

DR. ASCENSÃO CONTREIRAS

Águas medicinais

Monografias de algumas
nascentes, seguidas de um
Guia Termal Português

Com prefácio do
Professor Dr. Armando Narciso

LISBOA
1934

DR. ASCENSÃO CONTREIRAS

Aguas medicinais

Monografias de algumas
nascentes, seguidas de um
Guia Termal Português.

Com prefácio do
Professor Dr. Armando Narciso

LISBOA
1934



PC
MNCF
GWS
CON

PREFÁCIO

O Snr. Dr. Ascensão Contreiras, autor d'êste volume, é um hidrologista de carreira. Depois de diplomado no Instituto de Hidrologia de Lisboa, onde foi aluno laureado, foi successivamente director clinico das Termas de Monte Real, das Alcaçarias do Duque e hoje está à frente das acreditadas Caldas de Moledo. Não lhe falta portanto competência e experiência para falar de ciências hidrológicas e tem já um nome conceituado nos meios médicos para poder dispensar uma apresentação aos leitores.

Neste volume, trata o nosso Ilustre Colega, em seis interessantes monografias, das Águas do Algarve, Alcaçarias do Duque, Benémola e Fonte Santa, Moledo, Tedo e Monte Real. Desde o aspecto da paisagem, isto é da ambiência das fontes, até à composição e propriedades terapêuticas das águas, de tudo nos fala com entusiasmo e conhecimento de causa.

Do Algarve fala dos panoramas magníficos, que descem dos pendores das montanhas até à beira-mar, e da riqueza das Caldas de Monchique, infelizmente

tão desamparadas ainda. São também do Algarve as águas de Benémola, futura estância em gestação, de que visiona os estabelecimentos e hotéis de estilo árabe, em projecto.

Alcaçarias do Duque, da velha Lisboa, que tentam resurgimento, a lembrar antigas grandezas, merecem-lhe atenção e cuidado. A seguir são as Caldas de Moledo, nas soberbas margens íngremes do Douro, onde o autor trabalha actualmente, e que nos descreve em linguagem sóbria mas carinhosa. E, depois duma pequena e cuidada nota sôbre as águas de Tedo, sulfatadas alcalinas, especiais no nosso País, fecha o seu trabalho com um estudo sôbre as Termas de Monte Real, voltando assim aos seus primeiros amores, ou seja às termas onde primeiramente exerceu. Termina o livro num sinoptico índice termal, formulário de valiosa consulta para o médico prático, que não tem tempo de consultar tratados e revistas.

Sendo tão pobre a bibliografia termal portuguesa, são dignos do maior louvor aquêles médicos hidrológicos que, como o Snr. Dr. Ascensão Contreiras, assim veem «cavar na vinha do Senhor», e tanto mais dignos de louvar quando o fazem por simples amor à arte, como este nosso Colega, sem auxílio material das empresas que são as primeiras a beneficiar desta divulgação, mas sempre as últimas a contribuir para ela.

Um dos motivos do atrazo da nossa terapêutica termal está na fraca, quasi nula, divulgação das

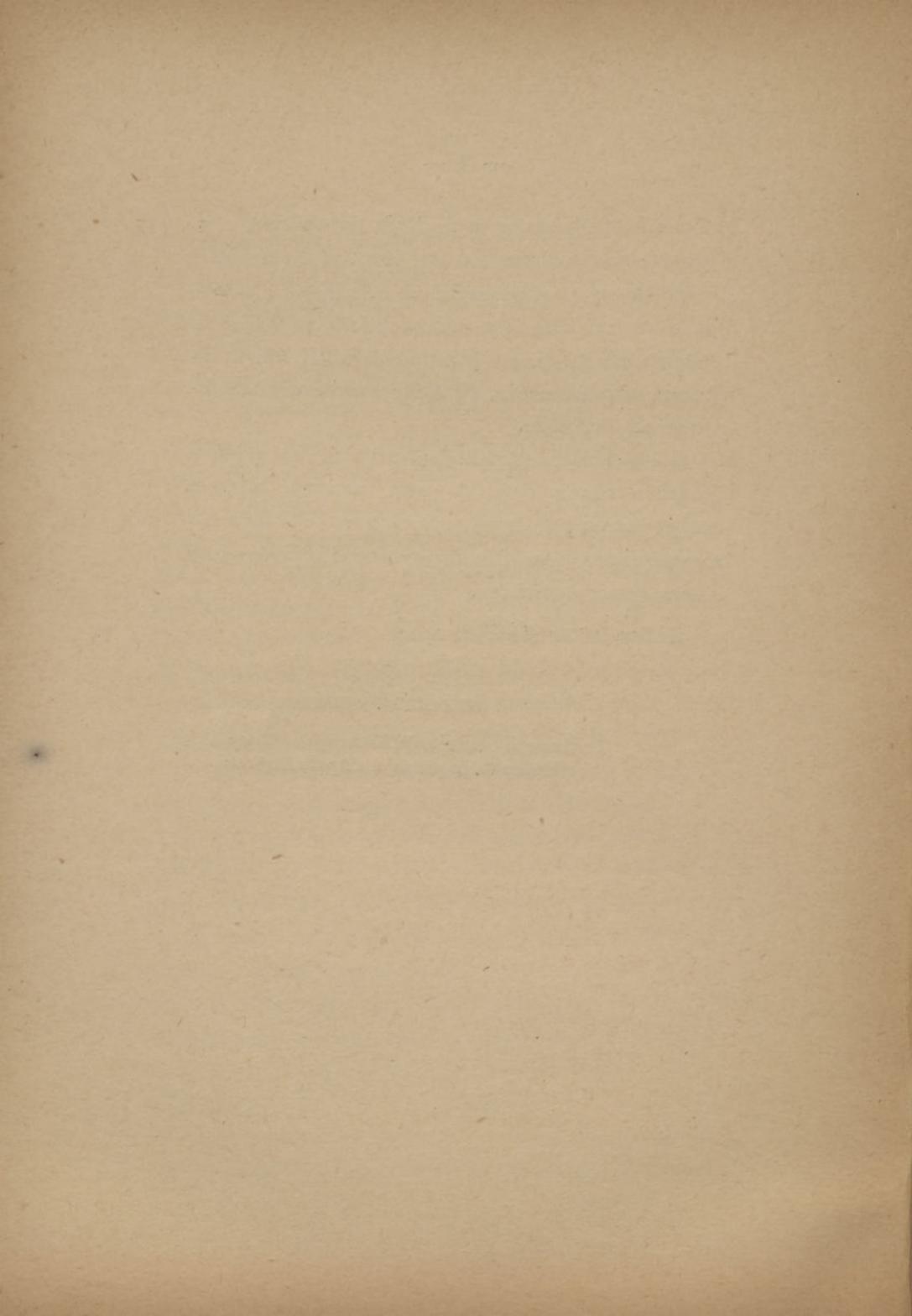
ciências hidrológicas no nosso País, em contraste com o que acontece por essa Europa fóra, onde as revistas, os tratados e as monografias de divulgação e propaganda termal abundam, indo a toda a parte levar o conhecimento do que são e do que valem as termas da França, da Alemanha, da Itália e até mesmo da Inglaterra e da Suíça.

Que o exemplo dêste nosso Ilustre Colega pegue e frutifique são os votos de quem, como eu, há tanto vem pugnando pelo melhor aproveitamento desta nossa enorme riqueza que é a das nossas abundantes e variadas águas medicinais.

Lisboa, 18 de Abril de 1934

ARMANDO NARCISO

Professor do Instituto de Hidrologia e Climatologia
Médico da Inspeção das Águas Minerais



A Água como agente terapêutico

TERMAS E PRAIAS DO ALGARVE

CONFERÊNCIA REALIZADA NA "CASA DO ALGARVE"
EM 17 DE MAIO DE 1930

Senhor Presidente :

Cumpre-me, primeiro que tudo, significar a V. Ex.^a os meus agradecimentos pelas palavras de carinhosa benevolência com que me envolveu, expressões devidas exclusivamente à nossa muita amizade.

E, para lenitivo das pessoas que vão ter a complacência de me escutar, acrescentarei que os meus mal cerzidos dizeres serão devidamente compensados pelo brilhante concôrto, que se vai seguir e a que gentis senhoras acederam o seu prestimoso concurso.

Minhas Senhoras, meus Senhores :

Como é do domínio de V. Ex.^{as}, a água é um elemento tão necessário à existência humana, que sem ela não pode haver vida. Se recordarmos a noção sabida, de que a água ocupa três quartas partes da superfície do globo e entra na constituição do nosso organismo numa percentagem média de mais de dois terços, atingindo, nalguns órgãos, 80 a 90 %, e mesmo mais, logo nos ressalta daí a sua capital importância.

A água mantém desde o início da humanidade os seus fóros de medicação preciosa. Á água se tem ido buscar higiene, saúde e tranqüilidade de espírito.

O Alcorão, código da legislação muçulmana, ao preceituar o banho como medida de higiene necessária, destaca a finalidade social que caracteriza êsse grande monumento de sanidade.

Mahomet, o fundador da religião islamita, muito antecipadamente a Freud, visando os temperamentos, iniciou, por meio da terapêutica hidriática, o que hoje constitui a filosofia moderna do vitalismo prático : — cuidar do corpo, gosar ordenadamente dos prazeres da vida, para, sem temor à morte, alcançar os sumos gosos do Paraíso, oferecidos por Alah.

A Bíblia, ao referir que S. João Baptista, baptisou no rio Jordão, lega-nos o símbolo de que o baptis-

mo é a saúde do corpo, por meio da água, que lava também as impurezas do espírito.

E o próprio Jesus Cristo oferece-nos o exemplo máximo, utilizando a água como veículo das suas curas de leprosos e paralíticos, unindo a sanidade, que é Ciência e Religião, com o humano e puro amor ao próximo.

Sendo médico, eleva a Medicina ao Sacerdócio.

