

## **Um Projeto Utópico: O Estabelecimento de uma Colónia Naturista Infantil na Madeira (1929)**

### A Utopian Project: The Establishment of a Children's Naturist Colony in Madeira (1929)

*Isabel Drumond Braga*<sup>1</sup>

#### **Resumo**

Em Portugal, durante as primeiras décadas do século XX, foram crescendo os adeptos do vegetarianismo e do naturismo, devido à ação da Sociedade Vegetariana de Portugal. A ligação entre as duas realidades foi palpável desde cedo. Isto é, os adeptos destas práticas defendiam ideias semelhantes: benefícios da água, do ar, do sol e, conseqüentemente, de uma vida em contato com a natureza, a par de uma alimentação natural, isenta de carne e de peixe, em paralelo aos ataques ao tabaco, às bebidas excitantes e ao álcool. Naturistas e vegetarianos estavam de acordo que uma maneira de viver não conforme às leis da natureza era a principal causa das enfermidades. O maior ativista do vegetarianismo foi Amílcar de Sousa (1876-1940), médico formado na Universidade de Coimbra, em 1905, que aderiu ao naturismo em 1910, depois de ter se tornado vegetariano. Além de ter sido autor de diversas obras, em 1929, propôs à Sociedade das Nações a criação de uma colónia naturista infantil na ilha da Madeira.

**Palavras-chave:** Amílcar de Sousa; Colónia Naturista; Ilha da Madeira; Utopia; Vegetarianismo; Século XX.

#### **Abstract**

In Portugal, during the first decades of the 20<sup>th</sup> century, supporters of vegetarianism and naturism grew, due to the actions of the Sociedade Vegetariana de Portugal. The link between the two realities was palpable from an early age. The followers of these

---

<sup>1</sup> Professora associada com agregação da Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa. Investigadora do Centro Interdisciplinar de História, Culturas e Sociedades, da Universidade de Évora (CIDEHUS-UÉ); do Centro de História, da Universidade de Lisboa (CH-ULisboa) e membro da comissão científica do Instituto Universitario "La Corte en Europa", da Universidad Autónoma de Madrid (IULCE-UAM). Endereço eletrónico: [isabeldrumondbraga@gmail.com](mailto:isabeldrumondbraga@gmail.com).

practices defended similar ideas: benefits of water, air, sun and, consequently, a life in contact with nature, along with a natural diet, free from meat and fish, in parallel with attacks on tobacco and exciting drinks and alcohol. Naturists and vegetarians agreed that a way of life that did not conform to the laws of nature was the main cause of illness. The greatest vegetarianism activist was Amílcar de Sousa (1876-1940), a medical doctor who graduated from the University of Coimbra in 1905. He joined naturism in 1910, after becoming a vegetarian. In addition to having authored several works, in 1929, he proposed to the League of Nations the creation of a children's naturist colony on the island of Madeira.

**Keywords:** Amílcar de Sousa; Naturist Colony; Madeira Island; Utopia; Vegetarianism; 20<sup>th</sup> Century.

## 1. Das Origens do Vegetarianismo na Europa

A defesa e a adoção do vegetarianismo podem ter como pano de fundo motivações religiosas, médicas, ecológicas e éticas. Tiveram raízes longínquas na Antiguidade, embora os argumentos científicos só tenham sido objeto de expressão a partir do século XIX, enquanto a saúde e a ética, em particular o altruísmo e a preocupação com o sofrimento dos animais, deram as mãos durante o século XX. Apesar de a defesa do consumo de alimentos de origem vegetal ter tido início na tradição filosófica indiana, designadamente por meio de religiões como o hinduísmo e o budismo, foi durante a Antiguidade clássica, em especial com Pitágoras (c. 570 a. C – c. 495 a. C.), Plutarco (c. 46-120) e Porfírio de Tiro (c. 234-c. 304), que se defenderam posições relevantes para a cultura ocidental, as quais, contudo, permaneceram bastante subalternizadas durante a Idade Média. O debate, em especial no campo médico, desenvolveu-se a partir do século XVII, incidindo sobre os malefícios do consumo de carne<sup>2</sup>. Não obstante, no Ocidente, a opção vegetariana só entrou em voga no século XIX. O termo vegetariano criou-se no fim dos anos de 1830 e generalizou-se a partir de 1847, quando se criou a Vegetarian Society, em Ramsgate – Inglaterra<sup>3</sup>. Neste momento, a dieta pitagórica mudou oficialmente de nome. A nova associação teve como órgão de difusão das suas ideias o *The Vegetarian messenger*, periódico em que muitos artigos enfatizaram os benefícios morais e espirituais de abstenção do consumo de carne.

