



1. Nos últimos anos da década de 50, ^{da América} ~~médicos americanos~~ e dos países europeus mais ricos ^{VEM} ~~lançam~~ o alerta: as doenças estão a mudar. Estatísticas hospitalares e anuários de saúde confirmam: as doenças infecciosas e as que ~~anteriormente~~ afectavam crianças e jovens estão a regredir; as taxas de mortalidade infantil e outros indicadores de saúde materno-infantil melhoram ^{am} espetacularmente; entretanto, o número de obesos e diabéticos sobe em flexa e a patologia cardíaca isquémica e as doenças cancerosas acometem macissamente indivíduos com mais de 50 anos.

No decurso dos anos 60, aquelas tendências ^Nacentuam-se e ^Ncomeçam também a preocupar outros países ricos. A grande imprensa fala de custos do progresso, refere-se a "doenças da civilização" e relaciona a maior ^{prevalência} ~~incidência~~ daquelas afecções metabólicas e degenerativas, em adultos de meia idade e idosos, com o facto de se estar a viver mais anos em consequência da sobrevivência aumentada de crianças e jovens, libertos das doenças que tradicionalmente os dizimavam.

Logo no início da década ^{de 70} seguinte, a leitura dos ^{novos} ~~censos de 1970~~ lança o pânico: a duração média de vida ^N tinha-se encurtado nesses países, em resultado da elevada mortalidade entre adultos com mais de 50 anos; o número de idosos com mais de ⁷ ~~65~~ anos declinara. Estudos médicos lançam mais ~~uma~~ ^{uma} ~~acha~~ na fogueira: escasseiam ^N idosos saudáveis; abundam idosos doentes e hipermedicados; ^N a ~~amobilidade~~ ^{amobilidade} por doença cardiovascular ^N sobe ~~aceleradamente~~ ^{aceleradamente}.
Começam ^{então} as primeiras investigações sistemáticas para procurar ~~as~~ causas.

Em 1974, ^N ~~com base num extenso estudo multicêntrico,~~ ^l ~~os americanos~~ ^{a Comissão Mc Govern} apresentam ao Congresso ^{do E.U.A.} ~~(relatório Mc Govern)~~ as suas conclusões: uma errada forma de comer, ^N desequilibrada e excessiva, ^N ~~é apontada~~ ^{é apontada} como a razão ambiente mais importante do ^N encurtamento da longevidade e da ^N prevalência aumentada das doenças metabólicas e degenerativas. O