A história da água como medicamento perde-se na escuridão dos tempos, mas diz-nos a tradição que Hipócrates — o pai, por assim dizer, da Medicina — 460 anos antes de Cristo, deixou um livro em que se refere à utilidade terapêutica da água, e a própria Fábula conta que Hecamedes, escrava de Pélios, rei da Achaia, era o sistema que utilizava para lavar as feridas a Machaon, famoso médico, filho de Esculápio — o Deus da Medicina.

Das gerações antigas, foram certamente os romanos que deram maior incremento à terapêutica hidriática, onde se alicerçava a Medicina, fazendo construir balneários sumptuosos, de que hoje ainda se encontram vestígios. A documentar o facto temos na nossa província as ruínas de Milreu, indícios de Ossónuba, a cidade antiga, nas proximidades de Estoi, onde existiram nascentes termais. E, igualmente, Monchique, onde se encontrou um bronze do alto império e diversas moedas.

No período da Renascença as águas saem do obscurantismo em que por algum tempo permane-

ceram e, depois de propagadas em França por Madame de Sévigné, que as lançou em moda, ganharam entusiasmo nos países do ocidente, reedificando-se termas e investigando-se cientificamente as propriedades das nascentes, no sentido de se lhes dar um renome fóra do empirismo.

Na hora actual é um método já suficientemente explícito e aperfeiçoado, de molde a ser considerado sem reservas por todo o profissional sabedor. Com efeito, a ciência moderna permite hoje estabelecer a valia dêsse importante factor terapêutico e, difundindo e aperfeiçoando as estâncias termais, presta um relevante serviço à Humanidade.

Abstraiamo-nos, por algum tempo, da água mínero-medicinal, e tomemos apenas em linha de conta a água pura, simples, destilada, vendo quanto de proveitoso com ela se póde conseguir, quando manejada por uma técnica hábil. A sua ingestão de manhã em jejum tem uma acção laxativa; ao deitar, principalmente se fôr bebida quente, tem efeito sudorífero, e daí o conhecido emprêgo dos infusos quentes, ou chás, nas gripes, anginas, etc., cuja efficácia advém essencialmente da água; administrada às refeições, passa por fazer engordar, e fóra das comidas favorece as eliminações e actúa em sentido contrário.

Institui-se o regime hídrico para auxiliar o tratamento de certas doenças do coração, enterites e embaraço gástrico,—verificando-se a influencia

que a água fria, em pequenas quantidades, exerce nos estados de enjôo. A água, quando aquecida, manifesta-se ainda como um poderoso agente anti-inflamatório.

Preconisa-se também a administração, da água, em doses largamente repetidas, nas febres tifoides e outros estados infecciosos.

Actua como desinfectante e restabelece as trocas nutritivas perturbadas. Os próprios acidentes nervosos beneficiam, como as hemorragias cerebrais e acidentes tóxicos e, estando ao alcance dos mais desprevenidos, é freqüente o emprêgo do copo de água nos casos de síncope e como socôrro de urgência.

A quantidade de água necessária às secreções é, numa média, de litro e meio por dia.

Mas o meio de penetração da água não é somente o canal digestivo, pois a pele é também uma óptima via de absorção, constituindo o banho um meio de cura análogo à reflexoterápia nasal, praticada modernamente pelo dr. Asuero, pela acção de choque que exerce sobre as terminações nervosas da superfície vaso-motora e reflexa. A água póde ser utilizada ainda em duches, enteroclises, abluções, enfaixamentos, inalações, pulverizações, gargarejos, enfim em múltiplas modalidades, que seria fastidioso enumerar, sem esquecer as próprias injeccões sub-cutâneas, intra-musculares ou endovenosas.

Quando isto é com a água comum, que dizer

da água impregnada de sais, constituindo soluções extremamente complexas, cujo valor farmacológico corresponde aos elementos que entram na sua composição ?

Assim, por um lado, surgem-nos os sulfuretos, com a sua acção local como desinfectantes e modificadores celulares, elevando a actividade dos tecidos e fluidificando as secreções; os bicarbonatos, interessando pelas suas propriedades dissolventes e transformadoras das trocas nutritivas, de que beneficiam a gôta e o reumatismo; os cloretos, activando a circulação e facilitando as combustões; e, por outro lado, aparece-nos o sódio, o potássio, o cálcio, etc.

Do cálcio, o agente remineralizador da moda, de cuja assimilação depende o modo de ser praticamente aproveitado, escrevemos algures que, dados os benefícios que póde trazer ao organismo, chegou a inspirar ao investigador americano Cannon o conceito original de que com êle poderia resolver-se o problema da felicidade sôbre a terra.

Com efeito, verificada a influência dêsse elemento no metabolismo regulador do systêma vago-simpático e mantida a correlação entre os fenómenos de natureza psíquica e os de ordem fisiológica, de certo modo temos de admitir que, alterando-se a fisiologia dêsse systêma, no sentido dum estímulo, sejamos conduzidos a uma modificação de ordem psicológica na maneira de encarar a vida com mais alegria e confiança.

Mas a eficiência duma água não depende sòmente do seu gráu de mineralização. Há que contar com a concentração molecular, gráu de ionização e rádio-actividade. E, por vezes, partículas infinitèssimas, com a simples acção de presença, modificam os efeitos, resultando uma extrema e emaranhada complexidade, em parte ainda por desvendar. Não é esta, porém, a ocasião própria para apreciar o dinamismo das águas.

Não só à vida humana interessa profundamente o problema da água. Tôda a vida do Universo está dela dependente.

O grande problema da riqueza agrícola nem seria possível, sem a sua acção de benéfica influência.

As culturas irrigadas dão o maior contingente para a alimentação humana.

Da água dependem ainda as grandes energias que prometem os maiores empreendimentos da mecânica ao serviço da electricidade, e que, se enormes maravilhas apresenta já hoje ao mundo civilizado, maiores ainda há-de reservar às gerações futuras. E, além disso, se não fôssem os vastos Oceanos, que circundam o globo, Portugal não teria alcançado, na época das conquistas e das descobertas, o glorioso nome histórico que teve o seu berço no Promontório de Sagres, onde alcançaram realidade os sonhos do grande Infante D. Henrique, que levaram a desfraldar a cruz imortal de Cristo, através de mares nunca dantes navegados.

Minhas Senhoras, meus Senhores :

A hora vai passando, sem que até aqui me houvesse referido às fontes dêsse «jardim de moiras encantadas», que é o Algarve, na expressão feliz do poeta Cândido Guerreiro. Mas, para tranquilizar V. Ex.^{as}, desvanecendo-lhes o vislumbre de maior maçadoria que, por certo, lhes perpassa na mente, prometo ser breve, arredando detalhes que cansem mais abusivamente a vossa benévola atenção.

Na vanguarda das nossas termas, na vertente sul da Serra da Picota, ante um extenso horizonte de sonho e deslumbramento e envolta em variada e luxuriante vegetação, unvida de perfumes, jaz coma princesa adormecida sôbre tufado divan a formosa estância das Caldas de Monchique.

O caudal das suas nascentes repousa sôbre filões de sienite, leito antigo ornado de maravilha, com excepção da restante constituição geológica da província, que é formada por terreno secundário e moderno.

Pois reparem V. Ex.^{as} no simbólico contraste : a natureza foi generosamente pródiga, concedendo-lhe um lugar de eleição, e os homens tanto persistem em a manter ao abandôno.

São águas dum tipo especial e único no nosso País, já de si tão rico em fontes medicinais. Sulfúreas, bicarbonatadas sódicas, sulfatadas, cloretadas,

silicatadas, potássicas, cálcicas, férreas e... muito rádio-activas.

Mas o nosso intuito não é vir aqui ventilar a composição dessas águas, nem tam-pouco vos transmitir que são preciosas no tratamento do reumatismo, sciática, dermatoses, afecções das vias digestivas e respiratórias, porquanto isso sabem-no V. Ex.^{as} em demasia.

Dar-me-hei por satisfeito em juntar a minha apagada voz ao brado daquêles que já se pronunciaram no sentido de não desprezarmos tão riquíssimo tesouro.

Sei que foi elaborado um plano de melhoramentos, que, estando a imprimir, em breve será tornado público, e ali são previstas as expressas bases duma adjudicação, por concurso, a largo praso, melhoramentos nos hotéis, remodelação do balneário e tudo o mais que é necessário fazer.

Na factura dêsse documento não deixou, por certo, de ter interferência, a êle ligando o seu nome, o sr. Director Geral de Minas, um algarvio illustre de acrisolado amôr àquêle torrão.

Mas quer o estabelecimento continui em poder do Estado, quer seja concedido a uma empresa particular, urge, sem delongas, sair das condições em que actualmente se encontra, não protelando uma situação que sacrifica os nossos legítimos interêsses.

As entidades públicas, que têm sido as próprias a reconhecer a extraordinária importância da

hidrologia, quer criando cursos, quer patrocinando congressos da especialidade (e ainda êste ano entre nós se realizará um em Outubro, onde estão representadas algumas sumidades médicas mundiais), não pôdem, lógicamente, alhear-se da parte complementar, quanto a nós a mais importante, e que é: dar às suas estâncias o cunho inerente ao valôr inestimável das suas nascentes, estabelecendo assim uma directriz que é a seqüência da orientação inicial, concedendo a necessária unidade a um todo homogêneo. Diz-se que não há recursos, e o dinheiro hoje é de facto a pedra angular sôbre que assenta e se desenvolve qualquer iniciativa, mas porque não tornar extensivo às termas o crédito oficial que já se fornece à indústria e à lavoura?

E' uma solução que ousou lembrar, afigurando-se-me duplamente compensadora.

Por um lado há a garantia do capital empregado, e por outro é um estímulo ao desenvolvimento do património do País.

Simultâneamente ao engrandecimento da Economia Nacional, melhoravam-se os hotéis, criavam-se novas vias de comunicação e fomentava-se a indústria do turismo, que tão rendosa se tem mostrado lá fóra e de tão largo e decisivo alcance nos parece.

