que há bons 30 anos, quando êle era interno num colégio da Suíça, era costume na época das uvas e em determinado dia de cada semana, enviar todos os alunos do colégio passar a tarde numa vinha, pagando-se ao proprietário certa quantia por cada aluno, que assim tinha o direito de comer tôdas as uvas que quisesse. Eis um exemplo que já não é recente da «cura pelas uvas», embora feita de maneira accidental e em condições tais que, a maior parte das vezes, dela resultavam incômodos gastro-intestinais para os consumidores que as ingeriam em excesso. Frequentemente, de resto, nós vemos atribuir às uvas inconvenientes e perturbações, sobretudo nas crianças, que fâcilmente se explicam pela maneira incorrecta como as uvas são usadas, sem que um critério dietético presida à sua administração.

Ê certo, porém, que de entre tôdas as curas de frutos, a mais antiga, a mais clássica, aquela que cronolôgicamente e hierarquicamente tem um lugar que de longe sobreleva a tôdas as outras, é a «cura pelas uvas».

As uvas são de há muito consideradas como um alimento duma digestibilidade extremamente fácil, e o açúcar das uvas é um constituinte do sangue normal, que não necessita de digestão, visto que representa o último termo da elaboração de todos os alimentos hidro-carbonados. A concentração em albuminóides da polpa das uvas é muito fraca, de modo que, pela sua ingestão, não se introduz no organismo uma sobrecarga de proteínas que seja prejudicial pelos resíduos azotados que possa deixar. Ao lado disto, as uvas contêm um grande número de princípios minerais necessários ao organismo, e êste ponto é de uma importância fundamental a favor dêste alimento se considerarmos que o açúcar de cana tomado em grande quantidade é um factor de desmineralização.

Vemos, assim, que para o químico um belo cacho de uvas é constituído por água, açúcar, ácidos, uma pequena quantidade de alimentos azotados e elementos importantíssimos: potássio, sódio, cálcio, magnésio, ferro, fósforo, enxôfre, silí-

cio, cloro, manganéz, etc. Num quilo de uvas encontram-se cêrca de seis centigramas de ferro que o nosso organismo utiliza, e perto de um grama de ácido fosfórico. Se a estas substâncias acrescentarmos as «vitaminas» de que já vos falei, cujas propriedades não são ainda perfeitamente conhecidas, mas que são indispensáveis à vida, e que nas uvas se encontram em quantidades apreciáveis, não admira que o suco das uvas maduras tenha sido definido por Labbé como *«um sôro nutritivo, vivo e perfeitamente assimilável»*.

Sob o ponto de vista fisiológico, o açúcar serve para manter o calor animal e favorece tôdas as secreções orgânicas, a saliva, as secreções gástricas, a bÍlis e as secreções intestinais, melhorando as condições de absorpção dos alimentos. As substâncias azotadas entram na formação de todos os tecidos do organismo. Os ácidos que a uva contém (tartárico, málico, cítrico e tânico), têm uma acção refrescante, diurética, reguladora das funções gastro-intestinais, e são utilíssimos em várias doenças. Os sais são indispensáveis para a constituição normal das partes sólidas e líquidas do corpo, tais como os fosfatos, que concorrem para a formação dos ossos e substância nervosa; os sais alcalinos estimulam a função dos órgãos de protecção e eliminação (fígado, rim, mucosa intestinal, pele), melhorando as trocas nutritivas, favorecendo o metabolismo e desintoxicando o organismo, de modo que os tecidos nobres sejam eficazmente protegidos contra as substâncias nocivas.

A indicação capital do tratamento pelas uvas é, assim, a *«cura de desintoxicação»*, que se impõe sempre que há necessidade de estimular a nutrição, de intensificar a combustão e eliminação de elementos residuais, de evitar a formação nos tecidos de novos resíduos, como acontece nas artério-escleroses, nos cárdio-renais, nos colémicos, nos reumatismais, nos gotosos, nos desequilibrados do sistema nervoso vegetativo, nos obesos por excesso de alimentação, nos esgotados, etc. Sob a influência da «cura pelas uvas», constata-se uma acti-

vação das funções gastro-intestinais, um aumento de diurese, uma diminuição da acidez da urina e do ácido úrico, uma acção de poupança das substâncias azotadas e gorduras orgânicas, uma maior actividade da secreção biliar e uma diminuição das oxidações ; convenientemente prescrita e orientada dá excelentes resultados, favorecendo as trocas orgânicas, levando materiais novos e sãos aos vários tecidos, determinando a eliminação de substâncias nocivas, o apetite aumenta, a saúde geral melhora, o sangue torna-se mais fluido, os órgãos digestivos exercem mais facilmente as suas funções, os doentes sentem-se mais leves e mais activos.

Prescrevem-se «curas pelas uvas» nas dispepsias e perturbações gastro-intestinais, na litíase úrica e hepática, na gota, nas intoxicações crónicas, em certas dermatoses artríticas e determinadas formas de tuberculose.