---

<sup>2</sup> LARUE, 2015, *Le Végétarisme et ses ennemis* [...], pp. 16-66; SPENCER, 2016, *Vegetarianism: a history*, pp. 43-69; LARUE, 2021, *Le Végétarisme des Lumières*.

<sup>3</sup> TWIGG, 1981, *The Vegetarianism movement in England* [...].

As posições dos membros da associação nem sempre foram isentas de polémica e de divisões internas, sendo uma das mais significativas a que ocorreu já no século XX, concretamente, quando Donald Watson (1910-2005) fundou, em Londres, a Vegan Society, em 1944. Efetivamente, o consumo de ovos e de queijo não era consensual e as posições extremaram-se, levando à rutura. Elsie Shrigley (1899-1978) e Donald Watson abandonaram a Vegetarian Society. A criação da nova associação e o lançamento da revista *The Vegan News* começaram timidamente, só tendo maior amplitude a partir de 1990, tendo a indústria aproveitado para ir lançando no mercado falsas carnes e falsos ovos, a partir de substâncias vegetais.

A criação da Vegetarian Society, em 1847, abriu as portas a criações similares. O movimento estendeu-se aos Estados Unidos da América (1850), Alemanha (1867), Áustria (1879), Suíça (1888), Nova Zelândia (1892), Austrália (1886), França (1899), Holanda (1900), e, já no século XX, Rússia (1903), Suécia e Noruega (1906), Grécia (1908), Espanha, Suíça, Bélgica e Áustria (1909), Hungria e Portugal (1911) e Itália (1952), testemunhando o crescimento do vegetarianismo enquanto doutrina autónoma, embora não isenta de divergências no seu seio, a maior das quais irá dar origem à criação do movimento *vegan*.

## **2. Das Origens do Movimento Vegetariano em Portugal**

Em Portugal, não obstante algumas ações anteriores<sup>4</sup>, foi com a fundação, em 1 de março de 1911, no Porto, da Sociedade Vegetariana de Portugal, pelo comité da revista, de periodicidade irregular, *O Vegetariano* (1909-1935), dirigida por Amílcar de Sousa, que irá ter início um período de crescimento e afirmação do vegetarianismo. O estatuto-programa deu ainda a conhecer a comissão fundadora que o produziu, constituída por Amílcar de Sousa, presidente; Jerónimo Caetano Ribeiro, secretário; Manuel de Oliveira Borges, secretário; e ainda os vogais Eduardo de Lima Lobo (falecido em 1920) e Manuel Teixeira Leal. Como presidente honorário foi escolhido o escritor e crítico literário Jaime de Magalhães Lima (1859-1936), naturalmente vegetariano, admirador de Tolstoi e colaborador em diversas publicações periódicas, incluindo *O Vegetariano*<sup>5</sup>.

A expansão das ideias vegetarianas e naturistas de forma organizada chegou a Lisboa em 1912, onde, a 12 de outubro, foi fundado o Núcleo Naturista de Lisboa – que,

---

<sup>4</sup> BRAGA, 2019, *Das origens do vegetarianismo em Portugal* [...], pp. 41-44.

<sup>5</sup> BRAGA, 2019, *Das origens do vegetarianismo em Portugal* [...], pp. 44-52.

em 1916, passou a Sociedade Naturista Portuguesa – pela iniciativa de Luciano Silva, Roberto das Neves e Carvalho Brandão. Por outro lado, na capital, foi particularmente ativo na divulgação dos ideais vegetarianos e naturistas o médico Augusto Ardisson Ferreira (1873-1932), o qual teve relações próximas com a Sociedade Vegetariana, uma vez que foi delegado daquela agremiação em Lisboa. O crescimento do movimento vegetariano pode perceber-se pelo número de sócios da Sociedade Vegetariana de Portugal: 955 em 1912, 895 em 1912, 2838 em 1913, 2916 no ano seguinte e 4018 em 1915, a maioria do sexo masculino<sup>6</sup>.

