

VIVER OS DOZE SENTIDOS

por Josef Lobel

Para uma geração mais forte

— pelo Dr. Climaco Baptista

Porque esta obra vai ser publicada em fascículos, dos quais apenas o primeiro, dedicado a umas «considerações preliminares», nos chegou às mãos, não podemos, naturalmente, aquilatar para já do seu valor intrínseco. Quere-nos parecer entretanto que, como todas as obras de vulgarização feitas com método e em linguagem acessível ao grande publico, visa fins altamente salutares. Eis as palavras com que o dr. C. Climaco Baptista abre a sua obra: «O autor, ao lançar a publico este trabalho, julga cumprir o propósito de fazer uma obra útil: quer colocar nas mãos de toda a gente um manual de higiene, ao alcance de todas as inteligências, e um guia seguro para a formação de indivíduos fortes e sãos, indivíduos que virão amanhã a constituir uma geração diferente da que hoje vegeta, numa incompreensão e ignorância absolutas das mais elementares regras da cultura física». Como se vê, uma finalidade simpática.

Completo, o trabalho compor-se-á de cinco partes. Na primeira estudará o autor: O nosso organismo: sua organização e funcionamento: Noções elementares de Anatomia e Fisiologia Humana: O meio ambiente: O sol: a luz: o ar: a água: os climas: Intoxicação do organismo: auto-intoxicação alimentar: As defesas do organismo: A desintoxicação do organismo: Porque se envelhece: Como se prolonga a vida: longevidade; na segunda: Os diferentes métodos de cultura física: Ginástica respiratória: A ginástica racional: Os banhos: Desportos: A vida ao ar livre: Influência do exercício físico sobre o organismo: efeitos úteis e prejudiciais da actividade muscular: Verificação dos resultados obtidos no decurso ou no fim de um período de treino; na terceira: Higiene da alimentação: o que se deve comer: aprender a comer, condição indispensável: Higiene da pele; dos pulmões; dos rins: O repouso; o sono: Higiene sexual: Higiene do vestuário: Higiene da casa: Higiene de alguns estados patológicos: a prisão de ventre: o tuberculoso: o diabético: os obesos: Higiene da gravidez: Higiene do espírito; na quarta: Intervenção dos poderes públicos na higiene social: O fim social do ensino da higiene: Os três grandes flagelos da humanidade: sífilis; tuberculose; alcoolismo: Profilaxia das doenças venéreas: A tuberculose, seu papel social: profilaxia: O papel social do alcoolismo; na quinta: O instinto sexual e a beleza física: Vontade, a grande força criadora: Viver alegremente: o direito à felicidade: A educação física da criança.

A continuar assim, e nada nos diz que não, a obra ficará excelentemente apresentada. Um ponto há, porém, com que não concordamos: o preço. 6500 por um fascículo de 32 páginas, mesmo que o papel seja bom e que as gravuras sejam muitas, é caro. Sobretudo, quando se trata duma obra de vulgarização. Talvez ainda se esteja a tempo de remediar esse inconveniente.

O facto de os nossos «cinco sentidos» normais se haverem convertido em onze com o tempo, nada tem a ver com a inflação. Trata-se simplesmente do mesmo processo que fez os antigos quatro elementos se tornarem noventa e dois.

Este processo é a diferenciação progressiva.

Assim como o ar foi decomposto em oxigénio e nitrogénio, também se faz mister decompor o sentido do tato, pensando que não podia ser apenas um o que nos permite averiguar se uma coisa está fria ou quente, se é leve ou pesada.

Só por meio dos cinco sentidos nos damos conta do que nos rodeia. O mundo para nós não existe, se não no-lo descobrem os sentidos, visto que os fenómenos para cuja apreciação nós dispomos dum sentido, nos escapam como se não existissem.

Para a electricidade, por exemplo, não temos sentido algum, motivo por que não somos capazes de notar quando a tensão do ar se modifica em cem mil volts. Só quando chega a ser tão grande que se compensa por meio duma descarga eléctrica, a percebemos, por meio da vista, em forma de raio ou de relâmpago.

Não existe nenhuma sensação sem um aparelho receptor especial ou sentido, e cada sensação é percebida por um sentido diferente. Eis por que necessitamos ter tantos sentidos quantos são as sensações.

A primeira vista, isto parece uma coisa confusa, dada a quantidade de sensações que existem. Mas, examinando-o mais de perto, vemos que a ingestão do mais requintado sorvete se decompõe num sabor, num aroma e numa sensação de frio. Até o beijo da pessoa querida se pode desdobrar noutras tantas sensações tão simples.