Para as crianças as uvas são um excelente alimento de crescimento, e por vezes com vantagem o leite pode ser substituído pelo suco de uvas frescas. Para o homem na fôrça da vida as uvas são um excelente reservatório de energia, e o açúcar da uva é um alimento ideal na prática dos *sports*, constituindo no sangue normal a substância dinamogénica com que o músculo trabalha. Para as senhoras as uvas são um depurativo por excelência e contribuem poderosamente para conservar a frescura e boa côr da pele. Para os velhos em que os alimentos fortemente azotados estão contra-indicados, as uvas satisfazem a tôdas as condições requeridas pelo estado dos seus órgãos.

*

* *

Podem dar-se algumas directrizes gerais sôbre as quantidades de uvas que devem ser ingeridas e a maneira de as comer. As uvas devem ser frescas, colhidas recentemente, maduras mas não em excesso: pouco madura a uva é muito ácida e irritante ; madura de mais contém muito açúcar e pode dar lugar

a perturbações digestivas. Devem ser bem escolhidas, limpas de poeiras, substâncias químicas e insecticidas, e de germens, lavando-as em água pura quando seja necessário. Em regra, preferir-se-ão as uvas brancas, não muito açucaradas, aquosas, não excessivamente maduras; as uvas muito aromáticas são ligeiramente excitantes; as uvas pretas são mais ricas em tanino e substâncias adstringentes.

A quantidade que deve ser consumida nas 24 horas varia segundo o fim que se pretende obter, a doença de que se trata e a tolerância individual. Nas «curas de uvas» exclusivas chega-se por vezes a doses elevadas que só devem administrar-se sob indicação e vigilância médicas. Quando a cura pelas uvas é feita sem exclusão de outros alimentos, as doses variam segundo os casos de 1 a 4 ou 5 quilos por dia, não devendo nunca começar-se por grandes quantidades. Costuma repartir-se a dose total das 24 horas em duas ou três porções tomadas fora das grandes refeições diárias.

Eu recomendo habitualmente que se substitua o primeiro almoço por uma refeição exclusiva de uvas, a mais abundante, o mesmo se fazendo à hora do chá da tarde. Além destas podem ainda tomar-se pequenas quantidades uma hora antes do almoço ou do jantar, e à noite, ao deitar, findo o período da digestão gástrica. As uvas tomadas à sobremesa, depois de refeições de outros alimentos, não têm acção alguma sob o ponto de vista terapêutico, e podem, quando comidas em quantidade, ser prejudiciais.

Serão sempre bem mastigadas, e mastigadas com a pele, que *em regra* não deve ser ingerida nem as gráfnhas. É na pele dos frutos, segundo alguns, que se encontra a maior quantidade de vitaminas, e é conveniente que estas sejam aproveitadas. Em certos casos pode ser recomendável a ingestão da polpa e da pele.

É, porém, impossível fixar normas rígidas, e cada indivíduo, cada doença, cada doente requiere indicações particulares segundo o seu estado e o resultado que se pretende alcançar. Vou citar-lhes o que já me tem acontecido quando consultado

acêrca das virtudes das uvas. Uma pessoa, freqüentes vezes uma senhora um pouco gorda, pergunta-me: doutor, as uvas engordam? — Não, minha senhora, as uvas emagrecem. Outro consulente pergunta: Doutor, as uvas emagrecem? — Resposta invariável: Não, as uvas engordam. E assim é. Assunto largamente discutido, com bons argumentos a favor de cada uma destas opiniões, o facto é que ambas são verdadeiras. Eu poderia mesmo apresentar-vos neste momento e *in vivo* dois exemplos, pois se referem a pessoas que vejo nesta sala. Uma, uma senhora que, na sua própria maneira de dizer, sofria *horrivelmente* dos intestinos, magra, fraca, anemiada, fêz o tratamento pelas uvas: um regime quási exclusivamente frugívoro curou essa senhora e rápidamente a fêz engordar. O outro exemplo é o de uma pessoa que, por minha indicação, está seguindo a «cura pelas uvas», num regime mitigado: gordo, com tendência para obesidade, artrítico, de vida sedentária, com péssimo regime alimentar, usando e abusando do pão e dos líquidos às refeições; uma «cura» bem dirigida está fazendo com que emagreça de maneira sensível, melhorando, sentindo-se mais leve e mais activo, sem deixar de se alimentar convenientemente.

Quanto tempo deve durar «a cura pelas uvas»? Nos Sanatórios e casas de saúde especiais indica-se de um a dois meses o tempo necessário; nas estações uvais estabelece-se como regra um mínimo de três semanas para um tratamento eficaz. É fora de dúvida que a cura pelas uvas pode prolongar-se por mais tempo quando convenientemente regulada, e o consumo das uvas feito dentro dos princípios da boa dietética é vantajoso e benéfico para a saúde por tempo indefinido. Pode mesmo haver vantagem em repetir a cura quando seja necessário fazê-lo. É facto que as uvas frescas duram relativamente poucas semanas, e a menos que se importem de outras regiões só pode fazer-se uso de uvas conservadas. E devo nesta altura prevenir-vos de que os frutos cozidos, conservados, compotas e conser-

vas de frutos, embora sejam alimentos muito recomendáveis, não têm habitualmente tôdas as qualidades dietéticas e terapêuticas das frutas frescas. A diferença é considerável. O aquecimento e a oxidação que sofrem durante a sua preparação fazem-lhes perder muitas das propriedades terapêuticas que caracterizam os frutos e entre outras as «vitaminas» que contêm. É necessário que o processo de preparação não tenha alterado as características fundamentais do fruto no seu estado natural, e sobretudo, as qualidades de substância «viva», para que os produtos assim conservados mantenham tôdas as vantagens que os recomendam para as «curas».