Figura de relevo e ativista a favor do vegetarianismo e do naturismo foi Amílcar de Sousa (1876-1940), oriundo de uma família de viticultores do Douro. Formado em Medicina, pela Universidade de Coimbra, em 1905, por volta dos 30 anos, começou os estudos de dietética – em Paris, Londres e Vichy – e, progressivamente, abandonou a dieta omnívora. Cerca de cinco anos mais tarde, tornou-se frutívoro e depois crudívoro. Foi ficando cada vez mais convencido dos benefícios do vegetarianismo pelas leituras de vários autores estrangeiros e pelos efeitos que sentia na sua própria saúde. Em 1910, já vegetariano, aderiu ao naturismo, segundo o depoimento que integrou no “Testamento naturista”, escrito próximo da sua morte, depois de ter viajado para Paris, onde se especializou em ciências da nutrição. Aí tomou conhecimento de obras e orientações diversas.

Estudar o naturismo implica ter presentes conceitos como os de regeneração e de regresso à natureza, em oposição à degeneração e à vida artificial, fruto de consumos embriagantes e envenenadores como álcool, tabaco e carne. Importa, contudo, ir mais além, integrando o uso de vestuário ligeiro, a escrupulosa higiene pessoal e da casa, a prática de exercício físico e a exposição regular do corpo ao sol e à água. Deste modo, os adeptos do naturismo defendem projetos de regeneração do corpo e da sociedade, procurando criar seres com valores diferenciados dos da realidade em que vivem. É, conseqüentemente, a busca de um novo discurso sobre as relações entre o corpo e a sociedade, através de um sistema de valores e de regras comportamentais.

O discurso, por vezes em tom agressivo, quase sempre denunciador e visando convencer os omnívoros, levado a efeito por Amílcar de Sousa para se referir aos não vegetarianos não foi de todo original. Seguiu os tópicos dos temas das prédicas de outros vegetarianos e naturistas estrangeiros, cujas obras foram bem conhecidas do ativista português, um leitor ávido, que frequentemente aludiu a novas descobertas

---

<sup>6</sup> BRAGA, 2019, *Das origens do vegetarianismo em Portugal* [...], pp. 67-68.

de outros médicos naturistas. Ressalte-se que foi também tradutor de várias obras e impulsionador de uma biblioteca naturista em língua portuguesa, publicações com várias dezenas de títulos, dadas a conhecer ao público através das últimas páginas de *O Vegetariano*, do *Almanaque Vegetariano* e de publicidade neles inserida. Ou seja, mais do que um criador, Amílcar de Sousa foi um divulgador, um missionário, um apóstolo do vegetarianismo e do naturismo, que usou diversos meios ao seu alcance para formar e catequizar novos adeptos.

Foi através de expressões como «feita de sangue e de fogo» ou «alimentos cadavéricos preparados ao fogo» que Amílcar de Sousa, em consonância com outros naturalistas, como por exemplo Magalhães Lima ou Eliezer Kamenesky<sup>7</sup>, se referiu à alimentação omnívora. E, no mesmo tom, não deixou de defender ideias como «o Homem, libertando-se da prisão do fogo, não precisa da cozinha, onde principalmente se fabrica a morte» ou «é preciso regressar à natureza [...]. O Homem é um puro frugívoro, entretanto num regime de transição, o leite, os ovos e o mel são alimentos admissíveis, o que é inadmissível é a carne dos cadáveres dos animais», ou ainda «comendo alimentos de lume não se vive senão em contínuo desmerecimento fisiológico»<sup>8</sup>. Consequentemente, o vegetarianismo de carácter frugívoro e crudívoro era a única dieta verdadeiramente aceitável, a qual deveria ser complementada com exercício físico e banhos de sol.

