

A arte de conservar a saúde e prolongar a vida, por Salvador Massano Cardoso

A Unidade de Alcoologia de Coimbra (UAC) da DICAD da ARS Centro continua a desenvolver o projecto “Ciclos Temáticos de Formação em Alcoologia”. A sessão de 23 de Maio, que contou, como tem sido habitual, com casa cheia, foi dinamizada por Salvador Massano Cardoso, Professor Catedrático de Epidemiologia e Medicina Preventiva da Faculdade de Medicina de Coimbra e versou sobre a “A arte de conservar a saúde e prolongar a vida”.

Dependências esteve presente no evento e entrevistou o prelector, que nos revela uma perspectiva diferente da história dos consumos de álcool em Portugal...



SALVADOR MASSANO CARDOSO, PROFESSOR CATEDRÁTICO DA FMUC

“As bebidas alcoólicas nunca se devem beber... devem comer-se”

Que importância assume este exemplo dado pela UAC, ao diversificar o debate sobre os problemas causados pelo consumo excessivo do álcool em Portugal?

Salvador Massano Cardoso (SC) – Este é um assunto muito importante, que se instalou desde os finais do século XVIII porque, até aí, os portugueses nem eram grandes “bebedolas”... Hoje, vou contar um pouco dessa história... Ao contrário do que se pensa, nós só começámos a beber praticamente depois do terramoto de 1755 e existem razões históricas que o comprovam, que têm a ver com vários factores, como a colonização inglesa que, entretanto, se observou... Por outro lado, os portugueses, curiosamente, eram um povo muito frugal, quer em termos alimentares, quer em termos de consumo de bebidas alcoólicas. Essa frugalidade foi desenvolvida, sobretudo durante a II e a IV dinastia porque os portugueses gostavam muito de imitar a corte e os reis portugueses não eram “bebedolas”. D. José I, com aquele desastre de 1755, passou a viver na “barraca real”, não havia antidepressivos na altura e o seu médico particular começou a prescrever-lhe vinho para o tranquilizar. Começou a gostar e, a partir daí, com esta mudança de hábitos da corte portuguesa, aliada à influência dos beberrões ingleses, como alguns chamam, vindos da-

queles tratados comerciais que Portugal celebrou com a Inglaterra, originou mudanças radicais no consumo de bebidas alcoólicas no país. É uma história muito recente, afinal de contas...

Aceitando que seja recente, a verdade é que a classe médica tardou em acordar para esta problemática...

SC – Não... Não tardou... Também vou provar, através da minha prelecção que, desde o tempo de Aristóteles, de Plínio e da Antiguidade Oriental se sabia dos efeitos maléficos e benéficos do vinho. Nada foi descoberto agora. Sempre se soube e muito mais do que pensamos... Muitas vezes, julgamos que descobrimos coisas novas quando as mesmas estão diagnosticadas, detectadas, definidas e até estabelecidas quanto às formas de prevenir e tratar desde longa data... Tudo se repete...

Podemos dizer que bebemos para esquecer... ou esquecemos por que bebemos?

SC – Em princípio, devemos beber porque nos apraz registar o agrado que é uma bebida. Beber faz parte de um acto social ou cultural e, se for feito dentro de um determinado contexto, é realmente muito importante e útil para a sociedade, ao contrário do que se possa pressupor. O problema surge quando se ultrapassam determinados limites. Paracelso também dizia que a destriça entre um veneno e um medicamento é uma questão de dose... As pessoas começam a beber álcool justamente pelos efeitos eufóricos, libertadores, estimulantes e criativos que inicialmente a substância produz. Depois, sabemos o que pode acontecer se não houver travão às quatro rodas...

O Professor traz-nos aqui, hoje, A arte de conservar a saúde e prolongar a vida...

SC – Conservar a saúde, tal como prolongar a vida, é uma arte, no sentido em que é de facto possível prolongar a vida. De que maneira e até onde, não sabemos... tudo está aberto... prolongar a vida e atingir a imortalidade foi sempre o sonho do homem e o vinho, não sendo propriamente o elixir da vida, pela forma que é muitas vezes apresentado na comunicação social, nomeadamente através dos publicitários, relativamente aos efeitos benéficos, quase poderia dizer que começa a ser transformado no elixir. Mas não é. Ajuda em muita coisa mas é preciso ter cuidado. Prolongar a vida é um segredo que estamos a descobrir lentamente. As bebidas alcoólicas nunca se devem beber... devem comer-se. Ou seja, põe-se uma pequena quantidade e obtém-se prazer, ao contrário do que vemos ser feito por aí, que é encharcar bebidas alcoólicas de uma forma perfeitamente despendorada e irracional.