
HISTORIA DE LA MEDICINA

En este trabajo hacemos un recorrido por la actuación médica, los métodos terapéuticos utilizados y la relación del médico con los enfermos a lo largo de la historia conocida de la humanidad. Especialmente, profundizamos en todos aquellos autores que han estudiado la salud, la manera de mantenerla y la forma de prevenir la enfermedad o como recuperarse de ella. Es una historia de la salud y la higiene, concebida ésta como el arte de vivir para mantener la salud o para curar.

MEDICINA DE LA EDAD ANTIGUA

CONCEPTO DE ENFERMEDAD EN LA MEDICINA PRIMITIVA

En la Medicina primitiva el concepto de enfermedad es mágico y misterioso, difícil de separar de las creencias espirituales y de conformación del mundo, ya que éstas y las ideas médicas están íntimamente relacionadas.

Tras un análisis etnológico de la enfermedad entre los pueblos primitivos, Clements concluye que reconocen como causa de enfermedad, la infracción de un tabú, el hechizo dañino (algo así como el mal de ojo), la influencia de un espíritu maligno, la intrusión mágica de un cuerpo extraño y la pérdida del alma. Se puede enfermar y perder el alma por el miedo súbito, por un susto o por un accidente imprevisto.

Considera Frazer que la clave del poder curativo del médico primitivo radica en su capacidad para liberar la fuerza psíquica del individuo enfermo, activando con sus ritos y su influencia mágica los recursos curativos del subconsciente colectivo. En palabras de Lain, el fármaco no obra por su <<qué>>, su naturaleza o composición esencial, sino por su <<quién>> - el que le administra, el mago domeñador de las fuerzas ocultas – así <<cómo>> - el ritual de administración indispensable para su acción – y su <<dónde>> - el lugar en que se aplica y las fuerzas que allí se liberan. Los medicamentos, en definitiva, no se emplean por su naturaleza, sino porque ayudan al mago-sacerdote en el control de las fuerzas ocultas causantes de la enfermedad. Por ello su recolección y preparación ha de ir acompañada de rituales, sólo conocidos por el médico, mago o chamán.

Cuando la mente primitiva piensa que la enfermedad se debe a la infracción de un tabú, el médico primitivo cuenta con poderosos recursos terapéuticos, entre los que destaca la "confesión" del enfermo. Al declarar las faltas morales, el enfermo se libera del sentimiento de culpabilidad que le angustia y que conscientemente acepta haber cometido. Se libera así del sentimiento de culpa. Los ritos de purificación corporal con el agua, el ayuno, las dietas, los vómitos y las purgas tienen especial interés en el tratamiento de las enfermedades.

Los incas tenían cada año un día de purificación en los ríos, a cuyo cauce acudían los reyes a confesar los pecados para que fueran al mar y son bien conocidos los ritos de purificación hindúes en las aguas del Ganges. Es muy conocido el uso de los baños de vapor por los indios precolombinos como parte de un ritual religioso e higiénico para la curación de las enfermedades.

Según José María López Piñero, en la antigüedad hubo acertadas observaciones relativas a las enfermedades. Por ejemplo, los médicos hindúes descubrieron la presencia de azúcar en la orina de los diabéticos casi dos mil años antes que los europeos, y también anotaron muy tempranamente la relación entre el paludismo y determinados mosquitos, los signos clínicos de las fracturas, etc.

EL AYURVEDA DE LA ANTIGUA INDIA

En el **ayurveda** de la India, los desequilibrios de la relación del individuo con el medio (alimentación, intemperie climática, estaciones, género de vida, etc.) son las causas más importantes de enfermedad para él. El tratamiento médico: tenía un sentido de ser una ayuda de los seres humanos al restablecimiento del orden del cosmos, un orden religioso, moral, y físico, que la enfermedad había alterado.

La enfermedad se entiende aquí como desequilibrio ético y moral, como actuación no correcta en la conducta, como pecado voluntario o no, que puede ser corregido mediante un ritual y la búsqueda del equilibrio con lo que le rodea.

Concebían el mundo físico y psíquico como una unidad y una constitución común del macro y microcosmos a base de cinco elementos: el éter o vacío; el viento; el fuego; el agua y la tierra.

Hay tres **elementos biológicos** o esenciales para la vida:

- El viento, presentado como soplo o corriente del cuerpo prâna idéntico al que recorre el universo.
- El fuego presentado bajo la forma de bilis.
- El agua bajo la forma de pituita que recorre todo el cuerpo.

La salud es el <<orden>>, el equilibrio dinámico de estas fuerzas; la enfermedad es el <<desorden>>, el desequilibrio de las mismas; el terapeuta debe ayudar a restablecer el <<equilibrio vital>>.

Los trastornos se explican por causas inmediatas múltiples como la influencia de las estaciones, del género de vida, de los alimentos, de la herencia o, claro está, de voluntad divina o de la intervención de espíritus malignos. La Terapéutica hindú pretendía ayudar la reconstrucción del orden físico, espiritual y moral alterado por la enfermedad.

LA TRADICIÓN MÉDICA ANTIGUA EN EGIPTO, MESOPOTAMIA, ISRAEL, ASIRIA-BABILONIA

La tradición **egipcia** relacionó las crecidas del Nilo con la salud y la enfermedad, pues como ha señalado Jagailloux, las subidas del nivel de las aguas significaban abundantes cosechas y salud, mientras que los bajos niveles acarrearán el hambre y las epidemias. Su alimentación consistía en legumbres, frutas, huevos, algo de pescado, poca carne, y excluían de su dieta el cerdo y las bebidas alcohólicas. Los Egipcios hacían uso frecuente de baños y abluciones y fueron cuidadosos de la higiene personal, la limpieza de su ropa, la higiene en sus casa y en la preparación de los alimentos.

Los egipcios consideraban la salud como el estado natural del ser humano. La enfermedad podía clasificarse en dos grupos: aquellas cuyos síntomas eran evidentes, tales como los traumatismos, heridas, fracturas o quemaduras, en las que generalmente no se apelaba a explicaciones de tipo mágico, y el de aquellas cuyas causas era desconocida e invisible, en cuyo caso se daban razonamientos etiológicos de tipo mágico o metafísico. Los alimentos inapropiados o mal combinados podían ser considerados como causa de diversas enfermedades, según J. Puerto. La alimentación inadecuada era origen de enfermedad. Aunque no empleaban la dieta como coadyuvante de la terapia.