Além do ataque cerrado ao consumo de animais e seus derivados, outros géneros foram igualmente atingidos. Neste âmbito, refira-se em particular o vinho e o álcool em geral, as bebidas excitantes, o açúcar e ainda o tabaco que, não sendo um alimento, entrava no grupo dos produtos cujo uso combatia. Se todos estes eram vistos negativamente, no caso das bebidas alcoólicas o problema assumia proporções que preocupavam vegetarianos e omnívoros, chegando a desencadear algumas medidas de saúde que, contudo, entravam em choque com os interesses dos viticultores. Não esqueçamos o dualismo de Amílcar de Sousa, produtor vinícola duriense, defensor do consumo de uvas e do seu respetivo sumo, mas também de vinho do Porto, embora em contextos separados e sem comunicação, isto é, a defesa do naturismo e a dos interesses dos produtores, respetivamente.

Amílcar de Sousa foi autor de diversas obras, três das quais traduzidas para castelhano e uma delas publicada apenas naquela língua. Deixou ainda uma incompleta, em 1940, data da sua morte, sobre vitaminas. Destaquem-se *O Naturismo* (1912, 1913, 1916, 1917, ...), *A cura da prisão de ventre* (1915, 1923), *A saúde pelo*

---

<sup>7</sup> BRAGA, 2018, «Eliezer Kamenesky (1888-1954): vegetariano do mundo», pp. 81-95.

<sup>8</sup> BRAGA, 2019, *Das origens do vegetarianismo em Portugal* [...], p. 101.

*naturismo* (1916, 1923, ...), *Arte de viver* (s.d., 1927, 1934) e *Banhos de sol* (1937). Todas versaram sobre os problemas higienistas, naturistas e vegetarianos. O único texto literário, uma novela, intitulada *Redenção*, cuja primeira edição datou de 1923, não fugiu ao tema<sup>9</sup>. As obras insistiram todas no mesmo assunto: a dieta vegetariana, complementada pelas práticas naturistas. São textos de divulgação, nos quais se atacou de forma incisiva a dieta omnívora e a medicina tradicional, defendendo-se de maneira eloquente o regresso à natureza como forma de regeneração do Homem.

Os qualificativos com que Amílcar de Sousa e outros vegetarianos brindaram alguns géneros foram sempre fortes. Por exemplo, o caldo de galinha era «chá de cadáveres», a carne e o peixe «alimentos tóxicos e perturbadores», os ovos «fetos de animais ainda antes de estarem chocados», o sal «droga medicamentosa», a manteiga «pouco se digeria» e o pão branco era «só amido». Ao álcool em geral, considerou-o um «excitante maquiavélico», o café, uma «bebida fortemente depressora» e um «puro excitante», enquanto o chá «mumifica[va] as pessoas», ambos eram «perturbadores nervosos», ao mesmo tempo que o cacau e o chocolate eram «detestáveis bebidas». Em suma, todos os «modificadores intelectuais» eram «detestáveis», pois o que saía de um «cérebro embriagado eram quadros indecorosos, versos de bordel e prosa de lupanar»<sup>10</sup>.

A passagem da dieta omnívora para a vegetariana deveria ser feita paulatinamente, primeiro consumindo os alimentos a suprimir apenas numa das refeições diárias até os conseguir eliminar por completo. O mesmo se preconizou para a adoção do regime crudívoro. Se todos seguissem estes preceitos, ou quando todos os adotassem, alcançar-se-ia uma situação ideal, com fortes consequências na paisagem agrícola, na organização dos ofícios e até do espaço doméstico, em particular nas cozinhas.

Na primeira fase do vegetarianismo português, isto é, até ao final da década de 1930, os membros do movimento desdobraram-se em iniciativas diferenciadas, em particular nos meios urbanos, aqueles que consideravam necessitar de uma reforma alimentar mais urgente. Entre estas contaram-se a publicação de textos de divulgação em livros e revistas, quer especializadas, quer generalistas, a tradução de obras de autores estrangeiros, em particular sobre as matérias ligadas à alimentação e aos diversos métodos de educação física; a promoção de núcleos naturistas em vários pontos do país e de sociedades vegetarianas e naturistas no Brasil, chegando

---

<sup>9</sup> BRAGA, 2019, *Das origens do vegetarianismo em Portugal* [...], p. 152.