Depois das considerações que acabo de fazer facilmente se justifica que a propaganda para o consumo de uvas frescas, de tão largo alcance sob o ponto de vista da economia geral e da saúde pública, tenha nos últimos anos tomado um desenvolvimento considerável nos países produtores dêste fruto. Na Alemanha, na Suíça, na França, na Bélgica, na Itália, na Checo-Eslováquia e até nos Estados Unidos da América do Norte, essa propaganda tem conseguido que o consumo de uvas aumente em proporções consideráveis, e o público, convencido da sua acção benéfica, corresponda de uma maneira admirável aos esforços feitos pelos organismos oficiais e particulares para a vulgarização do uso de uvas frescas.

Na Itália celebrou-se em Setembro de 1930 o «dia da uva» em que foram consumidos cêrca de 14 milhões de quilos. Em França a campanha iniciada o ano passado é prometedora de resultados magníficos e aí se fundou a União Internacional das Estações Uvais em que várias nações se encontram representadas. Há em vários países sanatórios e casas de saúde especialmente destinados ao tratamento pelas uvas, e em alguns têm sido criadas «estações uvais», isto é, estâncias em que se pratica a cura pelas uvas. Aí se encontram produtos seleccionados, em boas condições económicas, satisfazendo a todos os requisitos e prescrições higiénicas e dietéticas, sendo os tratamentos aconselhados e vigiados pelos médicos quando é neces-

sário. Na Alemanha, na Suíça e na Checo-Eslováquia há numerosas estações uvais em pleno desenvolvimento. Na Itália onde o consumo das uvas frescas está muito generalizado a cura pelas uvas é praticada em várias estações e estâncias hidro-minerais que são especialmente adequadas para este fim.

A França inaugurou solenemente o ano passado a sua primeira «estação uval» que foi, como não podia deixar de ser, criada em Fontainebleau, região tradicionalmente conhecida pelo seu «Chasselas Doirado», a rainha das uvas de mesa que fez a glória do «Treille du Roi». Há pouco tempo começou a funcionar a estação uval de Avignon, e a estas outras certamente se vão seguir em pouco tempo.

Portugal não fica atrás dos outros países e a muitos se avanta pelas suas excepcionais condições de clima, permitindo obter os melhores frutos, os belos cachos doirados que de Norte a Sul se podem encontrar. Basta que uma boa propaganda e uma boa orientação unindo todos os interessados, desde o produtor ao consumidor, consiga dar-nos em todos os mercados e centros populosos, uvas de boa qualidade, em boas condições de preço, para que ocupemos um lugar de destaque entre os países consumidores de uvas frescas.

Como elemento de propaganda e de educação do público, e para o tratamento dos casos em que se impõe uma vigilância médica especial, a criação das «estações uvais» corresponde a uma necessidade imperiosa, e bem fez a Comissão recentemente nomeada estabelecendo desde já as primeiras estâncias de cura pelas uvas. Entre elas figura a do Estoril que hoje é solenemente inaugurada.

É do conhecimento de todos vós que nos últimos anos se têm multiplicado os tratamentos designados sob o nome de «curas»: as curas termais, as curas climáticas, de montanha, de beiramar, meia altitude, curas de floresta, curas de sol, de raios ultra-violetas, de infra-vermelhos e de tôdas as radiações do espectro, curas de exercício, de repouso... e quantas outras!

Ao lado destas curas e sempre combinadas com elas vulgarizaram-se as nações de boa higiene geral, de higiene alimentar, dos benefícios de cultura física, de hidroterapia, da ginástica, da prática dos desportos, da vida ao ar livre, etc. O Estoril situado entre as belas regiões de vinhas de Carcavelos e de Colares, com transportes fáceis para as uvas vindas de outros centros produtores, com as suas admiráveis características climáticas, o conjunto de condições que se encontram nesta estância e que dela fazem um centro de cura e de turismo em pleno desenvolvimento, freqüentadíssimo na época própria para o consumo das uvas, estava naturalmente indicado para ser uma das primeiras estações uvais de Portugal.

E não se pense que assim falo *pro domo mea*, com intuitos de réclame às belezas e qualidades que recomendam a Costa do Sol. Eu sei, de resto, que não estou tratando de converter descrentes, pois todos que me ouvem não precisam que eu lhes louve as excepcionais condições do Estoril; dos restantes que o não conhecem, uns, os mais pacientes, que leiam e meditem os boletins climatológicos e dados estatísticos, outros, mais desconfiados ou menos crédulos, que venham ver e comparem.