Há que enveredar pelo critério das exigências da hora que passa, aproveitando condignamente os mananciais de riqueza que se nos oferecem,

como não existem melhores no mundo, e que só nos falta apresentar com vestimenta condigna.

Cingindo-me à idéa de apontar os recursos de clima e paisagem da zona temperada que constitui o nosso rincão, cujos encantos no inverno não são menores do que no estio, vou citar-vos um trecho do último livro de Raúl Brandão, que por não ser nosso comprovinciano nos parece insuspeito. Eis a sóbria tela:

“Tôda a brancura fáiça entre a serenidade da água e o cinzento do céu. E isto no momento em que todo o algarve é uma flôr, num inverno em que, nem à noite, se sente ponta de frio. Mar como caldo azul, o cercal, a costa de penedos decorativos, e na terra leite derramado — graça de paisagem com as chaminés rendilhadas, entre amendoeiras irrompendo dos barros vermelhos. As amendoeiras nêste tempo transformam todo o Algarve. Há-as pequeninas e redondas, desentranhadas com emoção. Há-as enormes, formando uma só flôr. Há-as que vergam ao pêso da brancura e que perfumam a estrada. Há-as côr de rosa e côr de môsto. Há-as casadas com velhos troncos de oliveira carcomidos. Há-as em grupos ao pé de tocas felizes, quatro paredes e um telhado no meio dum campo, onde corre um rêgo de água cheio de junquinhos.”

E mais adiante :

“O Algarve litoral é um pomar, terra de hortelões, e, exceptuando Olhão, de marítimos de sequeiro.

“Ao longe fica a serra coberta de estevas e Monchique com o seu rico arvoredado e as suas águas, a serra onde cresce o castanheiro, o sobreiro, o azinheiro.”

E podíamos acrescentar: o pinheiro, o ulmeiro e outras árvores de fruto, como a laranjeira, macieira, a noneira, bananeira e ainda plantas ornamentais, o bambú, o inhame, cana sacarina, as hortenses, as begónias, o chorão e a acácia...

Prestada assim a devida homenagem, que o brilhante escritor rendeu à nossa província, continuo a desenvolver os pontos fundamentais de natureza técnica a que subordinei o têmea da minha palestra, mencionando por ordem de categoria, depois de Monchique, a *Fonte da Atalaia*, ou de *Santo António* de Tavira,—burgo pacato de lindíssimos arredores.

E' já bastante antigo o conhecimento das propriedades medicinais desta água, cujo emprêgo devemos ao médico Nunes Gago, que exerceu clínica naquela cidade, sendo curioso frisar que eram já citadas no Aquilégio Medicinal do Dr. Fonsêca Henriques, escrito há mais de dois séculos.

Ganharam tão bôa nomeada, que se tornou extensiva a sua fama à Andaluzia, pelo que na época própria afluem a Tavira famílias espanholas a fazer a sua estação de cura, e estamos convencidos de que, uma vez concluída a via férrea de Huelva a Ayamonte, pela facilidade de comunicações maior concorrência se acentuará.

O Balneário, propriedade do hospital, é actualmente bastante acanhado, mas ao que nos informam vão introduzir-lhe melhoramentos.

Oxalá que assim seja, pois o caudal é muito importante, e tem anexos vastos terrenos que permitem expansão para bons hotéis, parques, campos de jogos e tudo o mais que hoje requiere e exige a sociedade moderna.

As nascentes da Atalaia gosam fama de virtude nas doenças de pele, reumatismos de vária espécie e infecções ginecológicas. Para uso interno são aconselhadas nas dispepsias atónicas, por serem águas essencialmente bicarbonatadas, cálcicas e magnesianas, de composição similar às das Caldas de Benémola, na freguesiã de Querença, de que nos vamos agora ocupar. Nestas Caldas de Benémola, tudo é semelhante, o que se justifica, por o caudal provir da mesma faixa jurássica, que vem de perto de Vila-Real.

Brota a água de um vale junto à ribeira; mas aqui a sua localização, entre montanhas de privilegiado clima sanatorial, com um ar puríssimo e ao abrigo dos ventos, reúne tôdas as condições para os edificios grandiosos que se projectam construir.

Tive a honra de ser incumbido do estudo médico, que acompanha o processo de concessão, que está em andamento e isso deu-me ensejo de conhecer o interessante projecto sôbre motivos árabes a

que devem obedecer o balneário e os hotéis.

A estas águas já Baptista Lopes se referia, na sua «Corografia do Reino do Algarve», exprimindo-se nêstes têrmos: «Em cima das águas da ribeira Benémola há uma fonte do mesmo nome, ao presente grosseira e tôsca, mas que ainda tem vestígios de que fôra de bôa fábrica e muito antiga; nasce ela debaixo duma íngreme rocha, de norte para sul, deitando tão grande porção de água, e com tal ímpeto e violência que corta a ribeira, que já ali é bastante larga e de muita água e vai lançar-se na margem fronteira.

No verão, quando a ribeira se seca, ela só dá água para mover os moínhos, que estão construídos na sua corrente.

Tem a virtude de fazer expelir as sanguessugas, que ela não as cria. . . »

Mantendo o pitoresco do escrito da época, que conservamos tal qual, para não perder o sabôr, fóco simplesmente a circunstância de «expelir as sanguessugas, que ela não as cria», expressão que na linguagem médica actual deve corresponder ao desaparecimento ou não formação de neoplasias.

Correlacionando êste facto com o abundante conteúdo da água da Benémola em magnésio, cujos recentes estudos do cirurgião francês Delbet demonstram o seu forte poder anti-canceroso, pôde encontrar-se justificação para fenómenos que estão ainda em estado bastante nebuloso, e quem sabe o

futuro que lhe está preparado em serviços a prestar ao sofrimento humano.

Bastaria êste factor, se outros não houvesse, como o ser também uma magnífica água de diurese, que está a ser utilizada como água de mêsa, para a sua reputação ràpidamente se fazer da maneira mais completa.

Ao realizar-se a projectada via de penetração em linha férrea de Loulé a Almodôvar-Castro Verde, o caminho de ferro passar-lhe-há próximo, podendo-se também utilizar em camionagem automóvel a via ordinária, que já está iniciada, conjugando-se com a futura linha da beira-serra, pelo que lhe fica assegurado um fácil acesso, especialmente com derivação do Baixo-Alentejo.

E eis aqui a largos traços as nossas estâncias termais, a que faltaria acrescentar as Fontes de Salir, Cachopo, S. Brás e Fonte Santa — e que nós deixamos apenas mencionadas por serem de menor grandeza.

Resta referir-me à talassoterápia — agora não haverá perigo em proferir o termo — que significa apenas o tratamento pela água do mar.

A êsse respeito não sômos de dote menos poderoso, pois tôda a nossa costa, desde a ponta de Sagres, donde partiram as nossas náus em demanda de Novos Mundos, até ao Guadiana, é, por assim dizer, uma praia contínua: Albufeira, Armação de Pêra, Praia da Luz, Quarteira, Carvoeiro,

Monte-Gôrdo e Cacela, são as melhores pérolas dêsse colar, donde sobressai a Praia da Rocha, com os seus Três Ursos a formar medalhão.

Envolve-nos o Oceano numa renda de espuma, cuja tonalidade verde afaga os nossos desejos e cobre-nos um céu de côres fulgurantes, que se reflecte na obra dos nossos poetas e no olhar doente e de misticismo das nossas mulheres, que são a característica dos encantos das mulheres portuguesas, e que, sem vaidade e sem orgulho, lhes dão direito a ocupar um lugar de relêvo entre as mulheres da raça latina.

Tôda a orla banhada pelo mar é límpida e serena, de clima dulcíssimo, emanações iodadas e raios solares que avigoram; e ali se vai no verão retemperar a saúde, descansar das trabalhosas lides do ano e por vezes à conquista de corações. . .

Ainda antes de concluir as minhas considerações, devo pôr em relêvo a Praia da Rocha, cognominada com propriedade a Costa Vermelha, pela maravilha dos seus poentes, num cenário de rutilante imagem carmezim, cuja beleza tem sido pintada pelos nossos artistas e que eu não vos reproduzirei aqui, para não lhe embaciâr a côr.

A Rocha é a demonstração mais eloqüente da grandeza dos nossos recursos de turismo. O seu clima mediterrâneo, no inverno, onde nunca há humidade, com temperatura mais amena que a Côte d'Azur e Biarritz, marcam-lhe superioridade,

como estação marítima, às melhores do estrangeiro. Vai já tendo, é certo, em relação às outras das nossas praias, um notório gráu de elegância, mas, à semelhança do que frisamos com respeito às termas, está num manifesto atrazo perante as estações estrangeiras congéneres. O condão nativo das nossas grandezas regionais carece, pois, de ser completado pela obra humana e civilizadora, criando-se a indústria do turismo para atraír o oiro que, sem qualquer proveito, nos vai ficar lá fóra.

Há, portanto, que valorizar os dotes com que a Natureza nos brindou, congregando os esforços e dedicações de todos os filhos de Portugal, e em especial os da nossa encantadora província, que formou outrora o Reino dos Algarves, mas continúa a ser um canto bemdito da Pátria Portuguesa, que se orgulha de viver nas tradições de glória dos seus antepassados, e que deseja trabalhar na estrada do progresso, para contribuir para o orgulho dos contemporâneos, preparando um futuro brilhante aos vindouros, certo de que assim virá a ocupar o lugar que de direito lhe pertence como parte activa e enérgica da Nação. São êstes os votos que formulo como português e como algarvio. Disse.

Alcaçarias do Duque

(LISBOA)

Os notáveis progressos da ciência hidrológica, descobrindo e esclarecendo factores complexos de acção crenoterápica, abriram novos e vastos horizontes a um agente terapêutico, que vem desempenhando um papel formidável na medicina moderna. Não é nosso intuito, nem aqui seria cabido, dissertar sobre as doutrinas assentes ou problemáticas a tal respeito elaboradas, mas tão somente fixar em sucinto relato o que mais directamente, sob o ponto de vista clínico, diga respeito ao estabelecimento termal das «Alcaçarias do Duque», que, graças à benévola e sobremodo honrosa indicação do nosso querido Mestre, o sábio prof. Dr. Sílvio Rebêlo, fomos chamados a dirigir, e a quem pedimos licença para aqui deixar vincada a nossa gratidão.