<sup>10</sup> BRAGA, 2019, *Das origens do vegetarianismo em Portugal* [...], pp. 160-161.

a tentar fundar colónias naturistas no Pará<sup>11</sup>; a realização de conferências pelo país, com destaque para Lisboa e Porto, mas sem esquecer muitas cidades e vilas mais pequenas e ainda em outras iniciativas mais modestas mas empenhadas. Apesar do forte investimento humano e material, o movimento vegetariano e naturista português conheceu uma acalmia significativa, uma quase extinção, a partir de 1936. Ressurgirá, em novos moldes, com uma outra geração, aparentemente mais discreta e mais púdica, após a II Guerra Mundial (1939-1945), em especial na década de 1950.

### **3. O Projeto de Criação de uma Colónia Naturista na Ilha da Madeira**

Amílcar de Sousa, tal como antes fizera o médico e ensaísta Ângelo Jorge (1883-1922), através da utopia que publicou, propôs o que entendeu ser um modelo de organização social mais perfeito do que aquele em que estava inserido. Ambos se serviram, como artifício literário, do expediente de um naufrágio para atingir uma ilha e aí viver de acordo com a natureza e procriar. Porém, enquanto Ângelo Jorge escolheu um naufrago europeu que chegou a uma ilha habitada e aí conviveu com a população que se mantinha de acordo com as leis da natureza, casando-se com uma mulher local; Amílcar de Sousa preferiu um casal de naufragos americanos que alcançou uma ilha deserta e, pelo seu engenho e necessidade de sobreviver, teve de adotar a dieta frutívora. Se o primeiro notou que os habitantes da ilha comiam sobretudo frutos e «nada de pratos da artificiosa cozinha civilizada, nem cadáveres de animais a nadar em lagos de molho extravagante nem vinhos capitosos que excitam e embriagam»<sup>12</sup>, o segundo realçou que «o sangue intoxicado por uma alimentação necrófaga e com uma bebida de tóxicos e embriagantes [...], como se poderão conceber crianças evolutivamente, obedecendo a todas as regras naturais?»<sup>13</sup>.

As ideias utópicas na obra *Redenção* tiveram também eco parcial nas obras de divulgação que Amílcar de Sousa escreveu, designadamente em *Banhos de sol*, publicada em 1937, quando propôs que uma centena de crianças de todos os povos fosse enviada pela Sociedade das Nações para a ilha da Madeira, «local propício sob todas os aspetos e considerações para se criar essa nova escola de puericultura conforme a natureza»<sup>14</sup>. Na verdade, era uma ideia que já estava presente nos estatutos

---

<sup>11</sup> BRAGA, 2018, «Em busca do novo Éden no século XX [...]».

<sup>12</sup> JORGE, 2004, *Irmânia: novela naturista*, p. 39. A primeira edição é de 1912.

<sup>13</sup> SOUSA, 2011, *Redenção: novela naturista*, p. 99. A primeira edição é de 1923.

<sup>14</sup> SOUSA, 1937, *Banhos de sol*, pp. 181-182.

da Sociedade Vegetariana de Portugal, pois, entre os fins da agremiação, contavam-se, para além da fundação de bibliotecas naturistas, restaurantes vegetarianos, cozinhas económicas, cooperativas vegetarianas, estabelecimentos de cura natural, asilos de crianças e de inválidos, o aparecimento de colónias infantis frugívoras<sup>15</sup>.

Entretanto, em 1929, Amílcar de Sousa fez uma proposta à Sociedade das Nações. Tratava-se de uma organização internacional fundada em 28 de junho de 1919 e extinta em 20 de abril de 1946, com sede, a partir de 1920, em Genebra, que tinha como objetivo a reorganização das relações internacionais após a I Guerra Mundial (1914-1918), incluindo uma organização de saúde com três órgãos (gabinete de saúde, conselho geral, constituído por médicos e por peritos; e comité de saúde, para conduzir pesquisas e supervisionar o funcionamento dos projetos de saúde). As representações portuguesas nas assembleias da Sociedade das Nações contaram com a presença de médicos, designadamente Ricardo Jorge, que integrou o comité de higiene nas sessões 9.<sup>a</sup> a 12.<sup>a</sup>, de 1928 a 1931. Neste ano, o mesmo fez ainda parte das comissões de paludismo e de ópio<sup>16</sup>. A instituição publicou o *Journal Officiel de la Société des Nations*, onde terá surgido o texto da proposta de Amílcar de Sousa, que também será divulgada em *O Vegetariano*.