Essas sensações simples podem, todavia, dividir-se em categorias, pois todas elas formam um par de grupos, dentro dos quais existem apenas diferenças de grau.

Deste jeito, só temos uma classe de sensação luminosa e, por conseguinte, um sentido da luz. Recebemos os sons; logo, existe o sentido do som.

A coisa é mais complicada no que se refere aos sentidos químicos, ou seja, o do gosto e o do olfacto, mas também aqui se reconhecem facilmente os vários grupos unidos pelos graus intermediários. Sentimos perfeitamente os sabores

dôce, ácido, amargo e salgado... e os intermediários. Assim também todos os cheiros se podem reduzir aos das flores, frutos, resinas, especiarias, a queimado e a putrefacto.

Toma-se o assunto ainda mais difícil no que concerne ao sentido antigamente designado pelo nome de «tato» sem outras distinções. Aqui, sim, é impossível meter no mesmo saco tudo o que sentimos. Não há transição da pressão ao calor, nem da picada ao frio. Podemos contactar que o frio não se sente em toda a extensão tocada, e sim apenas em determinados pontos, sempre os mesmos.

Em contraposição a esta rede de pontos para o frio, existe outra, de pontos para o calor. Mas como o calor e o frio não passam de polos opostos duma mesma sensação, entre os quais existem incontáveis graus intermediários, como sejam o frio, fresco e tépido, quente e quantíssimo, estamos autorizados a dizer que existe um sentido harmónico ou uniforme, o sentido da temperatura, cujos órgãos receptores são os pontos anteriormente citados.

Existem outros pontos da pele, que são aparelhos sinápticos para a pressão com um objecto rombo, os quais estão distribuídos por todo o corpo e são órgãos dum único sentido: o da pressão.

Se se toca a pele com uma agulha pontiaguda, ao invés de fazê-lo com um objecto rombo, o individuo tem uma sensação completamente diferente, à qual se dá imprópriamente o nome de dor, visto que quando menos intensa não é, na verdade, dolorosa; é a sensação de picada.

Temos, pois, estes três sentidos completamente diferentes: temperatura, pressão e picada, que entre si só possuem de comum a coincidência de os seus órgãos receptores se encontrarem na pele.

Mas com isto ainda não esgotamos tudo o que se encerra no outrora chamado «tato», conforme se deduz dos trabalhos do professor Putter, a quem devemos agradecer esta luminosa descrição.

Possuímos, além destes, por exemplo, um sentido para reconhecer o que está «acima» e o que está «abaixo», isto é, o sentido da força de gravidade, que se dirige para o centro da terra.

Quando se submerge na água uma pessoa sã com os olhos fechados, ela sabe perfeitamente onde está a parte superior e a inferior do líqu-

do, se bem que não toque o fundo com os pés nem veja o nível da água.

Esta sensação que se percebe sem que intervenham outros sentidos, deve realizar-se em virtude dum que lhe é próprio: o sentido do peso. Seu órgão receptor acha-se no ouvido. E' por isto que alguns surdos-mudos, a quem falta este órgão, são vítimas duma angustiada desorientação dentro de água e se não podem sustentar sobre uma perna quando estão com os olhos fechados, isto é, sem o auxílio da vista.

Está claro que isto lhes não sucede pelo facto de serem surdos, e sim porque o órgão receptor deste sentido—casualmente situado no ouvido interno—está doente.

//

Muito perto deste, encontramos outro órgão sensorial: o aparelho dos canais semi-circulares. As pessoas que têm este aparelho perturbado não enjoam quando dão muitas voltas, porque lhes falta a sensação do movimento giratório e, em geral, a dos movimentos de cabeça.

A estes nove sentidos, correspondentes a outras tantas sensações, devemos acrescentar mais dois, que nos informam da posição e dos movimentos dos membros em relação a si mesmos e ao resto do corpo, e da tensão dos músculos.

Este último é o sentido muscular, que nos dá a sensação da força que temos de empregar para levantar um objecto; é graças a ele que somos capazes de apreciar o peso duma coisa.

O primeiro tem o nome de sentido cinético ou cenestésico e nos permite saber, tendo os olhos fechados, a posição dos nossos membros em determinado momento. E' também ele que nos guia os movimentos na obscuridade.

//

Temos, por conseguinte, onze classes diferentes de sensações, onze sentidos que nos permitem saber o que nos concerne pessoalmente e o que nos rodeia.

Não existirão porventura mais alguns, úteis para orientar-nos no mundo?

Para a ciência, não há nada impossível. Assim como a química seguramente acrescentará novos elementos aos noventa e dois até hoje conhecidos, podem os fisiólogos observar-nos um belo dia com outros sentidos novos.

(Seleção de CIÁUDIO REVEL)