As termas das Alcaçarias, que nêstes últimos anos eram deficientemente aproveitadas, acabam

de passar por uma importante remodelação, reabrindo nas melhores condições de higiene e conforto, de harmonia com o valor terapêutico das suas águas e as exigências da vida social moderna.

Eram estas águas já conhecidas dos antigos povos, pois há menção de terem sido utilizadas pelos Romanos em sumptuosas termas. Segundo uma nota amavelmente concedida pelo ilustre prof. de Faculdade de Letras, Dr. David Lopes, o vocábulo *Alcaçarias* é o adjectivo grego *Caisaria*, precedido do artigo árabe *al*; veio-nos, pois, pelos Árabes. Significa (mercado, bazar) *imperial* (*Caisaria* deriva de *Caisar*, César). *Alfama* é árabe e significa *fonte termal* (em Espanha há várias termas com o nome *Alhama*, mais próxima da forma árabe). As águas das Alcaçarias deram, pois, nome ao bairro, e junto delas devia por isso existir um mercado ou bazar.

Após o período de decadência e obscurantismo da idade média, que foi fase de eclipse para a velha usança dos agentes naturais, tanto ficára do seu passado que depressa volvem ao antigo brilhantismo, constituindo estas águas medicinais assunto dos tratadistas de maior nomeada nos séculos XVIII e XIX, tais como os Drs. Fonseca Henriques e Francisco Tavares, ambos médicos da Casa Real.

Seja-nos permitido transpôr para aqui um interessante trecho do Aquilégio Medicinal, escrito em

1726, pelo Dr. Fonseca Henriques, onde avulta um caso que se afigura miraculoso e a que, para não perder o sabôr da época, conservamos redacção e ortografia :

“... nas Caldas do Duque, em que, como temos dito, ha mays partes sulphureas, que nas outras Caldas vizinhas; e por isso notámos, que aquellas tem mayor virtude para queyxas de nervos, e juntas, do estamago, e utero; e observámos, que se podem tomar muytos banhos sem dano do estamago, que ordinariamente se offende com elles, quando não tem virtude corroborante, como tem os das Caldas, ou Alcaçarias do Duque. Nestes vimos curados alguns achaques, que as Caldas da Raynha não poderão vencer, sendo proprios para ellas, que não são de intemperanças quentes. Huma Religioza, ja de idade consistente, foy algumas vezes tomar banhos das Caldas da Rainha, para se curar de estupores que teve, de que veyo sam, mas levando hum cirro no ventre, mays antigo, que os estupores, nunca melhorou delle; nem cuydava em lhe buscar remedio. Passados alguns anos adoeceo com huma melancholia hypochondriaca, de que a curámos com estes banhos, mas muyto antes de melhorar da hypochondria, se desfez o cirro, com grande admiração de quem soube o cazo. Com este exemplo vimos depoyz pessoas curadas nestes banhos de cirros, e inchações duras de ventre;... de sorte que aproveytão

melhor dos seus males, sem excandecer o calor, nem aumentar as intemperanças quentes . . . » E não vá causar estranheza a extensa gama crenoterápica, já ao tempo empiricamente desenhada, pois dando-se a circunstância do balneário possuir duas fontes de tipo diferente, conjugada à aparelhagem moderna, de que dispômos, a base experimental de outra gosa hoje ainda de maior amplitude.

São águas bacteriológicamente puras, dimanando de terrenos profundos na Costa do Castelo, constituindo a *nascente* chamada *alcalina* um caudal abundante de água cloretada sódica, bicarbonatada cálcica, semelhante à das muito freqüentadas termas de Cestona, nas proximidades de S. Sebastian, e privilegiada no tratamento de *dermatoses de carácter tórpido*, usando-se também no *linfatisimo e atonias do aparelho digestivo*.

A *nascente sulfúrea*, um pouco menos mineralizada do que a antecedente e com uma termalidade de 30 a 31 gráus, é uma sulfidricada, no género das águas francesas de Cauterets e Luchon e das suissas de Baden e Schinznach, e que, pela acção local queratolítica e desinfectante, emprega-se também nas *doenças de pele*; mas, ao invés das primeiras, de acção regenerativa mais branda, estas têm preferência nos processos purulentos em que é necessário promover a eliminação de sequestros, tais como nas *úlceras varicosas infectadas e certas formas de eczema*; e ainda no *acné, impétigo, psoria-*

sis, prurigos e outras piodermites. De modo análogo modificam o processo inflamatório das mucosas, diminuindo as secreções e daí os seus benefícios nas *faringites, bronquites húmidas e doenças de senhoras.*

A recente análise do insigne químico prof. Lepierre mostra-nos que o conteúdo destas águas em rádio-actividade, é triplo do das águas das Caldas da Rainha e sete a oito vezes maior que o das do Arsenal, usadas nos banhos de S. Paulo. Esta condição privilegiada quasi por si só póde explicar os benefícios que elas operam no *reumatismo, gôta, sciática e em tôdas as manifestações artríticas.* Com efeito, parece que é ao grande depósito rádio-activo de transformações lentas no organismo, que principalmente se deve attribuir a acção sedativa prolongada.

Estas interpretações são devidamente versadas nos relatórios do médico da inspecção de águas minerais, prof. Dr. Oliveira Luzes, glória da hidrologia portuguesa.

A termalidade e a composição química reforçam a consignada acção destas águas. Assim, o enxôfre, além de tópico e calmante, acelera as oxidações, contribuindo para a libertação do ácido úrico e manifesta-se tonificante e abaixador da tensão sanguínea. Dos banhos sulfurosos se tira ainda proveitoso resultado, como adjuvantes ao tratamento mercurial da *sífilis*, o que é hoje aclarado

pela transformação que se opera nos sais de mercúrio em sulfuretos, de acção mais longa e menos tóxica.

O conteúdo em cloretos activa a circulação periférica, determina hiperemia e reforça também o poder de oxidação, facilitando a combustão celular.

O predomínio dos «iões» bicarbonatos interessa pelas suas propriedades dissolventes e pelo poder de saturação que êles são capazes de exercer, combinando-se com os radicais ácidos, trazendo conseqüentemente modificações no metabolismo, que beneficiam na gôta e reumatismo.

No respeitante ao cálcio, o agente remineralizador da moda, tantas vezes administrado sôbre formas insolúveis, sabida a sua soma de virtudes, e que em dissolução nas águas é a melhor forma de ser absorvido, muito haveria a dizer. Restringir-nos-hemos às propriedades de simpaticotonia, por nos parecerem as mais interessantes, pois chegaram a inspirar ao americano Cannon, que possui estudos notáveis sôbre a adrenalina — substância que tem o poder fixador do cálcio no organismo — o conceito original de que com êle se poderia resolver o problema da felicidade sôbre a terra! De facto, verificada a influência de certos fármacos no metabolismo regulador do sistema nervoso vago-simpático, e mantida a relação de inter-dependência entre os fenómenos de ordem psíquica e os de ordem fisiológica, de certo modo temos que acei-



tar que um elemento que altera a fisiologia dêse sistema, no sentido de um estímulo, conduza a uma modificação psicológica, levando o indivíduo a encarar a vida com entusiasmo e optimismo.

Se, pela composição química, se pudesse calcular a acção farmacológica duma água, como pelo receituário médico podemos ponderar a acção curativa, seria proveitoso enumerar todos os elementos da análise, discriminando, ainda que sumariamente, o seu correspondente valôr terapêutico; mas há que contar com a permeabilidade celular, tensão osmótica, decomposição de iões no organismo e outros factores, além da parte misteriosa, ainda por desvendar.

Para que tôdas as applicações lucrem o seu perfeito êxito, necessário se torna que sejam executadas junto das nascentes, pois as águas, em contacto com o ar, experimentam modificações que as alteram profundamente.

Em resumo, o certo é possuímos a dentro de Lisbôa um estabelecimento balnear que a tradição consagrou e, agora, devidamente instalado, com todos os requisitos, oferece, para demais, o beneficio de se conservar aberto todo o ano.

Há, pois, que não regatear encómios ao intêrêsse votado pela administração da Ex.^{ma} Casa de Cadaval, pelo empreendimento importante com que dotou a capital, e sobretudo pela acção que daí resulta a bem da Humanidade.

Março, 1927.

**Algumas considerações
sôbre a acção terapêutica das nascentes
da Benémola e da Fonte Santa**

A nascente da Benémola encontra-se na freguesia de Querença, cêrca de nove quilómetros da laboriosa vila de Loulé.

A água nasce na falda dum monte, junto à ribeira, tendo atravessado os terrenos de jurássico e lias, que formam a faixa oriunda de Vila Real a Monchique.

A estas águas já Baptista Lopes faz referências em 1841, na sua «Chorografia do Reyno do Algarve», exprimindo-se nêstes termos:

«Em uma das margens da ribeira Benémola, há uma fonte do mesmo nome, ao presente grosseira e tôsca, mas que ainda tem vestígios de que fôra de bôa fábrica e muito antiga, nasce ela debaixo duma íngreme rocha, de norte a sul, deitando tão grande porção de água e com tal ímpeto e violência, que corta a ribeira, que já ali é bastante larga e de muita água, e vai lançar-se na margem fron-

teira. No verão, quando a ribeira se seca, ela só dá água para moer os moinhos, que estão construídos na sua corrente.

Tem a virtude de fazer expelir as sanguessugas, que os animais teem bebido em outras águas e ela não, as cria. . .”