A campanha para o consumo das uvas frescas está começada, entregue em boas mãos, há-de intensificar-se e dará os resultados profícuos que dela se esperam. Em todos os países as uvas estão na ordem do dia, e, pode bem dizer-se que, com justiça, *estão à moda*. Por esta vez, e nem sempre assim acontece, verifica-se que os decretos da moda se coadunam com os bons preceitos higiénicos e científicos. Façamos pois obra de bons médicos, que todos mais ou menos somos, e que todos os bons portugueses contribuam por esta forma para o melhor aproveitamento desta grande riqueza nacional, em benefício das condições físicas e morais da raça e da economia geral da Nação.

23 de Setembro de 1931.

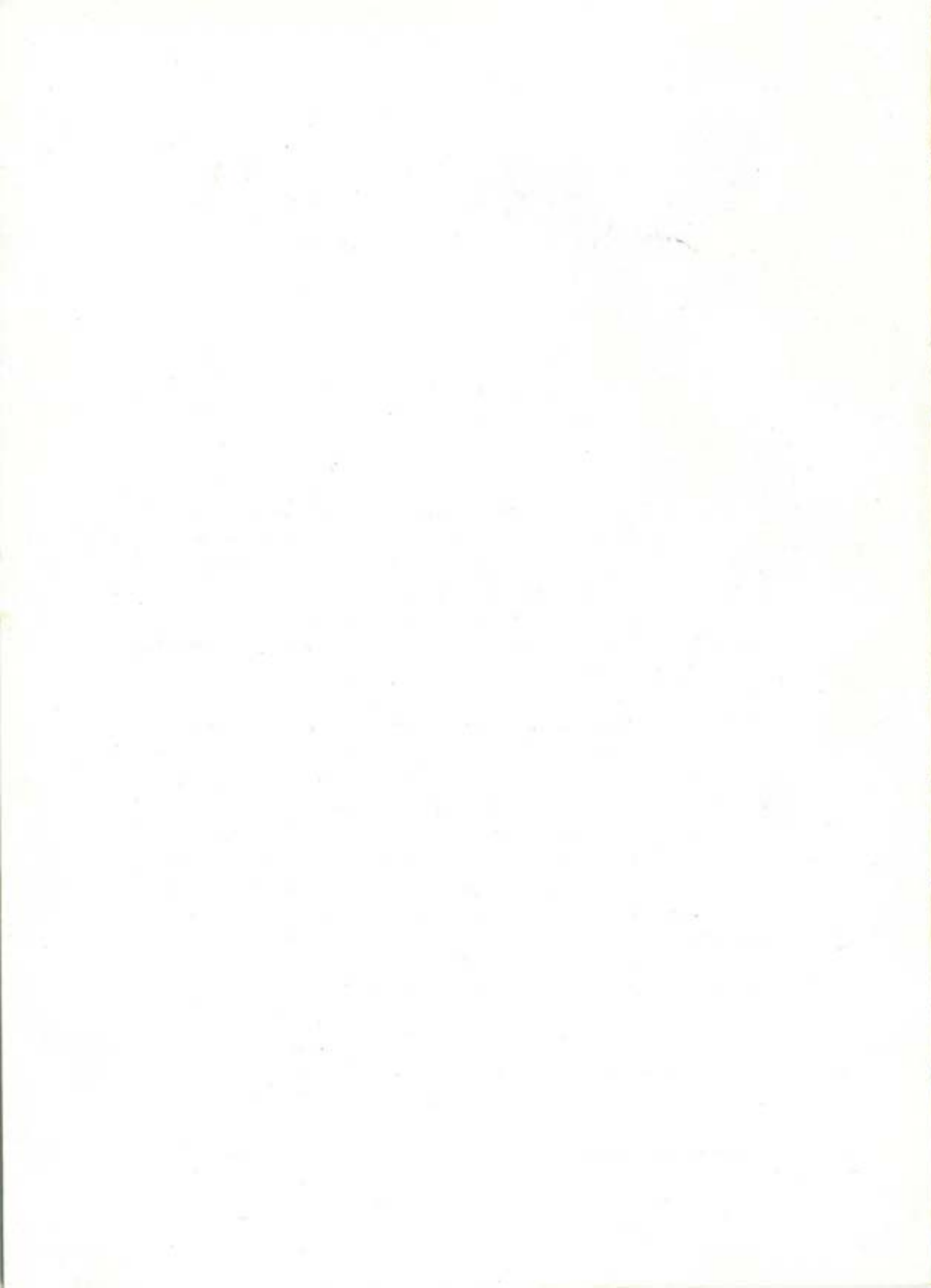
No final da conferência, o sr. Ministro dos Negócios Estrangeiros disse :

Associando-me aos justos aplausos com que V. Ex.^{as} brindaram o sr. dr. Raposo de Magalhães, quero também agradecer-lhe a sua notável conferência, em que o problema foi pôsto com superior critério, sem largas divagações científicas, com um bom humor, que deu às suas palavras um primoroso recorte literário.