El pueblo egipcio se preocupó mucho por la higiene. Los sacerdotes y clases dirigentes se depilaban absolutamente todo el cuerpo y se lavaban dos veces al día y dos de noche. No conocían el jabón, pero sí el **natrón** y la sosa; además se perfumaban y utilizaban gran cantidad de cosméticos para embellecerse y evitar la desecación cutánea.

La concepción **mesopotámica** de la enfermedad era estrictamente religiosa, hasta el punto de que la misma palabra significaba pecado, cólera de los dioses, castigo y enfermedad. Para diagnosticar se recurría, en primer término, a un interrogatorio ritual del paciente, con el fin de averiguar el fallo moral que había causado la dolencia. En segundo lugar, se utilizaban en el diagnóstico y el pronóstico la astrología - que procede de Mesopotamia - con métodos muy precisos, la hepatoscopia, que consistía en la búsqueda de *señales* en el hígado de animales sacrificados o el examen de sus entrañas, y la quiromancia o interpretación de las líneas de las manos. De la hepatoscopia se conservan modelos de hígado en arcilla cocida con delicados detalles anatómicos.

La contribución más importante de la medicina **israelita** fueron los preceptos higiénicos que introdujeron como parte de la ley de Moisés, el consumo de animales desangrados kosher,

la prevención de las enfermedades contagiosas mediante el aislamiento de los enfermos y el cuidado en la disposición de los "excreta". La enfermedad se observó siempre como un castigo de Yahvé a un pecador; sólo en el libro de Job aparece como una <<prueba>> a un justo para obtener méritos espirituales, pero no se observa una concepción naturalista de la enfermedad o de su explicación. El único médico, el único sanador, es Dios; sólo a los extranjeros se les otorgó el nombre de médico y siempre con cierta prevención; los sanadores judíos se tenían por <<ayudantes del Señor>>.

Para los **asirio – babilónios** la enfermedad es siempre producto del pecado; no es algo natural, sino el producto de una transgresión a la vez física y moral, de la que el enfermo puede ser o no consciente. La palabra <<sbêrtu>> (**shêrtu**) significa, a la vez, pecado, cólera de dios, castigo y enfermedad. El diagnóstico, el pronóstico y el tratamiento de la enfermedad estaba a cargo de la clase sacerdotal. Primero había que buscar el origen del mal; para ello el sacerdote sometía a un interrogatorio al enfermo: << -¿Has sembrado la discordia entre padre e hijo?- ¿Has sembrado la discordia entre madre e hija?-¿Has cometido crímenes, has robado, has hecho robar? La terapéutica asirio – babilónica está fundamentada en la oración, los sacrificios y la magia, practicada por el *âshipu*. Las oraciones y sacrificios iban encaminadas a contentar a los dioses para lograr su vuelta al cuerpo abandonado.

MEDICINA CHINA

Como causas externas de enfermedad en los textos de la dinastía Han se menciona el viento, el calor, el frío húmedo, alteraciones en la dieta, excesos sexuales, emociones violentas y traumatismos. Ciertas enfermedades eran causadas por espíritus malignos. En la prevención y tratamiento de las dolencias se conceden un papel decisivo a la alimentación y a la afinidad de los cinco sabores de los alimentos con las cinco vísceras. Entre las medidas higiénicas se recomienda la práctica sexual para el florecimiento de la familia, la satisfacción de la libido y como ejercicio fisiológico que contribuye a prolongar la vida. También recomiendan el ejercicio físico, así como los estados de reposo y meditación. El ejercicio rítmico, basado a veces en los movimientos de los animales, es otra forma de meditación y vivencia de nuestra integración con el mundo que nos rodea.

Hay que destacar las técnicas de acupuntura y la meticulosidad en la práctica de los masajes.

El saber anatómo–fisiológico de la China antigua, a la par del cosmológico, se vio presidido por el número cinco: a los cinco elementos básicos (tierra, aire, agua, madera y metal) se le corresponden cinco órganos principales (corazón, pulmón, riñón, hígado y bazo), cinco órganos secundarios (intestino delgado, intestino grueso, uréter, vesícula biliar y estómago) que se corresponden con los planetas, estaciones, etc. El desequilibrio entre el Yin y el Yang, lleva el desorden de los cinco elementos y a la enfermedad.

La causa última de la enfermedad es el desorden mencionado de la dinámica Yin –Yang; el origen puede estar en los cambios excesivos del clima, la dieta, las relaciones afectivas, la mojadura, el enfriamiento, los venenos... y también en los espíritus malignos.

Para el diagnóstico empleaban los cinco sentidos, pero tiene especial importancia el pulso. Como métodos terapéuticos a destacar la acupuntura y la moxibustión.

AMERICA PRECOLOMBINA

Los **incas** y los **mayas** veían la enfermedad con una idea de transgresión ética-moral o espiritual. Los aztecas creían que la enfermedad era causada por los dioses o por hechiceros enemigos. Los aztecas recibían el nombre del día en el que nacían y sus horóscopos regían el destino, la profesión, la enfermedad, la salud y la duración de la vida. Los mayas utilizaban también la confesión expiatoria de los pecados del enfermo.

Los **aztecas** diagnosticaban empleando el horóscopo y tenían en cuenta la influencia de los astros en los diversos órganos del cuerpo. En la curación, además de los medicamentos, utilizaban el *temazcal*, baño confeccionado en adobe de un metro y medio de alto por dos y medio de longitud, en donde se practicaba una terapia higiénica y purificadora ritual; se hacía sudar al enfermo y se le aplicaban masajes.

Los incas empleaban en los tratamientos los números, como los pitagóricos; por ejemplo, 13 días de ingerir un fármaco para los hombres y 9 para las mujeres.

LA MEDICINA EN LA GRECIA ANTIGUA

LA CURACIÓN TEÚRGICA O ESPIRITUAL

La medicina griega recoge conocimientos y experiencias de los dos grandes bloques culturales de aquel entonces: el Egipcio y el Sumerio-Mesopotámico, que a su vez recogen influencias de la península del Indostán.

Con la cultura griega se produjo el inicio de una visión **racionalista y naturalista** del cosmos y del hombre, alejada de la magia y las supersticiones místico – religiosas. La salud, como indica J. Chuaqui, era el bien máspreciado en la sociedad griega. Además, sin salud no podía haber belleza.