Estas pitorêscas concepções do empirismo da época, ganham clareza com as bases científicas que a hidrologia vai tomando, e adiante procuraremos esclarecê-las convenientemente, convindo entretanto assinalar, desde já, o conhecimento que, embora defermado, os antigos possuíam da utilização medicamentosa dêste importante manancial.

De facto, o caudal é abundantíssimo — dez a doze litros por segundo — e a privilegiada situação do local, entre apertadas colinas, com um ar puríssimo, clima temperado e ao abrigo dos ventos, num fundo harmonioso de exuberante vegetação a formar cambiantes com rutilações de luz, reúne condições excepcionais para uma estância de cura e de repouso.

A análise química das águas da Benémola foi feita, vai para seis anos, pelo insigne mestre Engenheiro Charles Lepierre, concluindo tratar-se duma água hiposalina, bicarbonatada cálcica e sulfatada magnésica, levemente cloretada, isenta de contaminação suspeita.

Conquanto o problema da aplicação terapêutica de uma água não dependa sòmente da sua compo-

sição química, pois as águas medicinais não são apenas soluções de sais, mas um todo muito complexo, em que há a atender a múltiplos factores, tais como, por um lado, a concentração molecular, ionização, rádio-actividade, e por outro, a fórma como se efectuam as trocas intra-celulares e onde por vezes quantidades infinitesimais, que escapam à análise, com simples acções de presença, determinam modificações importantes no modo de actuar; conquanto, dizíamos, o problema da acção terapêutica de uma água não depende somente do aprofundado estudo da natureza íntima dos seus dados científicos, algumas ilações basilares se podem tirar da leitura da análise que lhes foi feita, de modo a explicar a sua eficiência farmacológica e daí as correlativas propriedades curativas.

Assim, tratando-se duma água pouco mineralizada e pura sob o ponto de vista higiênico, aconselha-se a uso interno como água desintoxicante, provocando pela diurese como que uma lavagem ao sangue, evitando retenções pelas modificações que traduz na concentração hidrogeniónica e actuando, no dizer de Huchard, não pelo que leva, mas pelo que tira. Dêste modo a sua utilidade nas doenças de nutrição, artritismo, estados tóxicos, nefrites, salvo as de natureza clorémica e até na albuminúria simples.

Facilita as digestões, e, possuindo uma acção neutralizante, está indicada nas gastralgias, dispep-

sias atónicas com fermentação e nos hepáticos em que se torne necessário activar as funções celulares do fígado.

A par destas applicações, póde igualmente ser útil na diabetes com insuficiêcia digestiva.

O predomínio conjugado dos elementos cálcio-magnésios intervém em acção sinérgica nos casos de anafilaxia, comportando-se as águas como *dessensibilizadoras*, na urticária e outras manifestações pruriginosas da pele; e, além disso, asseguram um notável papel, nos fenómenos biológicos ligados à remineralização do organismo.

Esta acção reconstituente das águas cálcicas torna-se muito interessante, porquanto é sedativa, ao contrário do que geralmente succede nos tónicos, devendo aproveitar-se para restabelecer as perturbações de equilíbrio nervoso, ligadas a disfunção vegetativa.

O conteúdo em magnésio, além das propriedades detersivas e desinfectantes que externamente traduz, como tópico da pele, é, por via interna, um catalisador intermediário a redobrar o poder de fixação do cálcio, — e por trabalhos recentes parece vir ocupar um importantíssimo papel num dos capítulos mais ingratos da patologia. Referimo-nos à eficácia sôbre o cancro, focada há pouco tempo pelo grande cirurgião Delbet; e, conquanto seja ainda acolhida com reservas, diversos são os institutos de investigação científica que lhe dedi-

cam trabalhos, devendo merecer tôda a protecção as experiências conducentes a verificar o que de concreto se consegue na cura de tão terrível mal. E bastaria essa confirmação para, por si só, o seu êxito estar assegurado.

A água da *Fonte Santa* brota a 40 gráus, próximo à vala real do Almargem, entre Quarteira e Almancil, com uma composição essencialmente cloretada-sódica, bicarbonatada-cálcica, tendo origem nos terrenos arenosos de infiltração da orla do litoral.

O nosso erudito comprovinciano falecido Dr. Ataíde de Oliveira faz-lhe menção na «Monografia de Loulé», apontando-a como maravilhosa para moléstias cutâneas, dôres e mais doenças reumáticas.

Pela temperatura elevada que estas águas revelam e pela sua alta percentagem de cloretos, mostram uma reconhecida utilidade nos reumatismos crónicos subagudos, onde tem aplicação terapêutica dominante.

Pelo estímulo que exercem sôbre a circulação periférica, influem muito favoravelmente na escrofulose e adenopatias e na resolução e cicatrização de lesões linfáticas.

Subseqüentemente, a exposição solar e a atmosfera balsâmica de pinheiros que reúne a região, são factores a acrescentar à justificação da sua eficácia nas referidas doenças.

O predomínio em iões bicarbonatos, com pro-

priedades dissolventes, e o seu conteúdo cálcico-magnésio, asseguram sôbre o rim uma tríplice acção: diurética, hemostática e antialbuminúrica.

Póde preconisar-se também com vantagem nas atonias digestivas.

É digno de pôr em destaque o seu gráu de ràdio-actividade como possível complemento a esclarecer a notável acção sedativa.

Mas tudo será feito a seu tempo, pois as pessoas a quem foi adjudicada a concessão tudo teem previsto com largueza de iniciativa, preparando, a dentro dos quesitos modernos, a construção de balneários, buvete e hotéis de carácter moirisco, a par de vias de comunicação de fácil acesso, de molde a ficar uma obra completa em todos os seus objectivos, destinada a alcançar uma natural derivação a estas paragens aproveitadas como centro de turismo. E assim, com tais elementos, estamos crentes, tudo se conjuga para que estas Estâncias venham ocupar o lugar a que teem incontestável direito, contribuindo para o desenvolvimento da riqueza regional e elevando o prestígio do bom nome algarvio.

Maio de 1930.

Caldas do Moledo

(DOURO)

Sobranceira à margem direita do Douro, ante um cenário de profunda beleza natural, onde o aspecto de grandiosidade das encostas do rio se casa com o soberbo deslumbramento das montanhas talhadas em socalco, num anfiteatro como que a formar presépio, ergue-se a formosa estância das Caldas do Moledo.

Estas águas fôram conhecidas desde os mais remotos tempos, sendo já utilizadas pelos romanos; porém, é a partir do século passado que logram verdadeira expansão, marcando como das mais concorridas.

A conquista desta freqüência e descobrimento de novas nascentes, cuja investigação científica revelou maiores virtudes terapêuticas, determinaram a edificação de balneários mais completos e a remodelação dos existentes, obedecendo aos modernos princípios das aplicações hidrológicas.

São águas essencialmente mesotermiais, hiposa-

linas, sulfúreas, sódicas, primitivas, carbonatadas sódicas, silicatadas, cloro-sulfatadas sódicas, fluoretadas, congéneres das águas estrangeiras de Vernet, (Pirineos Orientais) Luchon e Uriage.

As nascentes são muito bem captadas e possuem vastos caudais com temperaturas, que vão de 19 a 41 gráus, mas com analogia de composição química, e estão repartidas por três grupos, que, indo do Norte ao Sul, são respectivamente conhecidas pelas designações seguintes:

Grupo da Estrada, (32, 34 e 35 gr. centigrados).

Lameiras, (29° — banho fresco — 36 a 41° C).

Grupo do Rio (Piscinas 36,5 e 37.— Rio 30, 38° e Bica do Rio, para uso interno, 19 gráus cent.).

Esta diversidade de temperaturas naturais assegura uma escala manejável aos usos clínicos a que a água é correntemente destinada e foi exposta numa síntese admirável, pelo insigne químico, o sábio Prof. Ferreira da Silva, que estudou meticolosamente estas nascentes, manifestando a sua opinião como segue:

«São as que no país mais perfeitamente realizam o tipo das águas mesotermias, e assim oferecem a enorme vantagem de poderem ser utilizadas no estado nascente sem serem aquecidas ou arrefecidas.»

São águas muito ràdio-activas e, sob o ponto de vista higiénico, estão classificadas — bacteriológicamente puríssimas.

Se a êstes factores acrescentarmos a circunstân-

cia de ser o local dum privilegiado clima sêco, com um ar puro, onde nunca há humidade, obteremos a explicação cabal das razões da sua eficácia.

As indicações terapêuticas dominantes são o reumatismo e sífilis em tôdas as suas manifestações; estando também recomendadas nas doenças da pele e das mucosas. A existência da nascente fresca confere-lhe mesmo fóros de primasia na cura de dermatoses rebeldes, tais como as piodermítes, eczemas e psoriasis.

Pela sua acção tónica e resolutiva estão indicadas no linfatismo.

Pela sua especial importância é mister realçar o valor das piscinas, grandioso trabalho de engenharia moderna, com águas em renovação contínua, à temperatura de 37° em três, e 36,5° na outra; largueza para se poder nadar e onde uma atmosfera carregada de vapôres sulfúreos e ràdio-activos se aproveita de harmonia com as recentes conquistas científicas; de benefício sedativo e de maravilhoso resultado nas manifestações reumáticas, gotosas e brônquicas, em que os outros agentes se haviam mostrado ineficazes.

Últimamente o Estabelecimento foi dotado de banhos carbo-gazosos para o tratamento do coração e dos vasos, especialmente nos casos de aumento da tensão sanguínea e nas perturbações do sistema nervoso vago-simpático.

Há também aparelhos de duche a tôdas as mo-

dalidades, inclusivé de ar quente e para inalações, pulverizações e irrigação nasal, raios ultra-violetas e banhos de sudação, de vapôr, ar quente e de luz; aparelhagem para enteroclises, conseqüências de accidentes e para o tratamento de doenças nervosas e de senhoras, onde se tem registado nítidos casos de cura.

A estância possui Casino, bons hotéis, Parque com magníficas sombras e campo de ténis.

Além de se poder praticar a caça (coelhos, perdizes e lontras), o rio, que corre a dois passos, oferece aos amadores do apreciado desporto piscatório importante e variada espécie de peixes.