Agradeço também muito reconhecido à Sociedade Estoril, sempre pronta a colaborar em tôdas estas iniciativas de modernização de processos para o engrandecimento do País, e espero que todos aqueles, que estão em condições de colaborar, continuem a auxiliar nos anos futuros êste movimento tão auspiciosamente inaugurado e de resultados práticos tão apreciáveis para a economia nacional.

Em nome de S. Ex.^a o sr. Presidente da República, encerrou a sessão no meio de aplausos gerais.

Anexos



COMISSÃO DE PROPAGANDA PARA A INTENSIFICAÇÃO DAS UVAS E CRIAÇÃO DAS ESTAÇÕES UVAIS

Relatório

A Comissão nomeada por portaria de 30 de Agosto de 1931 para a intensificação do consumo das uvas e criação das estações uvais, realizou a sua primeira sessão em 3 de Setembro, começando logo a trabalhar com entusiasmo e actividade, pois nessa data as uvas estavam já em plena maturação só numa parte do País, e na outra parte, estaria concluída a vindima dentro de um mês.

Não havia tempo a perder.

Nesta reunião expus à assemblea as razões que aconselhavam a efectivação do movimento a favor da intensificação do consumo de uvas frescas e analisei os diferentes aspectos que deviam caracterizar este movimento, ou seja o internacional, o terapêutico, o turístico e o económico.

Lembrei as relações deste movimento com a actividade da «União Internacional das estações uvais» e a conveniência de nos integrarmos numa acção cuja finalidade interessa à nossa economia.

Expus sucintamente os resultados práticos obtidos já em alguns países estrangeiros com a criação de estações uvais, tais como a França, a Alemanha e a Itália, e propuz que, para execução dos seus objectivos esta comissão tomasse a iniciativa de criar estações uvais nas termas ou praias de Vidago, Pedras Salgadas, Vizela, Caldas da Rainha, Caldas de Moledo, Curia,

Estoril, Praia da Rocha, e que se escolhesse a semana de 20 a 27 de Setembro para intensificação da propaganda para o consumo das uvas por meio de artigos nos jornais, conferências, prospectos, etc.

Adoptado este plano pela comissão, passou-se a dar-lhe execução constituindo-se as seguintes sub-comissões :

SUB-COMISSÃO DO PÔRTO — Dr. Bento Carqueja, Dr. Amílcar de Sousa, Dr. Fernando Guedes, Liga Agrária e Comissões de Viticultura.

SUB-COMISSÃO DE PROPAGANDA — Dr. Beirão da Veiga, Carlos de Oliveira, André Navarro, Director Geral de Saúde, Álvaro de Lacerda, Delegado da Associação Central da Agricultura Portuguesa, Delegado da Federação dos Sindicatos do Centro.

SUB-COMISSÃO DOS TRANSPORTES — Tenente-coronel Carvalho Teixeira, J. A. Pestana de Vasconcelos, Delegado da Companhia dos Caminhos de Ferro Portugueses.

Foi resolvido o seguinte :

- 1.º — Oficiar ao Ministro do Interior para promover junto dos Governadores Cíveis e Câmaras Municipais a organização das comissões distritais, concelhias e dos centros vitícolas.
- 2.º — Oficiar ao Ministro da Agricultura para, junto dos agrónomos, obter a organização das comissões regionais.
- 3.º — Oficiar ao Ministro do Comércio para conseguir reduções de preço e rapidez de transportes em caminho de ferro, na semana especialmente destinada à propaganda das uvas.
- 4.º — Oficiar ao Ministro da Guerra para conseguir em Lisboa e Pôrto a distribuição gratuita das uvas, de harmonia com o que fôr resolvido pela sub-comissão de distribuição, em automóveis do Exército.
- 5.º — Solicitar do Director Geral de Saúde que determine

aos médicos em serviço nas estações termais a realização de palestras sobre a cura por meio das uvas.

- 6.º — Solicitar dos Sindicatos agrícolas uma intensa propaganda junto dos seus associados, para mandarem, com destino aos grandes centros, por preços razoáveis, as uvas mais apropriadas para consumo directo.
- 7.º — Oficiar ao Presidente do Conselho de Administração da C. P. para indicar o nome dum engenheiro da Companhia para ficar como agregado à sub-comissão de transportes.

Deve esta comissão, antes de mais nada, registar com conhecimento e louvor o valioso auxílio que o movimento a favor da uva recebeu da Comissão Administrativa da Câmara Municipal de Lisboa, assim como de outros concelhos do País, dispensando do pagamento de taxas a venda da uva durante a semana que lhe foi consagrada ; das companhias de caminho de ferro que reduziram o custo do transporte ou deram outras facilidades ; e as autoridades administrativas e Câmaras Municipais que nas suas respectivas áreas estimularam o interesse pelo referido movimento.

Todas as outras entidades, oficiais ou particulares a quem a comissão se dirigiu, se dignaram prestar concurso e apoio aos nossos trabalhos, e algumas mesmo, tendo conhecimento da existência da comissão pelos jornais, se nos dirigiram oferecendo espontâneamente a sua colaboração.

