



Respostas à entrevista de  
Notícias Médicas solicitadas  
pel Sr. Mário de Oliveira

Nota: os \* marcam a colocação das perguntas  
a formular pelo senhor jornalista em conformidade  
com o teor das respostas

\*

Sou endocrinologista, chefe de clínica do Hospital de S. João e encarregado da docência de Cadeira de Alimentação Racional do Curso Superior de Nutricionismo da Universidade do Porto. Desde Janeiro, também sou gestor do Curso de Dietistas do Porto; trata-se de um dos cursos recentemente criados no âmbito da Secretaria de Estado da Saúde para formação de técnicos auxiliares de diagnóstico e terapêutica.

Desde há bastantes anos que me interesso sobretudo por questões nutricionais; daí que a minha imagem pública esteja ligada à diabetes, à obesidade e à alimentação racional.

\*

A esse respeito destaco:

Ter sido o relator português à Reunião Euro-Espanhola de Endocrinologia de 1970 com um trabalho





de investigação em equipa sobre clínica e terapêutica da obesidade.

Ter sido um dos contemplados com o Prémio Ernesto Romo em 1981, primeiro ano de sua atribuição, com um estudo clínico-laboratorial acerca da interferência de diferentes perfis alimentares no equilíbrio metabólico de diabéticos.

Ter vindo a dedicar grande tempo à divulgação das normas mais importantes da alimentação saudável, através da minha actividade na Campanha e Educação Alimentar e através de várias formas de comunicação: programas radiofónicos, quase duas centenas de artigos em jornais e revistas, muitas dezenas de palestras, colóquios e conferências, algumas intervenções na T.V., diversas entrevistas a meios de comunicação social e publicações de dois livros destinados ao geral do público — sim, "Alimentação e Saúde", publicado em 1979 e de que agora se prepara a 6ª edição e outro, "Ideias, factos sobre Alimentação Racional", publicado em 1978, de que agora sai a 3ª edição. Tenho pronto para ser lançado "Obesidade, Nutrição e Dieta". Também se revive nesta actividade divulgadora o curso "Alimentação saudável para trabalhadores" que estou neste momento a reger na Universidade Popular do Porto.

\*

É certo que modificarei a relação a minha actividade profissional e a minha vida privada, com prejuízo para uma e outra, para ~~meu~~ trabalhar na Campanha





de Educação Alimentar, mas acho que vale a pena por eu acreditar na importância de educação alimentar para promover saúde e para beneficiar a economia das famílias e do Estado.

Por isso, aceitei o convite para ser destacado do Hospital de S. João para a Direcção - Geral de Coordenação Comercial, organismo do Secretariado de Estado do Comércio, onde a Campanha tem tido a sua base logística e operativa.

\*

A minha actividade na Campanha foi sempre de natureza executiva e nunca directiva. Explico:

A Campanha de Educação Alimentar foi lançada e, depois, dirigida por um Grupo Intermínisterial criado em 1977 para o efeito. Do Grupo emanavam as orientações para o desenvolver da actividade, nomeadamente, definições de objectivos, esboço de planos, natureza de mensagens, gestão de meios e avaliações de resultados.

As tarefas não competia a execução pessoal das tarefas formativas e sensibilizadoras. Tratava-se de uma comissão normativa e coordenadora constituída por pessoas já muito empenhadas em actividades próprias do seu domínio; mesmo assim, e felizmente, intervieram várias vezes em acções concretas. Ao Grupo, o que de facto competia era orientar, coordenar e dinamizar os vários serviços empenhados nas acções educativas e preservar a unidade das mensagens e a concordância das intervenções.





neste campo.

De início, a Campanha deparou com dificuldades de várias ordens: Primeiro, teve que sensibilizar pessoas, instituições e organismos para a importância da educação alimentar. Depois, foi necessário convencer muita gente da necessidade de modificar métodos de trabalho e de quebrar rotinas. Entretanto, houve que conhecer a realidade portuguesa, individualizar problemas e formas de os resolver, definir objectivos e programar meios, aprender técnicas de formação e de sensibilização, escolher e aperfeiçoar métodos de trabalho, etc. Depois foi preciso criar uma equipa operativa com técnicos adequados; a este respeito, foi uma felicidade que em 1948 se tivessem formado pela primeira vez nutricionistas. Finalmente, foi necessário obter meios de financiamento, o que se tornou possível através dos fundos de ajuda sueca, a qual também foi muito útil em termos de apoio técnico.