É um centro excursionista de primeira ordem, com facilidade, entre outros, de passeios à Régua, Lamêgo, Pedras Salgadas e Rezende, na faixa fronteira, considerada, pelo pitorêscio panorama que dali se disfruta, como a varanda do Douro.

Dista duas horas e meia do Pôrto, oito horas e meia de Lisbôa (comboio directo) e fica a oito horas da cidade espanhola de Salamanca.

Enfim, reüne, como Estação termal, tôdas as condições, que a tornam preferível. E a confirmá-lo estão os prestigiosos médicos por quem são usadas e aconselhadas, e o testemunho espontâneo dos doentes gratos aos casos impressionantes de cura que abundam nos arquivos clínicos.

Este artigo foi publicado a págs. 72 de: «Anuário Commercial de Portugal. Secção Turismo», 1932.

A água medicinal do Tedo

(GOUJOIM - ARMAMAR)

A água minero-medicinal do Tedo — que, por analogia de composição, foi cognominada com propriedade a Carlsbad Portuguesa, — mereceu ao insigne professor Charles Lepière o privilégio de uma comunicação à Academia das Ciências, certamente por se tratar de um tipo novo, completamente diferente de todas as águas do nosso País, que é dotado de uma vasta riqueza hidrológica, mas onde as águas do género sulfatado-sódico rareiam, pelo que a esta água se pode prever um largo valor.

A nascente foi captada por galeria nos diaclases de granito na falda de uma colina, próximo à margem esquerda do Rio Tedo. Este local reveste um aspecto de bucolismo vergiliano, oferecendo à vista um cenário de recorte gigantesco onde, no dorso escarpado da montanha, predomina o pinheiro, o medronheiro e o sobreiro, e em baixo, numa fértil bacia, laranjeiras, freixos, amieiros e casta-

nheiros, que estendem as angulosas ramadas pelo riacho a abraçar a água corrente.

*

As deduções farmaco-dinâmicas, que ressaltam do exame da componência química da água do Tedo, — cujo nome anda ligado à lenda do rei moiro D. Thedon — provém do forte conteúdo em sódio, elemento terapêutico de comum emprêgo nas doenças do aparelho digestivo, que careçam de uma acção alcalinizante, como as gastrites crónicas e dispepsias asténicas, colibaciloses, por retenções pútridas, enterocolites com obstipação ligada a estados espamódicos e ainda as afecções a que falte o estímulo da função hepática, tais como a litíase biliar, angiocolites, colecistites, cirroses hipertróficas de início e, finalmente, nas doenças do baço dependentes das perturbações de funcionamento do fígado, em especial as que se seguem ao paludismo e outras doenças tropicais. Secundariamente há uma acção sedativa exercida nas vagotonias, tornando esta água preciosa em todas as manifestações causadas por desequilíbrio nervoso.

O ião fosfato anti-tóxico e laxativo conjugado com o bicarbonato, além de regularizar as digestões, tem uma acção dissolvente, que, reforçada pela notavel percentagem em rãdiotividade, justifica o seu emprêgo nas doenças de fundo artrítico,

em que o metabolismo está perturbado, tais como reumatismo crónico, diátese úrica, areias e cálculos do rim e da bexiga, e outrosim na diabetes, pelo aumento que traduz na alcalinidade do sangue, activando o poder glicolítico dos tecidos. Por identico motivo, os seus benefícios podem tornar-se extensivos às dermatoses de origem digestiva e artrítica.

O potássio, o cálcio, o ferro, o magnésio e o lítio, componentes associados em soluto natural, intensificam enèrgicamente as virtudes terapêuticas, dando explicação satisfatória às modificações de ordem nutritiva que operam nas funções hematoipoiéticas o fortalecimento orgânico.

A atmosfera de ar puro e as excelentes condições climatéricas de média altitude constituem o complemento natural do tratamento hídrico: e por outro lado a localização, onde abundam curiosas reminiscências mouriscas e romanas, permite aí criar mais tarde uma estação de turismo.

A futura estância fica muito próxima de Moimenta da Beira, podendo ser fácilmente estabelecida a ligação com os centros mais populosos, por meio de estradas que veem de Tabuaço, Barcos, à Granja do Tedo, ou aproveitando o itinerário Régua, Armamar, Goujoim, percurso pitorescamente contornado de vales sulcados de ravinas e dominando uma perspectiva de encantadora e exuberante paisagem. Com tais requisitos, resta-nos, ao finalizar o relato das nossas considerações, for-

mular sinceros votos para que o espírito empreendedor do actual proprietário das Termas do Têdo, Ex.^{mo} Sr. António Gomes da Costa, leve a bom termo os seus desígnios, encontrando colaboradores para o aproveitamento condigno dessa invejável riqueza.

Novembro-1932.

Termas de Monte-Real

Se as pequenas monografias até aqui esboçadas, sôbre as nossas águas minero-medicinaes, obedecessem à ordem cronológica por que temos estado a dirigir os estabelecimentos termas respectivos, justificava-se fôsse o trabalho inicial, êste que ora se apresenta e que é consagrado à estância de Monte-Real, onde, levado pela mão amiga do glorioso Mestre, Doutor Oliveira Luzes, se fez, sob os melhores auspícios, o tirocínio da nossa carreira de hidrologista. Mas, como resa o Evangelho que os últimos serão os primeiros, não é por constituir o fecho dêste modesto estudo, que deixamos de colocar na devida importância.

Encontra-se o estabelecimento termal maravilhosamente situado, debruçando-se na ribeira do Liz, em próxima ligação por uma larga avenida com o Hotel, e enquadrado numa espessa mata de pinheiros e eucaliptos de cujo miradouro se domina a magnífica perspectiva que tem por fundo Minde e os píncaros da Serra de Porto de Mós.

Há vestígios do aproveitamento destas nascentes no recuado período romano, tempo em que a hidroterapia tivera indiscutível relevo; porém, interrompida esta tradição, a estância foi decaindo até o abandono. Neste estado se conservou, vindo a ganhar impulso na vigência de D. Manuel de Aguiar, Bispo de Leiria, em princípios do século passado. No entanto, foi verdadeiramente desde 1925, quando, dado o alvará de concessão ao Sr. Manuel da Silva Pereira, com edificação do Hotel e remodelação do balneário, de molde que as águas fôsem logicamente aproveitadas, consoante as exigências da evolução científica, que a estância logrou alcançar notoriedade e que, mercê da energia e espírito de organização do Sr. Olímpio Duarte Alves, seu sucessor, tem vindo em constante aumento de frequência.

As nascentes são essencialmente sulfidricadas, sulfatadas, cálcicas e magnesianas, cloretadas, bicarbonatadas mixtas,—e, tendo ajuizado da sua eficácia pela experiência clínica de três épocas seguidas que ali passamos, constatamos-lhe uma acção terapêutica polivalente de maior nitidez nas vias digestivas e respiratórias, manifestações artríticas e renais.

Observamos sobre o aparelho gastro-intestinal ser medicação favorável às dispepsias com hipo e ano-cloridria, activando as contracções musculares reflexas da túnica dos intestinos, evidenciando a sua especialidade nas enterocolites com obstipação

e timpanismo, ligado a processos fermentativos.

O que ressalta, a influir no aspecto farmacodinâmico destas águas, é o seu notável conteúdo em cálcio no estado solúvel e de perfeita ionização e assim fixando-se facilmente nos tecidos. Bastar-lhe-ia êsse precioso componente, elemento fundamental de sedação dos vago-tónicos, para se compreender o alcance do domínio vasto de aplicações. Mas além do conhecido efeito recalçificante e hemostático, mostra-se tónico cardíaco, aumentando a amplitude do ritmo do coração, diminue a excitação das fluxões brônquicas, anti-inflamatório da pele e das mucosas e desensibilizador nas reacções anafiláticas, donde as suas vantagens no combate à asma, edemas e algumas dermatoses como a urticária, eczema e prúridos.

O magnésio, como factor de defeza celular, tornando o organismo mais resistente e apto às trocas nutritivas, actua como agente de refôrço curativo.

Pelo enxôfre facilita-se a eliminação dos tóxicos nas fórmias diarreicas alcalinas de origem bacilar e que tantas vezes conduzem à intoxicação crónica. Aqui também actua o ácido sulfídrico associado aos cloretos, estimulando a bÍlis e promovendo a sua drenagem para o intestino. Êste processo de esvasão da vesícula póde reflectir-se também favoravelmente no combate às infecções das vias biliares. Verifica-se igualmente aumento de diurese ao

atravessar o parenquima renal, donde beneficia a litíase e as albuminúrias ortostáticas, digestivas e cíclicas.

Não entrando em linha de conta com a existência de outros iões, também de reconhecida utilidade e até alguns que no momento actual escapam à mais rigorosa análise, já aqui temos razões de sobejo que comprovem a valia destas águas.

O panorama local tem ainda atractivos muito apreciados sôbre o ponto de vista de turismo, que muito contribui para o lugar de destaque a que tem direito Monte-Real.

A sua povoação circunvizinha das termas, guarda relíquia de vila e foral do tempo de D. Diniz, que ali teve o seu paço e a capela da Rainha Santa. O povo, cioso dos seus pergaminhos, ainda lá conserva o histórico pelourinho a documentar o passado. E valoriza-a também uma situação excepcional no centro do País, caminho de passagem entre Leiria, Batalha, Figueira e Coimbra, o que tudo contribui para que me não fôsse difícil vaticinar a êstes filões de preciosa linfa uma fonte de riqueza, — vaticínio que já hoje, num crescente desenvolvimento, se encontra plenamente confirmado em resultados de tôda a ordem.