Estão neste caso, entre outras, as firmas Vítor Guedes & C.^ª, de Lisboa, que ofereceram 20 cabazes de uvas para serem vendidas no Estoril por um grupo de senhoras a favor da Misericórdia de Cascais ; Abel Pereira da Fonseca, L.^{da}, que resolveram vender uvas a um preço inferior ao do mercado nos 83 estabelecimentos que possuem em Lisboa ; José Domingos Barreiro, L.^{da}, que resolveram proceder de igual forma nos seus 12 estabelecimentos de Lisboa e, além disso, ofereceu uma

«camionette» de uvas para serem vendidas no Estoril a favor da Misericórdia de Cascais; Mário Vaz Gomes, importante viticultor do Cartaxo, que em seu nome e no dum grupo de viticultores da mesma região, ofereceu um vagão de uvas para serem também vendidas no Estoril durante a semana da uva a favor da Misericórdia de Cascais; Grandela & C.^a, que organizou a venda no seu conhecido estabelecimento durante a semana da uva, em diversas secções, a um preço bastante inferior ao do mercado, e organizou a sua propaganda por uma forma pitoresca ornamentando uma das suas montras na Rua do Ouro, e fazendo a venda das uvas por algumas das suas empregadas em trajes regionais; Grandes Armazéns do Chiado, que organizaram igualmente a venda no seu estabelecimento durante a semana da uva, ao mesmo preço dos Armazéns Grandela; João Maria da Fonseca, L.^{da}, que se dedicou à propaganda e venda das uvas moscatel de Setúbal em pequenos sacos e caixas em boas condições de apresentação e higiene.

Estes concursos foram valiosos porque facilitaram a propaganda do consumo das uvas e a fixação de preços razoáveis para a sua venda ao público.

Deve esta comissão salientar ainda o importante concurso que recebeu da Sociedade Propaganda da Costa do Sol, organizadora da semana da uva no Estoril, e das direcções clínicas dos Estabelecimentos Termais do Estoril e da Curia, onde foram inauguradas estações de cura pelas uvas.

A «semana da uva» não se realizou simultaneamente em todo o País.

A sub-comissão do norte ponderou que no período de 20 a 27 de Setembro a maturação das uvas naquela parte do País deveria encontrar-se ainda imperfeita e solicitou que lhe fôsse permitido transferir as manifestações projectadas para a semana seguinte, isto é, de 27 de Setembro a 4 de Outubro.

Esta comissão, apesar de preferir que a semana escolhida fôsse a mesma em todo o País, considerou importante a razão exposta por aquela sub-comissão e concordou por isso com o

alvitre proposto, vindo assim a realizar-se a «semana da uva» de 20 a 27 de Setembro na parte do País ao sul do Mondego, e de 27 de Setembro a 4 de Outubro na parte ao norte daquele rio, com excepção da Curia, em que se realizou também de 20 a 27 de Setembro.

A inauguração da estação uval do Estoril no dia 24 de Setembro foi a primeira solenidade oficial que a comissão promoveu no sul do país.

Esta cerimónia foi honrada com a presença de S. Ex.^a o Sr. Presidente da República, S. Ex.^a o sr. General Domingos de Oliveira, digníssimo presidente do Governo, S. Ex.^a o sr. Comandante Fernando Branco, digníssimo Ministro dos Negócios Estrangeiros e bem assim os representantes diplomáticos acreditados em Lisboa, tendo eu sido honrado como presidente desta comissão por S. Ex.^a o sr. Ministro dos Negócios Estrangeiros que presidia, com um lugar na mesa.

Terminada a reunião de conferência que realizou nesta sessão o sr. dr. Raposo de Magalhães, distinto Director Clínico das Termas, foi oferecido aos convidados pela Sociedade Propaganda da Costa do Sol um baile no Casino Estoril, durante o qual um grupo de senhoras da colónia balnear procedeu à venda de pequenos cestos de uvas a favor da Misericórdia de Cascais.

Esta venda continuou ainda nos dias seguintes tendo obtido um bom acolhimento do público.

Na Curia a inauguração da estação uval realizou-se no dia 26 de Setembro sob a presidência de S. Ex.^a o sr. Ministro dos Negócios Estrangeiros, secretariado pelos srs. dr. M. Pires, Presidente da Câmara da Anadia, dr. Manuel Rodrigues Simões, Presidente do Sindicato Agrícola da Anadia, dr. Luís Navega, Director Clínico das Termas, e Alexandre de Almeida, membro da Comissão de Iniciativa.

Depois de S. Ex.^a o sr. Ministro dos Negócios Estrangeiros usar da palavra mostrando o significado e o alcance económico do movimento a favor do consumo das uvas e da criação

das estações uvais, fizeram dissertações sobre o aspecto terapêutico e económico-agrícola deste movimento, os srs. dr. Artur Navega Correia, Engenheiro Agrónomo Albano Homem de Melo e dr. Amílcar de Sousa.