Se mencionan por vez primera en los escritos de Homero, algunas palabras que indican la función fisiológica del cuerpo humano, como la propia función o naturaleza de las cosas (*physis*), el aliento vital (*psykhé*), el sentimiento de las cosas (*thymos*), el sueño (*hypnos*), los sueños (*oneiroi*), la inteligencia (*phrénés*), de las cuales proceden las ideas fundamentales de nuestro lenguaje psicológico.

Para los griegos antiguos, según Laín Entralgo, la enfermedad es desequilibrio, la desviación de la norma, y la cura pasa por un retorno a la naturaleza. El ser humano no es un animal enfermo sino naturalmente sano. El concepto de enfermedad no puede ser entendida en "soledad" sino en sociedad con la naturaleza.

Existían varias divinidades sanadoras. La principal de ellas es **Apolo**, considerado el dios de las plagas y de la enfermedad, el que aparta y desvía el mal y que domina también la profecía y el oráculo; su hermana **Artemisa**, aunque virgen, era tenida como protectora de los partos y del crecimiento de los niños. Palas Atenea, patrona de las artes y de Atenas, fue considerada también como sanadora. El principal dios curador fue **Asclepio** o **Esculapio** para los romanos, hijo de Apolo y padre de las diosas **Panacea** e **Higea**, personificadoras de la salud.

La leyenda dice que Apolo encomendó la educación de Esculapio al centauro Quirón, sabio y de carácter dulce, conocedor de las virtudes medicinales de las plantas y de quien aprendió a ejercer la Medicina. Esculapio no se contentó con curar a los vivos, sino que trató de resucitar a los muertos mediante prácticas mágicas prohibidas en el Olimpo, con lo que provocó la ira de Zeus que les destruyó con un rayo. En venganza, Apolo mató a los Cíclopes, artífices de los rayos de Zeus, pero Esculapio se convirtió en la constelación Serpentario, <<el que lleva serpientes>>. Esculapio se representa con bastón y con una serpiente enrollada. En ocasiones se le representa con la copa de medicamentos y con la serpiente enrollada. En aquel momento, la figura del médico y el farmacéutico era uno, y de Esculapio se ha cogido la imagen simbólica que en la actualidad es representativa de la Farmacia, aunque con los quehaceres farmacológicos estaría más relacionado el centauro Quirón y sobre todo la diosa Panacea: la que todo lo cura.

A través de la literatura antigua sabemos que la figura semi-mítica de Asclepio o Esculapio era considerada como el primer médico de oficio de la antigüedad. Hay autores que señalan su vida alrededor del siglo IX a. de C. Antes de Asclepios sólo tenemos noticia que el médico como tal profesión no existía en la Grecia antigua. En las ruinas de la ciudad de Ampurias en la provincia de Gerona, se encuentra la estatua dedicada al Dios-héroe de la medicina antigua Asclepio o Esculapio para los romanos, que presidía el templo dedicado a la misma divinidad. Los estudiosos de la mitología piensan que fue un héroe que destacó en el ejercicio de la Medicina, acaso durante el asedio de Troya, y llegó a desplazar a Apolo como dios sanador.

El centro de la medicina **teúrgica o espiritual** griega estuvo constituido por los templos de Aclepio, *asklepieia*. Estos templos estaban edificadas en lugares sanos, de belleza natural, con agua abundante y en ocasiones fuentes minerales, y alrededor de ellos existían locales para residencia de los enfermos, baños y ejercicios gimnásticos. Los sacerdotes que regían el templo recibían a los enfermos con un relato de las curaciones principales allí conseguidas; el enfermo participaba en las ceremonias de culto, realizaba la ofrenda y el sacrificio a Asclepio y pasaba por un ritual de abstinencia o dieta, baños, masajes y unciones, vida tranquila y relajada, que le preparaban para pasar al descanso de una o dos noches en el interior del templo. Al llegar la noche dormía en el templo, cerca de la estatua de Asclepio y pasaba por la "*incubatio*" (incubación), sueño en que se le aparecía el asclepiades que le recomendaban el remedio para el

mal, o tenía sueños donde recibía el consejo o la curación de la deidad. Al obtener la curación era costumbre que el enfermo dedicara un anatema representación en metal o en cera del órgano afectado.

También existía el culto a **Dionisio** que consistía sobre todo en orgías rituales, en las cuales los fieles llegaban a un estado transitorio de trance o a veces de delirio mediante la embriaguez alcohólica y la danza a un ritmo frenético. En dicho estado se alcanzaba un éxtasis que se interpretaba como unión con el dios, que sanaba las enfermedades.

De la misma manera que en otras civilizaciones de aquel entonces, hubo un conocimiento empírico del uso de los remedios vegetales bastante amplio: Aristófanes describe el empleo de los anises y de los frutos del cedro en los cólicos ventosos. Existen también numerosas alusiones a las aguas minerales y termales, a los baños, masajes.

Simultáneamente con la práctica de la medicina teúrgica o espiritual, e inclusive con la medicina técnica del periodo hipocrático, existió en Grecia una medicina astral, nutrida en una larga tradición persa y egipcia de observaciones astronómicas a las que dieron forma algunos médicos griegos antes de siglo IV a. C. La medicina astral griega estuvo basada en el concepto de la simpatía universal y la correlación del macrocosmos del universo con el microcosmos del hombre.

CIENCIA PRESOCRÁTICA

El inicio de una actitud científica en la medicina hipocrática fue resultado del interés de los griegos por el cuerpo humano. En el año 776 a.C. se inician las olimpiadas y la creación de los gimnasios. Se ponía especial cuidado en atender el bienestar y salud de los atletas, la selección de sus dietas, el entrenamiento físico, las técnicas de fisioterapia y masajes, y el tratamiento de lesiones traumáticas y algunos padecimientos por médicos experimentados. Pero en el nacimiento de la medicina científica griega fue aún más importante la influencia de los filósofos presocráticos, preocupados por conocer la *physis* o naturaleza de las cosas, y en explicar el origen y la constitución del mundo material. La dedicación fundamental de la ciencia presocrática consistió en explicar el origen y constitución de la materia a partir de uno o más elementos.