A ajuda financeira sueca foi determinante para arrancar a sério com a Campanha, pois possibilitou contratar nutricionistas e desenvolver os meios materiais indispensáveis. Permitiu desse modo, e isto é muito importante, que a Dra. Margarida Gonçalves Pereira, presidente do Grupo, criasse no Serviço de Orientação de Consumo de Direcção-geral de Coordenação Comercial ~~uma~~ uma estrutura logística e humana pluridisciplinar, dividida por 3 direcções de projectos e dois núcleos técnicos.

Esta estrutura veio progressivamente a revelar-se de extrema utilidade para apoiar todas as iniciativas; à medida que ganhou corpo e experiên-





cia, tornando cada vez mais dinâmica e produtiva não só pelo trabalho que realiza e pelo que dinamiza, com também, pelo estímulo que constitui para outros serviços. Por exemplo, na Direcção-Geral do Ensino Básico foi criado um gabinete altamente interventivo, dotado de uma equipa cooperante para tratar nas escolas de educação alimentar, além de desenvolver outras campanhas de índole "social" muito relevantes para a formação das novas crianças: prevenção rodoviária, luta antitabélica, luta contra a droga, etc.

\*

Em Maio de 1980, fui exactamente destacado para condicionar um dos núcleos técnicos: o de Alimentação e Nutrição, na altura constituído por 3 nutricionistas. Mais tarde, para responder ao ritmo galopante da Campanha, foi admitido um quarto nutricionista. E já este ano, como nós já não éramos já capazes de dar resposta ao número crescente de acções solicitadas, após despacho favorável do Secretário de Estado do Comércio, foram efectuadas diligências para escolher mais dois nutricionistas, os quais chegaram a ser seleccionados mas não começaram a trabalhar, em consequência das interrupções da Campanha; isto causou-lhes prejuízo próprio, entretanto, perderam outras oportunidades de trabalho.

\*

Até Núcleo Técnico de Alimentação e Nutrição competiam tarefas muito concretas: Transformar os objectivos educativos fixados pelo Grupo Interministerial em





mensagens. Velar pela conexão do conteúdo destas, adequá-las aos diversos perfis de destinatários e dar-lhes forma. Intervir com os seus técnicos em pensa mas ações de sensibilização e formação. Organizar com os serviços cooperantes os programas das várias ações e preparar o material didático e de apoio necessário.

Para dar ideia de quanto trabalho de responsabilidade foi realizado basta referir de forma incompleta o que se fez nos meses dois últimos anos:

(1) Realizávamos 4 tipos diferentes de cursos sobre alimentação e nutrição para formadoras de formadoras; dois outros estavam prontos para arrancar.

(2) Efectuávamos 7 tipos diferentes de colóquios acerca de alimentação saudável e de educação alimentar para formadoras.

(3) Levávamos a cabo 4 programas diversos de palestras para outros tantos tipos de destinatários.

(4) Tínhamos publicado mais de uma centena de artigos diferentes em jornais e revistas.

(5) Tínhamos radiodifundido mais de 300 palestras em 6 programas radiofónicos diferentes; já tínhamos tudo preparado para arrancar com mais dois.

(6) Tínhamos editado 40 textos diferentes para apoio das várias ações formativas e sensibilizadoras.

(7) Tínhamos publicado 5 obras novas, além de "Um livro sobre alimentação", destinado a alunos do ensino preparatório, e de "O jogo de Alimentação", para alunos do ensino primário, que já haviam sido publicados anteriormente. Já eles: "Cartilha de Alimentação" para alunos de instrução primária;



o 'Loto de Alimentação' para alunos do ensino preparatório e secundário; 'Cozinha Saudável - 30 Ementas Exemplares' para o geral do público; 'Alimentação Saudável em Cantinas e Bufetes Escolares' para o pessoal da educação; e o 'Manual de Nutrição para Educação Alimentar' para os vários tipos de formadores.

8) Têmhamos respondido a mais de 3 mil cartas, enviadas por ouvintes de programas de rádio e por leitores de textos publicados na imprensa.

\*

De facto, o trabalho realizado até aqui foi muito. Só intervenções pessoais de membros do Núcleo em colóquios, palestras e cursos passaram de 100 nos dois últimos anos! E documentos escritos?