Durante a semana da uva esteve patente ao público no Estabelecimento Termal da Curia uma exposição de uvas regionais que foi muito concorrida e apreciada.

Em Viana do Castelo, por convite do respectivo Governador Civil, realizou-se uma sessão comemorativa da «Semana da uva», em que fizeram conferências os srs. dr. Elio de Vasconcelos, médico, e dr. António Vaz de Almeida, engenheiro agrónomo.

Em Setúbal, por iniciativa do respectivo Governador Civil, foi organizada uma comissão para comemoração da semana da uva naquela cidade, sob a presidência do sr. Henrique Augusto Pereira, Presidente da Associação dos Agricultores do Sado.

Em Évora, o engenheiro agrónomo sr. Santos Garcia, chefe da 16.^a Brigada da Campanha Agrícola, realizou uma conferência num dos dias da semana da uva, sobre a cultura da uva e as estações de cura pelas uvas.

Nas Caldas de Moledo realizou-se uma sessão solene e uma exposição de uvas da região para cuja organização concorreram os srs. dr. José Contreiras, director clínico das Termas; sr. Miguel de Barros, proprietário das mesmas, e engenheiro agrónomo dr. Tobias de Sequeira.

Em Vila Franca de Xira realizou-se nos Paços do Concelho uma exposição de uvas produzidas na região.

Na Póvoa de Varzim, fez o sr. dr. José Pontes, membro desta Comissão, uma conferência no dia 17 de Setembro sobre a «Uva e as estações de tratamento».

Da sub-comissão do norte recebeu esta comissão o seguinte relatório:

A Semana da Uva no Pôrto

Celebrou-se a «Semana da Uva», no Pôrto, desde 27 de Setembro a 4 de Outubro, em virtude do atraso da maturação das uvas no Norte do país.

Calcula-se que, por motivo da «Semana da Uva», afluíram ao Pôrto mais de 200.000 quilos de uvas, que foram vendidas a preços variáveis, entre 70 centavos a 2\$00 escudos (uvas de casta).

Dessa quantidade, uns 1.200 quilos de uvas foram oferecidos pelas Comissões Administrativas das Câmaras Municipais, pelo Sindicato Agrícola de Favaio e viticultores, para serem vendidas em favor de instituições de beneficência, elevando-se o produto da venda a Esc. 2.303\$50, que foram distribuídos, conforme recibos colhidos.

O programa executado foi o seguinte:

Domingo, 27 de Setembro— Venda de uvas na Foz do Douro, por vendedeiras ambulantes, na Avenida Brasil.

Segunda-feira, 28— Venda de uvas, em favor de estabelecimentos de beneficência, em vários estabelecimentos e pelas ruas do Pôrto.

Terça-feira, 29— Venda, em vários locais, de uvas oferecidas à sub-comissão, em benefício das instituições de beneficência.

Quinta-feira, 1 de Outubro— Venda de uvas, por senhocras, na Avenida Brasil, da Foz do Douro, em favor de instituições de beneficência, produzindo a quantia de 1.903\$25.

Sexta-feira, 2— Conferência sobre a «Cultura de uvas de mesa», pelo engenheiro-agrícola dr. Miguel Neves, no Ateneu Comercial do Pôrto.

Sábado, 3— Venda de uvas, na praça da Liberdade, em favor de instituições de beneficência.

Abriam-se quatro concursos, a saber: Para as melhores uvas; para os melhores estabelecimentos ornamentados com uvas; para as montras melhor ornamentadas; e para as barracas do Mercado do Bolhão melhor decoradas.

Os prémios para êsses concursos foram oferecidos pelas seguintes entidades: Comissão Administrativa da Câmara Municipal do Pôrto, Direcção da Associação Comercial do Pôrto, Direcção do Centro Comercial do Pôrto, Direcção da Associação dos Comerciantes do Pôrto, Direcção da Companhia Hortícola-Agrícola Portuense, *Cartilhas do Lavrador*, direcção do jornal *O Lavrador* e júri do concurso dos estabelecimentos melhor ornamentados.

Os quatro júris expressamente nomeados, atribuíram os prémios pela forma seguinte:

I CONCURSO — AS MELHORES UVAS:

1.º prémio — Salva da Câmara Municipal do Pôrto — à Aveleda, Ltd.^a.

2.º prémio — Chocadeira oferecida pelas *Cartilhas do Lavrador* — a António Pinto Guedes de Paiva (herdeiros), de Barqueiros.

3.º prémio — Pulverizador, oferecido pela Associação Comercial e Industrial de Gaia — a António Augusto Regueiro, da Régoa.

II CONCURSO — ESTABELECIMENTOS ORNAMENTADOS COM UVAS:

1.º prémio — Taça da Associação Comercial do Pôrto — a «Salchicharia à Portuguesa».

2.º prémio — Salva de prata, oferecida pelo respectivo júri — à Gardenia.

3.º prémio — Jarras oferecidas pelo jornal *O Lavrador* — à Grinalda.

III CONCURSO — MONTRAS ORNAMENTADAS :

1.^{os} prémios — Estatueta do «Vindimador», oferecida pela Companhia Hortícola-Agrícola.