Es importante para los antiguos griegos la **catarsis** o ceremonia lustral (repetida cada lustro, cinco años), que se encuentra presente también en la época homérica y consiste en intentar eliminar del cuerpo del enfermo las manchas que testimonian la impureza y producen la enfermedad. Se empleaban fumigaciones, agua o fuego. La medicina hipocrática racionalizará el empleo de esta terapia; la catarsis se convertirá en purgación y el remedio catártico será purgante.

Según José María López Piñero: *"una de las características que hay que destacar en los escritos de la escuela de Cos es el estudio de las enfermedades desde un punto de vista que llamaríamos ecológico, centrado en interpretar sus manifestaciones en relación con el ambiente en el que viven los enfermos. Así, uno de los principales tratados - el titulado "De los aires, aguas y lugares" - está consagrado a este enfoque"*.

Pitágoras de Samos, que vivió en la segunda mitad del siglo VI, enunció el principio de que todas las cosas podían reducirse a números. La influencia matemática de Pitágoras y sus discípulos fue decisiva para establecer la idea de la armonía del cuerpo humano, de los humores y la conservación de la salud. Fue Pitagórica la idea griega del justo medio, de la medida equilibrada de las cosas, (*metron*), la perfecta relación del ejercicio y del reposo, el sueño y la vigilia, alimento y abstinencia, cólera y burla y así en las demás cosas de la vida. Aparece bien claro su influjo en el juramento hipocrático (hay quien llega a decir que es de origen pitagórico), y en especial en las doctrinas hipocráticas y galénicas.

La terapia pitagórica estaba basada en higiene, en relación a ejercicios corporales y el empleo de la música como cura. La dieta que tiene como objeto mantener la armonía de cuerpo y alma. La salud se encuentra en la medida, y *"la medida"* debe mantenerse acostumbrando al ser humano al control del estómago, sueño, cólera y burlas, el vino y los placeres del amor, según Lain Entralgo

Pitágoras, según Jámblico pone el acento ya entonces sobre la decisiva importancia de la alimentación y la digestión, y sobre el hecho de que las fermentaciones intestinales son la causa de la mayoría de las enfermedades. Sabemos por Diodoro que Pitágoras afirmaba que una alimentación vegetariana *"fortalece el cuerpo"*, *"despeja la mente"*, y *"protege contra"*

enfermedades". Hace hincapié en el aspecto ético-filosófico que comporta una alimentación vegetariana y crudívora. Recomendaba no sólo un vegetarianismo sino un *crudivorismo* como base principal de la alimentación; la frase "*dieta sin fuego*" procede de él y se centra en el aspecto ético-filosófico que comporta una alimentación vegetariana y crudívora.

Pitágoras por otra parte entra en contacto con seguridad con el **Orfismo**, sectas griegas que ya practicaban la abstinencia de comer carne por motivos religiosos y creían en la transmigración de las almas.

La música, la danza y el sonido dedicados a expulsar los agentes causales de una enfermedad, se emplearon también como prácticas terapéuticas en la Grecia antigua, y Pitágoras recomendó la *terapia por la música* para tratar de restablecer la armonía natural o simpatía entre el cuerpo y el alma. Entre los instrumentos musicales consideraba el más útil la lira para ciertas enfermedades internas y para reencontrar el equilibrio; prefería el cántico, acompañado de este instrumento frente a la melancolía o la cólera.

Según **Alcmeón** de Crotona (fl. 535 a.C.) la salud es la expresión de un *equilibrio*, lo que posteriormente Aristóteles y Galeno definirán como *eucrasia*. Con él comienza el gran cambio en el campo de la terapéutica y gracias al cual las concepciones empírico – mágicas anteriores se transformaban en racionales y técnicas. Alcmeón definió la salud como una *isonomía* de las fuerzas (*dynamys*) o equilibrio en el cuerpo de calidades opuestas, lo frío y lo cálido, lo húmedo y lo seco, lo dulce y lo amargo, mientras que la enfermedad era una *monarchia* o el predominio de alguna de estas cualidades sobre las demás. Alcmeón de Crotona, que fue discípulo de Pitágoras, fue autor del primer libro de medicina "*Peri physios*" donde se plantean los estados de salud y enfermedad con sentido del equilibrio pitagórico. El hombre sería una imagen microcósmica del macrocosmos universal, con lo cual todos los descubrimientos o especulaciones sobre el origen de la materia son aplicables a los conocimientos patológicos y terapéuticos del ser humano.

"Lo que conserva la salud es el equilibrio de las potencias: de lo húmedo y lo seco, de lo frío y lo caliente, de lo amargo y lo dulce, etc., pero el predominio (de una) entre ellas es causa de enfermedad; pues el predominio de cada opuesto provoca la corrupción. La enfermedad tiene lugar: por razón de la causa eficiente, por un exceso de lo caliente o lo frío; por razón de la ocasión, por un exceso o defecto de la alimentación; por razón del lugar, por la sangre, la médula o el cerebro. A veces se producen también otras por causas externas, por la cualidad de las aguas, el lugar, los trabajos, la violencia y otras semejantes. La salud (por el contrario) resulta de la mezcla proporcional de las cualidades."

Empédocles de Agrigento (475- 435 a.C.) formuló la teoría según la cual todos los seres naturales están compuestos por una mezcla en proporciones variables de cuatro elementos de cualidades opuestas (*agua, aire, tierra y fuego*). Para él la enfermedad es el resultado del desequilibrio provocado por el exceso o defecto de alguno de estos elementos. Propone dos fuerzas invisibles como verdaderos motores del cambio: el *Amor* y la *Discordia*.

Los hipocráticos, bajo la influencia de la teoría de los cuatro elementos de Empédocles, llegaron a una doctrina en la que todas las partes del organismo están compuestas por mezclas en proporciones variables de cuatro humores del organismo: *sangre, bilis amarilla, bilis negra y flema o pituita*.

Para **Diógenes** de Apolonia (450 a. C) el médico se limita a restaurar, en unión con la naturaleza. La fiebre y los síntomas de enfermedad se comparan con una araña, allí donde la mosca avería, allí la araña restaura de nuevo su tela. El *neuma* o aire tiene papel vivificante sobre el cuerpo y es sinónimo de espíritu

MEDICINA HIPOCRÁTICA

Hipócrates (nace hacia el 460 a C.). Sus escritos y los escritos de sus muchos discípulos dan forma al "**Corpus Hipocraticum**" o **Escuela Hipocrática**. Cuando hablamos de Hipócrates nos referimos a esta Corpus Hipocraticum. Los tratados que integran la Colección Hipocrática, lejos de estar escritos por un solo autor, proceden de <<escuelas>> distintas y de épocas diferentes, aunque en su mayoría corresponde a los siglos V y IV a. C. y a las escuelas de Cnido y Cos.