O projeto defendia que as crianças, após terem deixado o aleitamento materno, já terem dentição, mas sem haverem consumido alimentos cozinhados, drogas ou terem sido vacinadas, deveriam ser conduzidas à ilha da Madeira, o novo Éden, que não sendo nos trópicos, apresentava um clima agradável. As crianças deveriam ir acompanhadas por um processo, no qual constariam os antecedentes, e passar por criteriosos exames médicos. Ali, iriam crescer sob vigilância de médicos e enfermeiras naturistas de modo a usufruírem de ar livre, sol, exercício físico, sono regular, de acordo com o pôr e o nascer do sol, e alimentação frutívora e crudívora: «o coco daria o leite, as bananas serviriam de pão e as uvas e outros frutos sumarentos de bebida agradável e própria»<sup>17</sup>. Tratava-se, na opinião de Amílcar de Sousa, de um sanatório internacional infantil, composto por 10 crianças de cada país, que tivessem irmãos, os quais ficariam nos locais de origem para posteriormente se fazerem comparações, uma vez que a instituição «serviria de estudo, demonstração e estímulo para se iniciar o regresso ao viver ancestral»<sup>18</sup>.

---

<sup>15</sup> *Almanaque Vegetariano Ilustrado de Portugal e Brazil*, 1913, n.º 1, pp. 87-93.

<sup>16</sup> PACHECO, 1999, *Portugal na Sociedade das Nações: 1919-1930*.

<sup>17</sup> SOUSA, 1937, *Banhos de sol*, p. 182.

<sup>18</sup> SOUSA, 1929, «À Sociedade das Nações», p. 131.

Recorde-se que Amílcar de Sousa conhecera a Madeira em janeiro de 1920, quando se dirigia ao Brasil, para, no âmbito de um outro projeto utópico, levar a cabo a criação de uma comunidade naturista no Pará. O navio *Anselm*, em que viajava, fez escala na ilha e o médico não deixou de fazer diversas observações, algumas delas publicadas anos depois. Por exemplo, em 1929, ao relatar a experiência de nove anos antes, lamentou que a ilha estivesse muito abandonada e fosse quase desconhecida dos portugueses, só aproveitada pelos ingleses, que para ali se dirigiam fugidos dos rigores do inverno britânico. Fez igualmente notar que faltavam condições básicas à ilha – rede viária, saneamento e um porto com boas condições para receber os navios<sup>19</sup> –, salientando que a agricultura deveria merecer mais cuidado – as anonas não eram perfeitas, os tomates não tinham sabor, as bananas estavam verdes e as laranjas pouco valiam (insista-se, estas são impressões de janeiro de 1920) – e para rematar considerou que: «a Madeira é para a Europa geograficamente uma guarda avançada de futuro certo»<sup>20</sup>.

Se o projeto apresentado à Sociedade das Nações não surtiu efeito, também é certo que Amílcar de Sousa nunca deixou de o considerar exequível, ainda que em outros moldes, designadamente com a fixação de adultos naturistas na ilha. Em *A Vida Social*, de dezembro de 1939, cerca de três meses antes de falecer, foi muito claro acerca dessa possibilidade num artigo que publicou. Nele se deteve acerca da escolha do melhor sítio, os arredores do Funchal, portanto, sempre no campo, mas perto de uma cidade, retomando algumas das ideias que décadas antes já defendera em *O Naturismo*. Agora, o projeto, definido como um «ermitério naturista» aparece ainda mais depurado e mais simples do que o anterior. Porém, tudo foi pensado: a localização, a casa, o mobiliário, os cultivos, salientando a relevância de possuir uma quinta com bananeiras, coqueiros, anonas, abacates, etc., assim como uma boa horta bem tratada e completa; o tipo de alimentação e as eventuais atividades profissionais para quem delas precisasse. Em suma:

---

<sup>19</sup> A necessidade de um bom porto era uma velha aspiração dos madeirenses sucessivamente adiada. O padre João Crisóstomo Espinola de Macedo (?-1828), eleito deputado substituto pela ilha da Madeira, em 1822, nas Cortes Constituintes, foi autor e defensor acérrimo de um projeto caro aos comerciantes do Funchal, o da construção de um porto franco na Madeira, o qual mereceu aceitação regional, com impacto nos meios de comunicação madeirenses, apesar de não agradar ao governador. O projeto acabou por não ser aprovado. Mais tarde, Lourenço José Moniz (1789-1857), eleito deputado pela Madeira na Câmara dos Deputados, mostrou o seu desagrado pela não aprovação do projeto, e ao mesmo tempo requereu que se pedisse ao governo que submetesse à câmara a memória sobre os melhoramentos na ilha antes apresentada por António Manuel de Noronha. Cf. LOJA, 2008, *Crónica de uma revolução* [...].

<sup>20</sup> SOUSA, 1926, «Turismo e naturismo», p. 119.

«um pomar e horta engrinaldada de trepadeiras de flores sempre viçosas, este pequeno paraíso de tamanho suficiente para produzir os bons frutos e vegetais todo o ano para uma alimentação vegetal suficiente. O fundamental para se viver em paz e tranquilidade é suprimir o dinheiro e evitar o dinheiro e os vícios da falsa civilização, a comida de sangue e de lume, assim como produtos fermentados, como o detestável pão e o vinho, o queijo e a carne, o peixe bem como as aves. Sem dúvida pode viver-se sem cozinha de fogo e de cadáveres. Quando muito se pode fazer um caldo sem sal de legumes variados, com azeite temperado ao qual se junte cebola ou salsa crua cortada, ou folhas de alface ou tomates crus para lhe dar mais vitaminas. Ou então juntem-se os vegetais numa panela especial, género marmita, onde se deitem sem água, batatas, cenouras, cebolas, couves, feijões ou grão-de-bico para cozerem a vapor sem sal [...]. Uma nova vida se consegue alcançar nestas paragens edénicas onde os frutos nunca faltam pendentes das árvores e onde a temperatura é suave sempre [...] a moradia será sumária e simples. A casa higiénica cifra-se em quatro compartimentos, quarto de dormir de 3mx3m, anexo outro de banho com chuveiro e tina, lavatório e sanitário. Mais dois compartimentos das mesmas dimensões fazem uma sala de receber e um quarto de hóspedes [...] mobilar com mobília típica de vime madeirense, quartos e saleta, onde se podem colocar estantes com livros e mesas de leitura bem como sofás cómodos e cadeiras de braços para descansar. Não é preciso ter cozinha. Em qualquer parte se põe uma panela marmita e uma máquina a gaz de petróleo se se não puder usar a electricidade. Esta fada dá a luz e faz acionar um aparelho de t-s-fios a maior descoberta dos tempos de hoje. Sem dúvida, se podia viver numa gruta e dormir sobre uma cama de fetos e uma manta de burel a cobrir-nos [...]. Essa morada, assim circundada e florida pode ser um modelo de casa barata e pode ser ampliada. Assim, porém, chega para um casal naturista ou para um solitário amigo de viver só com o seu ideal. A alimentação de frutos e saladas cruas não precisa de apetrechos vários. Num armário se podem guardar os sumários utensílios precisos e fazer da saleta de visitas uma saleta de comer e nas horas competentes ficar para estádio. A vida assim compreendida e elaborado um programa de levantar com o alvorecer e de dormir com o pôr-do-sol, deixa os dias livres para estudar, trabalhar no campo das hortas ou pomares ou mesmo num escritório da cidade próxima, numa indústria ou oficina querendo ou sendo preciso... as necessidades de quem ama este ideal são reduzidas. A leitura de bons autores assim como a cultura física seduzem quem abandona a civilização da guerra e dos vícios, dos ganhos e das empresas temerárias e falíveis [...]. Na Madeira é fácil tentar a realização pois há sol e fruta todo o ano e está a 36 horas de Lisboa, o cais da Europa mais ocidental e acolhedor»<sup>21</sup>.