Lisboa, Abril de 1933

Índice alfabético das
Águas Medicinais Portuguesas,
sua composição e propriedades terapêuticas

- ALARDO (CASTELO NOVO) — *Fracamente mineralizada fria* — Doenças de rins, diabetes, gota, congestões hipertróficas do fígado e litíase biliar.
- ALÇAÇARIAS DO DUQUE — *Nascente alcalina* — Doenças de pele, aparelho digestivo, estados anafiláticos; *Nascente sulfúrea* — Reumatismo, doenças de vias respiratórias e metro-anexites.
- ALCAFACHE — *Cloro-sulfidricadas* — Reumatismo, bronquites.
- ALOANHÕES (CHARNECA DOS FAIRROS) — *Cloretada, bicarbonatada* — Dermatoses tórpidas, afecções digestivas.
- ALFAIÃO — *Sulfúrea e ferruginosa* — Reumatismo e linfatismo.
- ALJUSTREL — *Férrica, cúprica, arsenical* — Doenças de pele, úlceras antigas e reumatismo.
- ALPEDRINHA — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Artrismo, doenças de pele e intestinos.

- AMIEIRA — *Cloretada sódica mixta* — Dermatoses descamativas, linfatismo.
- AREAL — *Bicarbonatada-sódica, mixta, sulfatada* — Afecções gastro-intestinais.
- AREOLA — *Sulfúrea sódica primitiva* — Reumatismo e dermatoses.
- AREGOS — *Sulfúrea sódica primitiva* — Reumatismo, sífilis, afecções ginecológicas.
- ARSENAL — (BANHOS DE S. PAULO) — *Sulfidricada-cloretada* — Reumatismo, bronquites, metro-anexites.
- AZENHA — *Cloretada sódica, mixta* — Doenças de pele e gastro-intestinais.
- BENSAUDE — *Bicarbonatada sódica, mixta, sulfatada* — Doenças do estômago e pruridos cutâneos.
- BENÉMOLA — *Fracamente mineralizada* — Doenças de nutrição, fígado, rins e estados anafiláticos.
- BIUANHO — *Cloretada sódica, mixta* — Afecções digestivas, dermatoses rebeldes.
- CABEÇO DE VIDE — *Sulfidricadas cálcicas* — Dispepsias, fígado, reumatismo e afecções cutâneas.
- CALDAS DAS MURTAS — *Sulfúrea sódica primitiva* — Artrismo, sífilis.
- CALDAS DA RAINHA — *Sulfúrea cálcica e cloretada* — Reumatismo articular, sífilis, metro-ovarites; doenças do aparelho respiratório, ectima, impétigo, seborreia e piodermites.
- CALDAS SANTAS DE CARVALHELHOS — *Bicarbonatada*

sódica — Doenças de pele e das mucosas, aparelho digestivo, rins e bexiga.

CALDAS DA SAUDE (CALDINHAS) — *Sulfúreas sódicas primitivas* — Reumatismo, bronquites e metro-anexites.

CALDELAS — *Fracamente mineralizada fria* — Enterocolites mucos-membranosas de forma diarreica ácida, doenças do fígado, baço e anemia palustre.

CAMBRES — *Fracamente mineralizada fria, rádio-activa* — Inflamações e úlceras de estômago, intestinos, bexiga e útero. Dermatoses, feridas tórpidas e epiteliomas.

CAMPILHO — *Bicarbonatada sódica, mixta, sulfatada* — Afecções do aparelho digestivo, artritismo.

CARAMULO — *Sulfúrea sódica primitiva* — Artritismo, doenças de pele e intestinos.

CARLÃO — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Doenças de pele.

CARASONA — *Bicarbonatada cloretada sódica* — Estômago, rins e bexiga.

CARVALHAL (CASTRO-DAIRE) — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Artralgias, doenças de pele e do aparelho digestivo.

CASAES — *Ferruginosa* — Anemia, linfatismo, clorose, dispepsias com fermentações, impaludismo.

CASTELO DE VIDE — *Fonte Machada* — Doenças do estômago e rins; *Fonte da Vila* — Doenças de intestinos, fígado e pele.

CAVACA — *Fracamente mineralizada quente* — Manifestações artríticas e gastro-intestinais.

- CELORICO — *Fluoretada, aluminosa, ferruginosa* —
Doenças gastro-intestinais.
- CHARNIXE — *Sulfatada magnésica* — Prisão de ventre.
- CHAVES — *Bicarbonatada sódica, mixta, sulfatada* —
Dispepsias, artritismo, afecções do fígado e in-
testinos e dermatoses.
- CONVENTO DA VISITAÇÃO — *Fracamente mineralizada*
— Doenças do aparelho digestivo.
- COVELINHOS — *Cloretada sódica, mixta* — Atonias
digestivas, artritismo.
- CUCOS — *Cloretada-bicarbonatada quentes, ràdio-
-activas* — Gôta, artropatias reumatismas, dis-
pepsias hipostémicas, doenças da faringe, la-
ringe e de pele não irritáveis.
- CURIA — *Sulfatada cálcica* — Artritismo, litíase úrica.
- DOSSÃOS (VILA VERDE) — *Bicarbonatada sódica, mixta,
sulfatada* — Doenças do aparelho digestivo.
- EIROGO — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Reumatismo,
doenças de pele, estômago e intestinos.
- ENTRE-OS-RIOS (TORRE) — *Sulfúrea sódica ou primi-
tiva* — Bronquites asmáticas, enfisemas, larin-
gites, manifestações herpéticas.
- ESTORIL — *Cloretada bicarbonatada* — Reumatismo,
gota, doenças de senhoras e linfatisimo.
- FADAGOSA DE MAÇÃO — *Sulfúrea sódica, primitiva* —
Gota, artropatias, úlceras e escrofulismo.
- FADAGOSA DE MARVÃO — Idem.
- FASTIO — (*Fonte do Gradouro*) *Fracamente minera-
lizada, fria* — Doenças do aparelho digestivo.

- FELGUEIRAS — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Doenças do aparelho respiratório, reumatismo e manifestações anafiláticas.
- FONTE DO GRADOURO — *Fracamente mineralizada fria* — Doenças digestivas e vias urinárias.
- FONTE ROMANA — *Bicarbonatada sódica, mixta, sulfatada* — Dispepsias, gastrites, dilatações do fígado.
- FONTE SANTA (QUARTEIRA) — *Cloretada sódica, bicarbonatada cálcica* — Reumatismo, resolução e cicatrização de feridas, atonias digestivas.
- FONTAINHAS (PORTO SANTO) — *Bicarbonatada sódica, mixta, sulfatada* — Doenças do aparelho digestivo.
- FOZ DA CERTÃ — *Sulfatada mixta, aluminosa* — Estados inflamatórios da pele e mucosas, diarreias, diabetes e dispepsias.
- FURNAS (VALE DAS) — a) *Sulfúreas hipertermais* — Reumatismos, bronquites, dermatoses.
b) *Bicarbonatadas fracas* — Aparelho digestivo.
- GANHOTEIRA — *Férrica-cúprica arseniacal* — Doenças de pele.
- GEREZ — *Fracamente mineralizada quente* — Litíase biliar, cirroses, congestões hepáticas e doenças de nutrição.
- GESTAL — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Estados tóxicos, bronquites, afecções nevrálgicas e reumatismais, inflamações dos olhos.
- GRICHÕES — *Azotada e rádio-activa* — Doenças do aparelho respiratório, vias digestivas e úlceras atónicas.

- HERDADE DOS OURIVES — *Sulfidricada cloretada* — Doenças de pele e gastro-intestinais.
- LOMBADAS — *Fracamente mineralizada gazosa* — Dispepsias hiposténicas, litíase biliar, cicatrização de úlceras atónicas.
- LONGROIVA — *Sulfatada magnesiana* — Dispepsias, fígado, baço, reumatismo.
- LUSO — *Fracamente mineralizada fria, ràdio-activa* — Doenças de nutrição, cárdio-nefrites particularmente azotúria, albuminúria e estados anafiláticos.
- MANTEIGAS — *Fracamente mineralizada fria, ràdio-activa* — Reumatismo, nevrites.
- MARCO DE CANAVEZES — *Sulfúrea arsenical, primitiva* — Doenças de pele: eczemas, lichén, lupus, psoríasis e bronquites, êntero-colites mucosas, doenças de senhoras.
- MARIBELA (SERRA DO VILÃO) — *Fracamente mineralizada fria* — Estômago, intestinos, fígado e rins.
- MARVÃO — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Gôta, artropatias, úlceras e escrofulismo.
- MELGAÇO — *Bicarbonatada cálcica* — Diabetes, dispepsias hypo-ácidas e perturbações nutritivas.
- MINA (AMADORA) — *Fracamente mineralizada* — Diurética e digestiva.
- MOLEDO — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Sífilis, reumatismo, doenças da pele e das vias respiratórias.
- MONFORTINHO — *Fracamente mineralizada quente,*

ràdio-activa — Doenças de pele, rins, fígado e intestinos.

MONTE JESUS — *Bicarbonatada cálcica* — Doenças de nutrição, nefrites e artritismo.

MONÇÃO — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Reumatismo, gôta, asma e afecções puriginosas da pele.

MONCHIQUE — *Cloretada sulfatada* — Reumatismo, nevralgias, dispepsias, catarros intestinais, doenças da pele, do útero e anexos.

MONTE-REAL — *Sulfidricada cálcica e magnésiana* — Entero-colites com obstipação, enterites com diarreia alcalina, artritismo, doenças do fígado e rins.

MONTE DE S. MIGUEL (QUINTA DAS FREIRAS) — *Bicarbonatada cálcica* — Estômago, fígado e rins.

MOSQUEIRO — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Manifestações artríticas.

MOUCHÃO DA PÓVOA — *Cloretada sódica, mixta* — Úlceras, inflamações da pele e das mucosas. Regularizadora dos intestinos.

MOURA — *Cloretada-bicarbonatada cálcica* — Dispepsias ácidas, gastrites crónicas, diabetes, gôta, litíase biliar e renal.

OLIVAL DOS CURRAIS DE LEITÃO — *Bicarbonata sódica, mixta sulfatada* — Doenças do aparelho digestivo.