Para los hipocráticos, la *"hygieie"* (salud) es el más alto de los dones. Para entender el concepto de enfermedad en la mentalidad hipocrática es preciso conocer lo que entienden por *physis* o naturaleza pues, para ellos, <<no es posible conocer la naturaleza de las enfermedades, si no se conoce la naturaleza en su indivisibilidad>>.

Para un hipocrático lo importante es la armonía con la naturaleza y todas las enfermedades consisten en desórdenes de la naturaleza. La protagonista de la curación es la naturaleza y es ella misma la que espontáneamente recobra su armonía y resurge la curación; o el médico debe intervenir para ayudar a llevar a cabo lo que la naturaleza no es capaz de realizar por sí sola. El hipocrático intenta individualizar el tratamiento, según la constitución del enfermo, la edad, la estación del año y el momento. Hay enfermos, no enfermedades. El principio básico de la terapéutica hipocrática era la <<*fuerza curativa de la naturaleza*>>, que el médico se limitaba a favorecer mediante la <<dieta>> - no reducida a la alimentación, sino entendida como régimen de vida – los fármacos, y la cirugía.

Entre las indicaciones terapéuticas se encuentran además de la dietética o regulación de la alimentación, la farmacoterapia y la cirugía. También el ejercicio, la actividad profesional y las costumbres sociales. Todo ello es *"diaita"*, dieta. La dieta abarca no solo la alimentación sino el régimen o forma de vida. Según Honorio Gimeno, en la medicina hipocrática se preconiza de preferencia el empleo de la influencia psíquica y de medios dietéticos como régimen de vida. La enfermedad se produce *"a través del desarreglo dietético"*

Tres de los principios terapéuticos empleados por los médicos hipocráticos son:

- 1.- <<*Primum non nocere*>> que dirían luego los seguidores latinos: antes que nada no perjudicar, es preferible no hacer nada a empeorar la situación. La terapéutica hipocrática trató siempre de favorecer sin perjudicar, iba dirigida a todo el cuerpo enfermo y no a sus partes, y se ejecutó con prudencia.
- 2.- Se debe *ir a la causa* de la dolencia. Ir contra la causa y el principio de la causa.
- 3.- *Abstenerse de actuar ante las enfermedades incurables*, aceptando la inevitabilidad de los procesos <<fisiológicos>>.

Fue en la escuela de Cos, que tuvo a Hipócrates como alumno, donde apareció por primera vez la idea de una patología general en lugar del concepto de la enfermedad como un proceso limitado a un órgano; así pues, la enfermedad fue considerada como una reacción de la *physis* o naturaleza del cuerpo, frente a las materias morbosas resultantes del desequilibrio de los humores.

El interés de la escuela de Cos por las enfermedades agudas y febriles hizo que se interpretara el curso de los procesos morbosos en tres etapas: la enfermedad aparecía por la alteración de humores crudos, *aepsia* que se manifestaban por los síntomas generales de la enfermedad. Mediante la reacción de la *physis* o naturaleza del cuerpo, se cocían los humores crudos, *pepsis*, sobreviniendo la fiebre, la inflamación de los tejidos o se formaba el pus. La curación del enfermo podía ocurrir por la brusca eliminación de los humores ya conocidos o *crisis*, y también más lentamente, por la excreción paulatina de los materiales morbosos en la *lysis*.

La enfermedad se inicia en el interior del cuerpo humano cuando la mezcla armónica y proporcional de los humores se altera. Como consecuencia inmediata de la desarmonía humoral suele producirse una acumulación de sustancias provenientes de la desarmonía en determinados lugares del organismo, lo que la tradición hipocrática llama un *"depósito"*. Este *"depósito"* debe ser expulsado a corto o largo plazo por el organismo a través de una *"pepsis"*, es decir, una cocción. La aparición de la cocción, que indica el momento máximo de la expulsión, se traduce exteriormente en una crisis. La expulsión de la desarmonía se produce pues por las vías de eliminación: flemas, heces, sudores, etc.

La medicina hipocrática, según Lichtenthaler y Laín, constituye el origen de una concepción científica de la medicina universal, definitivamente liberada de la religión y la filosofía y establecida como un conocimiento técnico. Surgió en el siglo V. a.C. Hipócrates usó los sentidos y la mente como los únicos instrumentos diagnósticos, creó la medicina clínica junto al lecho (*klina*) del enfermo.

Según Diller, el **Corpus Hipocraticum** comienza con el planteamiento de la hipótesis humoral, las bases de un diagnóstico racional y los cuidados en la elección de la dieta o régimen de vida para un buen tratamiento. Siguiendo la obra *"De aires, aguas y lugares"*, que es el primer texto sobre geografía médica, climatología y antropología; describe el carácter de las

estaciones del año y las enfermedades que les son peculiares, la influencia de los vientos y las aguas consideradas como alimentos, y las diferencias constitucionales entre las razas. En los "Pronósticos", base del prestigio hipocrático, por predecir el curso de enfermedades y epidemias, evalúa los signos conocidos por la *facies hipocrática*, la postura del enfermo, los movimientos del cuerpo y de los miembros, la respiración, sueño, excrementos, orina, vómitos, expectoración, supuración, dolores y los diferentes tipos de fiebre. El régimen en las enfermedades agudas se centra en la preparación de la cocción de cebada, los cambios en la dieta, los efectos del vino, el hidromel (agua y miel) y oximel (vinagre y miel), y el agua en los baños. Recomendó la práctica de trabajos corporales y ejercicios al aire libre, a fin de provocar el sudor.

Hipócrates, en palabras de Honorio Gimento, "preconizó la utilización del ayuno, el pan integral y las frutas y hortalizas crudas y aconsejó que en cuestiones de alimentación se atendiese al instinto del enfermo. En lo fuerte de la enfermedad, conviene alimentación muy débil o la supresión absoluta de todo alimento. En las diarreas intensas la ingestión de manzana cruda. En invierno y en primavera, se puede comer más que en verano y en otoño. Cuando se tiene fiebre, el mejor alimento es el jugo de frutas. Si un enfermo se ha adelgazado bastante por enfermedad larga, no tiene que comer demasiado para recuperarse antes, sino que ha de hacerlo con precaución. Cuando la enfermedad no es muy importante y evoluciona en sentido favorable, el médico no ha de emplear muchos remedios; es mejor que actúe la **fuerza vital natural**, a ser posible, por sí sola. Dicha fuerza se conoció después en versión latina como "**vis medicatrix naturae**".