Mas, além das tarefas visíveis referidas e de outras, não menos importantes — intervenções em colóquios, mesas redondas, seminários e programas televisivos organizados por terceiros, colaboração em projectos das Universidades do Minho e de Évora, apoio formativo a clientes de lojas cooperativas, etc. — o Núcleo Técnico de Alimentação e Nutrição desenvolveu tarefas não produtivas mas indispensáveis para o seu trabalho como preparações e actualizações científicas, formulações em métodos de comunicação, de educação de adultos e de dinamização de grupos e por aí fora.

Depreende-se que a equipa do Núcleo atingiu elevados níveis de especialização e de capacidade técnica e prática de intervenções; o mesmo, aliás, é verdade para a equipa dos projectos e para o Núcleo de Organização.

Todo o pessoal de Campanhas constitui uma



grande unidade preparada para um trabalho exigente que a solicitava para uma contínua preparação. Também por isso a suspensão de Campanhas representa uma madrepátria no que nela se empenhavam de alma e cabeça.

A interrupção de Campanhas é realmente decepcionante; subtrai-a num momento em que a desenvolveria em progressões geométricas. De facto, um curso de delegados de disciplina, por exemplo, arrebatava uma série de palestras, para encarregados de educação, outros tantos colégios para equipas pedagógicas de escolas e ainda outras acções. Um programa de rádio bem sucedido (o de Antena 1 foi durante mais de um ano um dos 4 tipos de audiência radiofónica em Portugal) interrompia outras emissoras. A elaboração numa revista levava outras a solicitar colaborações. E assim sucessivamente.

Todo este ímpeto subtrahido levaria muito tempo para se recompor, se é que algum dia se recompõe.

Não sei de mais referir que, em Março, tinham já agendadas cerca de 500 acções para este ano e que mais de 200 aguardavam ser calendarizadas. Significa isto que em 1982 estes tipos de actividades excederem em muito o total realizado em todos os anos anteriores.

Seu que o despacho ministerial, ao transferir a Campanha, prejudica mais serviços ao país e interrompe uma maior impetuosidade de realizações. ~~Os meios para a realização de todas as acções que se empenhavam pelo país para a realização de todas as acções~~

\*

Claro que a paragem abrupta de Campanhas tornou inoperantes toda a estrutura e desactivou as pessoas. Mas,









\*

O porquê dos nutricionistas não terem sido vinculados à função pública é uma boa pergunta.

Desde há 4 anos formam-se nutricionistas na Universidade do Porto após satisfazerem as exigências curriculares, após puxadas, de um curso criado por diploma legal da competência conjunta dos ministérios da Educação e dos Assuntos Sociais.

É a consequência da criação do Curso Superior de Nutricionismo traduzida o reconhecimento ~~de~~ de competências e necessidade de intervenção especializada e o compromisso, pelo menos, a prevenção de problemas, por parte de saúde, de criar uma carreira de nutricionistas nas suas instituições. A verdade é que até hoje, formada já 4 gerações de nutricionistas, nem carreiras nem lugares; um centro de saúde, nada, e o facto de um ou outro hospital ter contratado ~~nutricionistas~~ nutricionistas não satisfaz os anseios profissionais de classe nem atende à carência sentida pelas instituições nessas áreas sempre desprezadas da alimentação normal e da dietética aplicada. Até hoje os poderes públicos não atenderam as directivas trabalho de uma classe profissional nascida de uma vertente conjunta do ministério formador e do ministério potencialmente empregador.

Passou isto em Portugal, exactamente quando na Europa o interesse pelas ciências de nutrição e de alimentação cresce de ano para ano de tal maneira que há uns últimos 8 anos se fundaram cerca de uma vintena de escolas de nutrição.

A triste realidade é que no nosso país não





há lugares específicos para nutricionistas na função pública, mas há ainda outra grande questão com estes diplomados. Todos os cursos universitários criados desde 1976 são licenciaturas, menos o de Nutricionismo, que é um bacharelato; este facto cria dificuldades de classificação e, portanto, de reconhecimento o que acaba por empurrar para o exterior estes diplomados preparados para actuar na área de saúde. Felizmente, começam a ser descobertos por empresas com serviços de alimentação colectiva e do ramo alimentar, o que também é muito importante. Acorda também que os nutricionistas, detentores de um curso universitário completo, embora de 3 anos, são bacharéis e assim tal nos podem ser úteis nas investigações na saúde que os farms!