IV CONCURSO — BARRACAS DO BOLHÃO, MELHOR ORNAMENTADAS :

Prémio — Estatueta decorativa, oferecida pela Companhia Hortícola-Agrícola, a Amândio Augusto Sandiares.

A Comissão Administrativa da Câmara Municipal do Pôrto, está a sub-comissão da «Semana da Uva» muito especialmente grata, não só pela oferta do belo Prémio artístico, como pela isenção de taxas para as uvas entradas na cidade e bem assim para os vendedores nos mercados e nas ruas.

Também se confessa grata às Companhias dos Caminhos de Ferro Portugueses, pela concessão feita no transporte de uvas.

As seguintes dão ideia das cooperações generosas que a Sub-Comissão recebeu e a que não pode deixar de confessar-se muito grata.

RECEITA

Subsídio da Liga Agrária do Norte, para impressão dos cartazes.....	330\$00
Subsídio da Associação dos Comerciantes do Pôrto, para melhoria da iluminação eléctrica do mercado do Bolhão.....	200\$00
Subsídio de «O Comércio do Pôrto», para afixação de cartazes, despesas do expediente, festival do Bolhão, transportes, etc.	516\$20
Produto da venda de uvas, em favor das casas de caridade.....	2.303\$50
	3.349\$70

DESPESAS

Refôrço da iluminação eléctrica do Mercado do Bolhão, pago aos serviços M. do Gás e Electricidade	200\$00
Custo dos cartazes, na Litografia Nacional.....	330\$00
Afixação de cartazes, despesas de expediente, festival do Mercado do Bolhão, transportes, etc.	516\$20
Esmolas distribuídas a diversas instituições de Caridade	2.303\$50
	3.349\$70

Antes de concluir, a sub-comissão tem considerações a fazer :

1.º — Em futuros anos, se a «Semana da Uva» se repetir, como é de crer, deve a preparação fazer-se em princípios de Agôsto, de modo a poder-se seleccionar castas e estabelecer devidamente «Estações Uvais», onde elas possam ser utilizadas, realizando-se assim uma obra de carácter científico e de acentuadas vantagens práticas.

2.º — Deve contratar-se com os viticultores a remessa de grandes quantidades de uvas, a entregar em dias sucessivos, durante a «Semana da Uva», para que a sub-comissão possa ser a reguladora dos preços no mercado, por venda directa em locais públicos, obtendo-se, ao mesmo tempo, recursos para despesas indispensáveis.

3.º — Os Governadores Cívicos dos distritos acentuadamente vinícolas, devem intervir junto das Câmaras Municipais dos respectivos concelhos para que incitem os viticultores a enviar uvas.

A Sub-Comissão desejaria levar mais longe o seu esforço ;

mas faltaram-lhe tempo e maiores cooperações, sobretudo da parte dos viticultores.

Sobejou-lhe; porém, a boa vontade.

- (a) *Bento Carqueja.*
- » *Amílcar de Sousa.*
- » *Manuel de Figueiredo.*
- » *Fernando Guedes.*
- » *Luís Rebêlo Valente.*
- » *Armindo Peixoto.*

Desejava esta comissão concluir o seu relatório, apresentando as cifras do consumo de uvas em todo o país durante a «Semana da uva» para que se pudesse apreciar duma maneira prática a eficiência do primeiro esforço feito entre nós para intensificar o consumo das uvas frescas.

Infelizmente, e não obstante as diligências feitas para isso, teve a comissão de reconhecer a impossibilidade de atingir êsse «desideratum», por falta dos elementos necessários.

Devido, porém, à boa vontade das autoridades administrativas e de alguns particulares, dos que mais eficazmente cooperaram com esta comissão, é possível dar por uma forma fragmentária algumas indicações de consumo, que permitam ajuizar das proporções que pode vir a assumir, de futuro, o movimento a favor da intensificação do consumo das uvas.

Os dados em questão são os seguintes :

<i>A Firma Abel Pereira da Fonseca, L.^{da}</i>		
vendeu ao público durante a semana da		
uva nos 83 estabelecimentos que possui		
em Lisboa.....	259.515	quilos
<i>José Domingos Barreiro, L.^{da}</i>		
nos seus estabelecimentos de Lisboa.....	51.654	»
<i>Armazéns Grandela.....</i>	5.868	»

<i>Armazéns do Chiado:</i>		
cidade do Pôrto.....	200.000	quilos
concelho de Marco de Canavezes.....	5.000	»
Póvoa do Varzim.....	500	»
Vila Franca de Xira.....	20.000	»
Valongo	500	»
Mira	1.000	»
Vila Verde	2.000	»
Cidade de Setúbal.....	50.000	»
Mação	750	»
Sines	3.000	»
Arouca	150	»
Constância	980	»
Seixal	1.400	»
Tavira	450	»
Alportel	960	»

Lisboa, 30 de Novembro de 1931.

O PRESIDENTE

(a) FRANCISCO ANTÓNIO CORREIA.