En cuanto a la aplicación del agua nos dice: "Los baños fríos, seguidos de ejercicios físicos, dan más calor al cuerpo que los baños calientes. Los dolores muy fuertes de la gota o del reumatismo pueden desaparecer con repetidos chorros de agua fría. El agua del mar cura heridas y úlceras cutáneas"

Entre los Aforismos podemos destacar: (I, 1) *La vida es breve y el arte largo, la ocasión es fugaz, la experiencia falaz y el juicio difícil. No basta que el médico haga por su parte cuanto debe hacer, si por la suya no concurren en el mismo objetivo el enfermo, los asistentes y demás circunstancias externas.* (I,6) *A grandes males, grandes remedios.* En el aforismo 65, sección 7ª leemos: "El alimento dado al que tiene fiebre, en la convalecencia le vigoriza; durante la enfermedad, le empeora."

Como indica Francisco Guerra, Hipócrates consideró que la función primordial del médico era conocer técnicamente la *physis* o naturaleza de los enfermos y mediante el dominio del arte ayudarla a que restablezca su armonía. Para Hipócrates hay una causa principal de las enfermedades, las alteraciones producidas por los alimentos. Incluye también otros agentes patógenos externos, las aguas y el aire considerados como alimentos, y no olvida los excesos en el ejercicio o el reposo, los agentes traumáticos, los parásitos y las emociones violentas. Se refiere extensamente a las enfermedades producidas por agentes del medio ambiente en el tratado "*De aires, aguas y lugares*", donde considera el efecto de los vientos fríos y calientes, la acción de aguas demasiado frías y palustres, así como los alimentos y las dietas características de cada país.

En el *Corpus hipocraticum* se aceptan las ideas ya establecidas por las escuelas de Cos y Crotona, que explicaban el proceso morboso como un desequilibrio de los humores del cuerpo. En la interpretación hipocrática, la enfermedad se iniciaba con la separación, *apókrisis*, del humor casual.

La causa fundamental de la enfermedad en la patología hipocrática era explicada por la corrupción de los residuos alimenticios, *perissómata*, no asimilables, retenidos en el organismo. El estudio racional, *katástasis*, del enfermo se iniciaba con el examen de su aspecto externo y con la exploración sensorial del cuerpo y las evacuaciones.

Como nos dice Baumann, los textos hipocráticos indican clara y repetidamente que la curación de las enfermedades es obra de la naturaleza del organismo, pues la *physis* encuentra por sí misma la vía curativa a seguir sin necesidad de maestro. La función del médico es conocer su modo de acción para ayudarla y no interferir en sus mecanismos, procurando que el enfermo contribuya a la acción curativa de su propia *physis*. El tratamiento debe llevarse a cabo, observando los hechos presentes en la enfermedad, obrando de un modo semejante a como actúa la naturaleza.

Los hipocráticos prefirieron los remedios dietéticos o la farmacología suave. Se emplean también los baños y los fomentos. En las úlceras o heridas, además de los cuidados tópicos, pone atención en la dieta.

El médico necesita la colaboración del enfermo para llegar a la curación y ayuda a la naturaleza a hacer aquello que por sí misma no podría hacer. Para el médico hipocrático es importante escuchar al paciente, se tiene en cuenta lo subjetivo, lo sentido por él. Además debe estudiar sus relaciones con los demás, los cuales pueden ser de ayuda para la curación.

El recurso terapéutico principal fue la dieta, *diata*, expuesta en los tratados "*Sobre la dieta*" donde se describen las características, preparación e indicaciones de los alimentos, tanto para el enfermo como para el sano. Así, en las crisis de las enfermedades era conveniente disminuir la alimentación. Recomendación que según Laín Entralgo permaneció como regla general hasta mediados del siglo XIX. En las enfermedades febriles y agudas se recomendaba una dieta líquida, como la decocción de cebada *ptisane* y la dieta láctea; además se explica el uso del hidromel, oximel, vino, vinagre y otros productos. Se daba gran importancia a los ejercicios corporales, el masaje y los baños, principalmente en el mar.

Son frecuentes los consejos generales sobre la persona del médico; en "*Sobre el médico*" recomienda que sea de aspecto agradable y bien nutrido, porque el público considera que quienes no cuidan de sí mismos no son capaces de atender a otros. El médico debía llevar una vida honesta y reglada, ser amable y tolerante, no ser impulsivo ni de mal humor, pero tampoco demasiado alegre. En "*Sobre el decoro*" da normas para entrar en la habitación de los enfermos y la forma de comportarse durante la exploración. Convenía repetir la exploración para evitar engaños, teniendo en cuenta que los enfermos mientan a menudo. Indica que el médico debía huir de ruidos y de olores; tratar con calma y serenidad al enfermo, evitando que se entere de lo que pudiera ocurrirle de naturaleza grave, pues en algunos conducía a actuaciones extremas. Hay que "*hacer lo debido y hacerlo bellamente*". Todas las recomendaciones éticas sobre el comportamiento médico lo encontramos en el *Juramento Hipocrático*.

OTROS AUTORES

Para **Sócrates**, la filosofía era la "Cura del alma".

Platón (428-347 a. C.) en el *Timeo* menciona que las causas y origen de las enfermedades son el desequilibrio humoral, las influencias externas contra su orden, las alteraciones del aire y la desarmonía entre el alma y el cuerpo. Platón vive la dualidad alma-cuerpo en el que el cuerpo y su salud tienen un valor relativo, y a veces llega a ver el cuerpo como un objeto muy inferior al alma. Según Diego Gracia Guillén, Platón es el inventor de una psicoterapia verbal rigurosamente Técnica. Utiliza la purificación del alma por la palabra, una catarsis verbal (*kátharsis*).

"(Asclepio) dictó las reglas de la medicina para su aplicación a aquellos que, teniendo sus cuerpos sanos por naturaleza y por obra de su régimen de vida, han contraído determinadas enfermedades."