#### 4. O Fracasso de um Sonho

Pela militância e pelo desdobramento de iniciativas a que esteve ligado, Amílcar de Sousa, a partir do Porto, pretendeu revolucionar os costumes do país e, se possível, de outros espaços tais como o Brasil. Foi um divulgador que recorreu a um

---

<sup>21</sup> SOUSA, 1939, «Um sonho irrealizável?».

discurso claro, contundente, normativo, exuberante, exacerbado e, por vezes, quase de carácter messiânico. Propagandeou os ideais vegetarianos e naturistas como se fosse um missionário ou até mesmo um apóstolo, usando, tal como muitos outros naturistas portugueses e estrangeiros, esses termos para se autodefinir. Do ponto de vista da linguagem laica, usou outro tipo de auto descrição, preferindo o termo fisiatra-eutrófico, ou seja, alguém qualificado em recuperação física e conselheiro na escolha dos alimentos adequados à saúde humana. Não só praticou o naturismo e o vegetarianismo nas vertentes frugívora e crudívora como foi, *avant la lettre*, *vegan*, quando as bases desse movimento ainda não tinham sido codificadas nem as ideias conceptualizadas.

## **Fontes e Bibliografia**

### Fontes Impressas

*Almanaque Vegetariano Ilustrado de Portugal e Brazil*, 1913, n.º 1, Porto, pp. 87-93.

JORGE, Ângelo, 2004, *Irmânia: novela naturista*, edição de José Eduardo Reis, Lisboa, Edições Quasi. (A primeira edição é de 1912.)

SOUSA, Amílcar de, 1937, *Banhos de sol*, Porto, Livraria Civilização.

SOUSA, Amílcar de, 2011, *Redenção: novela naturista*, Porto, Edições Afrontamento. (A primeira edição é de 1923.)

SOUSA, Amílcar de Sousa, 1929, «À Sociedade das Nações», in *O Vegetariano*, vol. 20, n.º 9-10, p. 131.

SOUSA, Amílcar de, 1939, «Um sonho irrealizável?», in *A Vida Social*, n.º 174, Montijo, 1 dezembro de 1939.

SOUSA, Amílcar de 1926, «Turismo e naturismo», in *O Vegetariano*, vol. 17, n.º 9, p. 119.

### Bibliografia

BRAGA, Isabel Drumond, 2018, «Eliezer Kamenesky (1888-1954): vegetariano do mundo», in ROSA, Cristina (dir.), *Nel tempo e nella vita: il viaggio, metafora e realtà / No tempo e na vida: a viagem como metáfora e realidade*, Viterbo, Sette Città, pp. 81-95.

BRAGA, Isabel Drumond, 2018, «Em busca do novo Éden no século XX: os Portugueses e a fundação de colónias naturistas no Brasil», in *História, Ciências, Saúde – Manguinhos*, Rio de Janeiro, vol. 25, n.º 3, pp. 659-678, disponível em <https://www.academia.edu/37669493/>.

- BRAGA, Isabel Drumond, 2019, *Das origens do vegetarianismo em Portugal: Amílcar de Sousa (1876-1940), o 'apóstolo verde'*, Lisboa, Biblioteca Nacional de Portugal.
- LARUE, Renan, 2015, *Le Végétarisme et ses ennemis: vingt-cinq siècles de débats*, Paris, PUF.
- LARUE, Renan, 2021, *Le Végétarisme des Lumières*, Paris, Classiques Garnier.
- LOJA, António Egídio Fernandes, 2008, *Crónica de uma revolução: a Madeira na Revolução Liberal*, Funchal, Empresa Municipal Funchal 500 Anos.
- PACHECO, Cristina, 1999, *Portugal na Sociedade das Nações: 1919-1930*, Lisboa, Dissertação de Mestrado em História Moderna e Contemporânea apresentada à Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa.
- SPENCER, Colin, 2016, *Vegetarianism: a history*, 2.<sup>a</sup> ed., Londres, Grub Street.
- TWIGG, Julia, 1981, *The Vegetarianism movement in England (1847-1981): study in the structure of its ideology*, Londres, Tese de doutoramento apresentada à London School of Economics, disponível em <http://ivu.org/history/thesis>, consultado em 11 de fevereiro de 2021.