Acredito que esta situação obsoleta acabará por ser ultrapassada mas, em entretanto, é uma dor de alma o que se passa.

A Campanha tinha resolvido parcialmente a dificuldade; ~~mas~~ enquanto durou a greve sueca, até 31/12/1981, os nutricionistas eram pagos por estes <sup>dinheiros</sup> ~~valores~~. Este ano, uma vez concedidas as verbas para funcionamento provenientes do orçamento do estado (note-se, sem um centê sequer!) e obtido despacho favorável, garantiu-se aos nutricionistas trabalhos através do regime de <sup>adquirição</sup> ~~prestação~~ de serviços, o que nos era 100% obrigatório mas, pelo menos, garantia existência de trabalho e remuneração adequadas com técnicos superiores, emendante com o nível de actividade mas <sup>acima</sup> ~~abaixo~~ do que um bacharel recebe na função pública.

\*



\*



Oficialmente a Campanha não foi extinta. O que o despacho ministerial publicado em 14/4/82 extinguiu foi o Grupo Intermministerial que a dirigia; trata-se de uma resolução dos ministros Tutelares da Campanha - o da Agricultura, Comércio e Pescas, dos Assuntos Sociais e da Educação <sup>e Univerisidades</sup> - decidida em Janeiro. Como não era desenhada desde Janeiro até 14 de Abril, a Campanha realizou as suas actividades normais, cresceu, viu contemplado o pedido de verba e preparou-se para dar a sua equipa de nutricionistas no bojo do despacho de Secção de Estado de Comércio o qual, pelo visto, também devesse a decisão ministerial ~~contemporaneamente tomada~~ já então tomada.

O despacho transferiu a direcção da Campanha para o Conselho de Alimentação e Nutrição, presidido pelo Prof. Gonçalves Ferreira, o qual já tinha sido membro, até há pouco tempo, do grupo Intermministerial.

~~Relatório e muito empenhamento por parte da~~

~~esta Campanha por parte da direcção.~~ Externos em Junho Maio e já deixaram de se realizar dezenas de acções formativas e sensibilizadoras. Este processo de actividade levará mais de um ano, de acordo com a natureza, capacidade e disponibilidade da equipa que pesa no trabalho, para se recompor.

O que vai acontecer é estrutura humana e material que tem apoiado a Campanha, não se faltam orientações superiores. Exactamente por faltarem e não nasce este entusiasmo.

'Notícia Médica', pelo nome do Sr. Mário de Oliveira, foi a Direcção-Geral de Condições Comerciais que dá uma entrevista a 'Dr. Margarida Gonçalves Pereira acerca da Campanha, sua organização, actualização e futuro, mas





repercussão na melhoria sanitária dos portugueses e sua audiência junto dos destinatários, para assim desenvolver e completar a notícia e apelo à acção do médico em educação alimentar, publicados na edição de 16 de Abril do 'Voz jornal'. Quando a 'Presidenta do grupo 'Internacional' comunicou que a campanha foi suspensa e que não pode aceder ao pedido por falta de orientações superiores, o espanto dos jornalistas encontra duas alternativas: 'Academias, com medidas enfeinhado neste trabalho, conceder uma entrevista? E eis com a título individual aqui vim responder às questões colocadas.

Para acabar, gostaria de salientar que a campanha teve numerosos êxitos: o interesse pelas questões alimentares permitiu a ser preocupações muito generalizadas entre a população; numerosos erros alimentares - consumo exagerado de gorduras, sal, açúcar e doces; preferência por produtos brancos; recurso excessivo a produtos liofilizados, leguminosas e frutas, leite e laticínios; consumo excessivo de excelsos e consumo mínimo de refeições diárias - estas a ser consciencializadas pelas pessoas e multiplicadas; melhoria muito a prática alimentar em muitas escolas e em muitas locais de alimentação colectiva; o ensino de alimentação correcta encontra eco em numerosos locais de ensino. Este ano e 1983 seriam anos de grandes avanços e de consolidação dos êxitos alcançados.

Apesar de não poder ficar indiferente ao desrespeito por uma acção meritória, como é a campanha, e as pessoas que nela se 'empenharam' de corpo inteiro, desejo é que eles remarquem ainda que que seja, encorajem o movimento a acelerar por um compromisso, para bem da saúde dos portugueses e para benefício da economia das famílias e do Estado.

Fútilis