Erasístrato (c. 304- c. 250 a.C.). Según Erasístrato, las más importantes causas de los síntomas morbosos serían el exceso de alimentación (*plethos*), la debilidad de ésta (*apepsia*) y la corrupción de lo ingerido. Según J. Chuaqui, para Erasístrato era más importante la prevención que la terapéutica. Reconoce a la enfermedad por el órgano afectado y no como se creía por la afectación de los humores. Sustituyó el uso de la sangría por la ligadura de los miembros, el ayuno, los purgantes suaves, la dieta, baños y ejercicios gimnásticos.

Aristóteles. En palabras de Francisco Grande. "Fue muy importante la comprensión aristotélica de las enfermedades psicosomáticas al afirmar que el alma y el cuerpo se enferman juntos, y por utilizar una psicoterapia basada en la catarsis verbal enérgica.". Dice Aristóteles: "*me parece que el alma y el cuerpo sufren uno con el otro*"

Diocles de Caristo (300 a. C.) Tanto Plinio como Celso y Galeno, dijeron de él que igualó a Hipócrates en la práctica médica. Fue discípulo de Aristóteles, escribió el primer tratado de <<*dietética*>> preventiva, asociando los saberes posthipocráticos y las doctrinas éticas de su maestro, en especial la noción de <<justo medio>> entre dos comportamientos extremos.

Escribió el primer libro de anatomía. Para Diocles la fiebre no era una enfermedad, sino una manifestación de la reacción de la *physis*. Fue además el primero en escribir un herbario con

las propiedades nutritivas y medicinales de las plantas. Sus preceptos dietéticos regulan el trabajo y el vivir diario, el ocio, el sueño, la limpieza de los dientes,...La asistencia del médico es un acto de "amor al hombre".

"El que permanece ocioso debe pasear todo lo que sus fuerzas le permitan. Los paseos prolongados antes de comer vacían el cuerpo y aumentan la capacidad de asimilar y digerir los alimentos. Los paseos breves y reposados después de comer uniforman y mezclan la comida y la bebida y el aire tragado con ellas... Los paseos largos y rápidos después de comer no pueden ser considerados en modo alguno como convenientes, ya que sacuden fuertemente el cuerpo y dividen y separan los alimentos y las bebidas, lo que originan borborigmos y dispepsia y a menudo también diarrea."

Herófilo (fl. 325 a.C.) escribió un texto interesante sobre la dieta y el ejercicio para preservar la salud

ESCUELA EMPÍRICA

La escuela empírica fue fundada por Filino de Cos, discípulo de Herófilo y Serapio de Alejandria. Los miembros de esta escuela se muestran radicalmente contrarios a la investigación anatómica efectuada en cadáveres, hombres vivos o animales, basándose en razones objetivas y subjetivas. A su parecer, la naturaleza es insondable y no se adquieren conocimientos sobre ella mediante la disección, pues en los cadáveres no se dan idénticas condiciones que en los seres vivos y, en las vivisecciones, el sufrimiento hace variar también las condiciones normales. Además consideran moralmente repugnante la disección y mucho más la vivisección.

Influenciados por la filosofía escéptica llegaron a una especie de nihilismo científico, y con él renunciaron también al modelo médico propuesto por los hipocráticos, según el cual el especialista en salud debía ser conocedor de la naturaleza.

MEDICINA EN ROMA

Muchos de los médicos griegos se trasladaron a Roma durante esta época. Según Laín Entralgo, los primeros romanos que se dedicaron al cuidado de la salud, ya que no hubo médicos en el sentido griego, daban especial importancia a la *dieta*, una *vida moderada* y el *ejercicio físico*.

Los romanos aprendieron de los **etruscos** los rudimentos de la higiene pública, la irrigación de los campos y la desecación de pantanos para evitar el paludismo. Efectuaron importantes obras para aprovisionarse de agua potable, por medio de acueductos y de canalizaciones. Se sabe poco de la terapéutica etrusca aunque se supone que su conocimiento viene de la Medicina griega.

Según los tratadistas antiguos, en el territorio etrusco hubo importantes fuentes salúferas y edificios termales, utilizados en hidro y balneoterapia que, posteriormente, los romanos convirtieron en sus lujosas termas, templos y piscinas.

En el siglo II a. C. un afamado médico romano, **Antonius Musa**, empleando agua fría, tanto en forma de aplicaciones externas como en forma de bebida, salvó la vida del emperador Octavio Augusto y curó al gran poeta Horacio de una resistente dolencia ocular.

LA ESCUELA ESTOICA

De esta escuela destacamos a **Lucius Annaeus Séneca** (4 a. de C.- 65 d. C.), escribe *"Los males que sufrimos son curables, y si queremos librarnos de ellos, la naturaleza nos ayuda ya que hemos nacido para estar sanos"*. Escrito que aparece posteriormente en la portada de la famosa novela educativa de Rousseau, *"Emile"* editada en el año 1762.

Séneca, como estoico, condena el lujo y la falta de moral de su época, y también está a favor de una vida frugal, sencilla, medida y de fortalecimiento. *"Yo soy un gran amigo del ahorro... Yo alabo las vestiduras sencillas. La comida no debería necesitar de criados ni para su preparación, ni para su servicio, ni para su atención... La comida debe de calmar el hambre, la bebida debe de calmar la sed, y las ansias de procrear deben de estar dentro de unos límites adecuados."*

" Hemos de aprender a valernos de nuestro propio cuerpo... Hemos de aprender a aumentar nuestra moderación en la satisfacción de los placeres, y mantener los goces dentro de

unos límites... buscar la satisfacción a nuestras necesidades naturales a través de medios fácilmente alcanzables". "Las enfermedades son castigos por desnaturalizar nuestra vida y por tener gustos superfluos (opulencia, voluptuosidad). La desmesura en la alimentación nos trae enfermedades y la fiebre. La vida libertina nos quita nuestras fuerzas"

C. Musonius Rufus (vivió, aproximadamente, entre el 10 d. C. y el 79 d. C). Según Polenz, Musonius era firme partidario de la alimentación sencilla, rechazando las comidas cárnicas, y seguía personalmente una alimentación vegetariana o vegana, a base de frutas y verduras, especialmente crudas.