OUGUELA (POMBAL) — *Cloretada sódica* — Artropatias, reumatismo e gastrites.

OURO — *Cloretada bicarbonatada mixta* — Doenças do aparelho digestivo e rins.

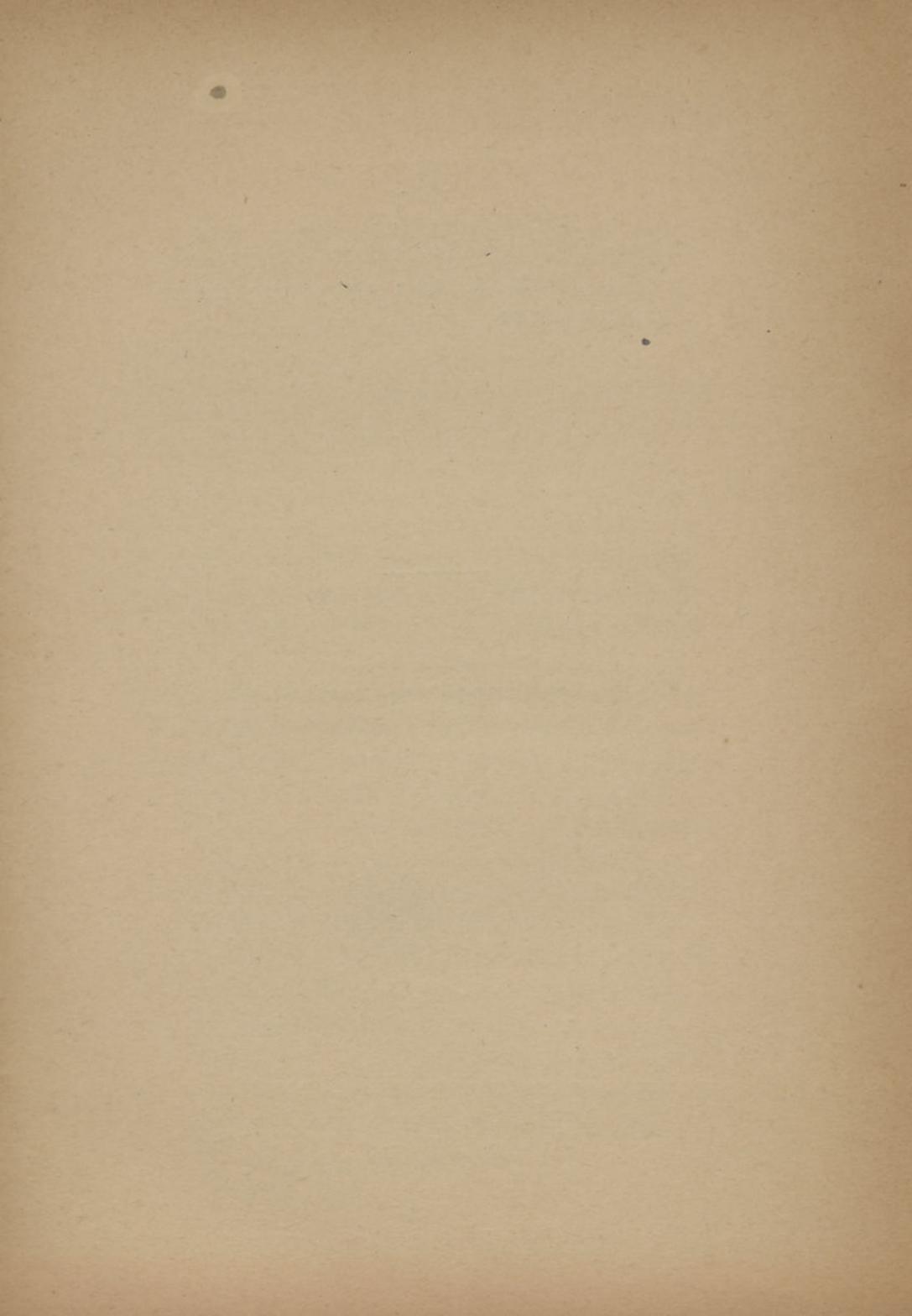
- PARAÍSO — *Cloretada sódica mixta* — Doenças digestivas.
- PEDRÓGÃOS — *Cloretada-bicarbonatada cálcica* — Dispepsias atónicas, estados de desnutrição.
- PEDRAS SALGADAS — *Alcalina bicarbonatada sódica, mixta, sulfatada* — Gastrites crónicas, úlceras gástricas e duodenais, dispepsias nervosas entero-colites muco-membranosas atónicas, aquília, litíase biliar e renal.
- PIEIDADE OU FERVENÇA — *Cloretada sulfatada* — Herpetismo, litíase hepática, doenças de intestinos e útero.
- PISÕES — *Cloretada bicarbonatada cálcica* — Doenças do aparelho digestivo e de nutrição.
- RADIUM (CARIA) — *Fracamente mineralizada, rádio-activa, fria* — Doenças de nutrição, artritismo, pele e coração.
- RIO DA PRÊSA (QUINTA DO) — *Bicarbonatada sódica, mixta, sulfatada* — Doenças da nutrição, particularmente diabetes.
- SÁLUS — *Alcalina bicarbonatada-sódica, mixta, sulfatada* — Dispepsias hiper-ácidas, cirroses e hepatites crónicas, afecções intestinais.
- SANTA (FURNAS) — *Bicarbonatada-sódica, mixta, sulfatada* — Dispepsias hipo-ácidas e gastrites.
- SANTA MARTA — ERICEIRA — *Cloretada, sódica rádio-activa e nitrada* — *Int.* Obstipações persistentes, dispepsias dos anémicos e escrofulosos (facilita a diurese). *Ext.* — Eczemas húmidos.

- S. DOMINGOS — *Sulfatada férrica, cúprica, arsenical*
— Doenças da pele.
- S. GEMIL ou LAGOAÇO — *Sulfúrea sódica, primitiva*
— Reumatismo, doenças tórpidas da pele.
- S. JORGE — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Reumatismo, doenças de pele e afecções digestivas.
- S. LOURENÇO — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Reumatismo e outras manifestações artríticas.
- S. MARÇAL — *Bicarbonatada cálcica e magnésiana*
Dispepsias atónicas, gastro-enterites, doenças do fígado e rins.
- S. PEDRO DO SUL — *Sulfúrea sódica, carbonatada e silicatada sódica* — Reumatismo, artritismo, laringites, bronquites e metro-anexites.
- S. PEDRO DA TORRE — *Fracamente mineralizada fria*
— Dermatoses descamativas (eczemas sêcos e psoríasis).
- S. VICENTE — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Doenças catarrais do aparelho respiratório, reumatismo.
- SELXOSO — *Fracamente mineralizada* — Perturbações digestivas e das vias urinárias, neurastenia (Diu-rética e digestiva).
- SEJÃES — *Cloretada sódica, bicarbonatada cálcica e magnésica* — Estômago, fígado, rins e bexiga.
- SERÉM (QUINTA DE) — *Fracamente mineralizada fria*
— Doenças de nutrição e rins.
- SERRA DO BOURO — *Bicarbonatada sódica mixta, sulfatada* — Constipações intestinais, litíase renal.
- SERRA DO TRIGO — *Fracamente mineralizada ga-*

- rosa* — Afecções gastro-intestinais e algias.
- TAIPAS — *Sulfúrea sódica, primitiva* — Doenças crónicas de pele (psoriasis, eczemas tórpidos), fístulas atónicas, reumatismo, afecções de natureza gonocócica.
- TAVIRA (FONTE DA ATALAIA) — *Bicarbonatada cálcica* — Dispepsias atónicas, reumatismo e afecções ginecológicas.
- TEDO — *Bicarbonatada sulfatada sódica* — Gastrites, dispepsias, litíase biliar.
- TRAFARIA — *Sulfatada cálcica* — Litíase úrica e biliar.
- UNHAES DA SERRA — *Sulfúrea sódica, primitiva, rádio-activa* — Hemorroidas, hidratoses, escrofulismo e doenças da pele.
- URGEIRIÇA — *Fracamente mineralizada fria, rádio-activa* — Astenias, artralguas e doenças de pele.
- VAL DA MÓ — *Fluoretada, aluminosa, férrea* — Anemia e doenças do estômago.
- VERRIDE — *Bicarbonatada cálcica* — Cloro-anemias (digestivas e diuréticas).
- VICTÓRIA (HERDADE DO MONTE DA VINHA) — *Cloretada sódica-mixta* — Reumatismo, escrofulismo.
- VIDAGO — *Alcalina bicarbonatada-sódica, mixta, sulfatada* — Dispepsias hiper-acidas, litíase biliar e estados anafiláticos.
- VILARELHO DA RAIA — *Bicarbonatada-sódica, mixta, sulfatada* — Doenças do aparelho digestivo.
- VIMIEIRO — *Cloro-sulfatada, sódica* — Doenças do estômago e fígado, linfatismo.

VIZELA — *Sulfúrea sódica primitiva* — Reumatismo,
sífilis, doenças da pele e catarros respiratórios
e ginecológicos.





Índice

A Água como agente terapêutico. Termas e praias do Algarve	9
Alcaçarias do Duque (Lisboa).	26
Algumas considerações sobre a acção terapêutica das nascentes da Benémola e da Fonte Santa	33
Caldas de Moledo (Douro)	39
A Água Medicinal do Tedo (Goujoim-Armamar)	44
Termas de Monte-Real	48
Índice alfabético das Águas Medicinais Portuguesas, sua composição e propriedades terapêuticas. . . .	52

COMPOSTO E IMPRESSO
NA
IMPrensa MÉDICA
CALÇADA DO MOINHO DE VENTO, 10-A
LISBOA



RÓ
MU
LO



CENTRO CIÊNCIA VIVA
UNIVERSIDADE COIMBRA

1329675841

COMPOSTO E IMPRESSO
NA
IMPrensa MÉDICA
CALÇADA DO MOINHO DE VENTO, 10-A
LISBOA