LA ESCUELA ECLÉCTICA

Según Honorio Gimeno, **Aulo Cornelio Celso**, que vivió por el año 30 después de Jesucristo, dijo en su obra imperecedera que existe una fuerza curativa natural en el cuerpo humano. Y recomienda, para protegerse de las enfermedades, una vida de acuerdo con las leyes de la Naturaleza. En terapéutica se ocupa mucho de la hidroterapia, de manera tal que se le ha considerado el primero en establecer indicaciones correctas para muchas de sus aplicaciones. También se ocupa de la deontología.

Divide con criterios hipocráticos las enfermedades según su tratamiento: Las que pueden mejorar con la dieta, con los fármacos y las que precisan de la cirugía. Implícitamente en el periodo hipocrático, muy claramente desde la compilación de Aulo Cornelio **Celso** (quien clasifica los signos de la inflamación en tumor, rubor, calor y dolor), los médicos antiguos distinguieron en su acción terapéutica tres orientaciones: la *dietética*, la *farmacoterapia*, y la *cirugía*. Con Galeno surgirá la *higiene*.

Celso describe como entre los antiguos la ciencia de la salud era considerada, en su origen, parte de la filosofía y "en esa misma época la medicina fue dividida en las tres orientaciones.

Celso da instrucciones de comportamiento para los sanos, recomendando el cambio del sedentarismo al ejercicio, del calor al frío, y la moderación en la comida y la bebida. Aconseja el ejercicio constante, especialmente a los débiles, y también es partidario del deporte de la esgrima, juego con el balón, del paseo y del correr. Después del ejercicio, recomienda un baño con agua tibia, así como unturas de aceite. Aconseja la aplicación del agua fría, con la que cura casi todas las enfermedades, y la aplica en paños, lavados, irrigaciones, inmersiones, así como por, vía oral. Cita con frecuencia a dos médicos contemporáneos suyos, Asklepiades y Themison. Al igual que Asklepiades, recomienda las frotaciones para fortalecer el cuerpo, refiriéndose probablemente también a los masajes de todo tipo. Aparte de esto, es partidario del ejercicio físico, tanto activo como pasivo. Tiene en mucha consideración el ayuno, así como la sudoración y las compresas calientes. En caso de una enfermedad incipiente, indica que se debería ayunar, mantener la calma, y, beber agua fría. No rechaza el comer carne.

Areteo de Capadocia y Rufo de Efeso (unos 30 años después de C.) siguen la misma creencia de la fuerza curativa natural.

A esta escuela pertenece Pedacio **Dioscórides** Anazarbeo fue autor de una gran *Materia médica* que incluye la descripción de más de medio millar de plantas curativas; es un título fundamental en la historia de la terapéutica que, traducido al latín, al árabe y los idiomas europeos modernos fue utilizado sin interrupción hasta bien entrado el siglo XVIII. Con su obra Dioscórides influyó tanto la nomenclatura farmacéutica como las aplicaciones terapéuticas de las drogas aceptadas sin cambios por más de 1500 años. Para él y los hipocráticos, la *physis* era sabia, planificadora, previsor, por lo que su postura ante los fármacos fue similar. Era partidario de pocos y sencillos medicamentos y, generalmente, recurría a la dietética o al uso de preparaciones externas como cataplasmas, unturas, etc. Recoge todo el saber farmacológico o fitoterápico de su tiempo.

LA ESCUELA METÓDICA

Asklepiades, natural de Prusa, critica la sangría y las purgas y concede gran importancia a la dietética y a la terapéutica de los ejercicios físicos. J. Marcuse cree que fue Asklepiades el que introdujo las grandes instalaciones termales y la aplicación del agua fría.

Themison de Laodicea, y su discípulo, **Thessalio** de Tralles, se consideran los creadores de la escuela metódica romana y suponen el mayor grado de <<romanización>> de la medicina helenística y su mejor adaptación a las necesidades romanas.

Thessalio de Tralles (fl. 60) clasificó las enfermedades en agudas y crónicas. Para tratar las últimas sometía al enfermo a curas de ayuno y dietas estrictas con las que intentaba alterar el estado general del cuerpo.

Los metódicos consideran el cuerpo en su totalidad como enfermo, y actúan según ello, pero no cuentan con una fuerza natural de curación, ya que, para ellos, todo sucede por necesidad. El tratamiento, para ser efectivo, ha de tener en cuenta las leyes corporales, y en esto se considera necesaria la colaboración del paciente, si bien es el médico el que interpreta el papel principal. El movimiento normal de los átomos se recupera mediante masaje, irrigaciones, gimnasia, paseos, equitación, juegos de balón, etc.; es decir, por los métodos que estaban de moda en esa época. En el campo de la dietética, los metódicos tratan de curar mediante ayunos y alimentación seca o húmeda. Aunque los metódicos utilicen estas técnicas sencillas y eficaces, adecuados a la mentalidad romana, rechazan a la vez la fuerza curativa natural.

LA ESCUELA PNEUMÁTICA

Esta escuela se introdujo en Roma después del metodismo, a mediados de siglo I d. C., **Posidonio** de Apamea y **Atanco** de Atala, recomendaban los baños y la hidroterapia, por su supuesta relación múltiple con los elementos constitutivos del organismo.

GALENO

Galeno nació en Pérgamo, en el extremo occidental del Asia Menor, ciudad conquistada por los romanos. Hace una síntesis de todo el saber anterior. El sistema fisiológico de Galeno dominó el pensamiento médico desde el siglo II al XVII. La obra de Galeno ha sido considerada como la máxima expresión de la Medicina antigua y el inicio de la Terapéutica racional.

El estado fisiológico normal era debido al equilibrio de las **siete cosas naturales**, *res naturales*, 4 elementos, 4 humores, 9 cualidades, 3 espíritus, 3 facultades, 2 operaciones y 4 miembros, a las que a veces se agregan la edad, el sexo y la figura del hombre. Estas cosas naturales, intrínsecas a su naturaleza, estaban reguladas por otras extrínsecas (o las que no toman parte de la naturaleza individual), las **seis cosas no naturales**, *res non naturales*, aire y ambiente, comida y bebida, trabajo y descanso, sueño y vigilia, excreciones y secreciones, y afectos del alma.

Las enfermedades pueden ser debidas a la *discrasia* o desequilibrio en los humores constituidos del cuerpo o alteraciones por corrupción de un humor. Se deben siempre a circunstancias naturales que clasifica en externas, primitivas: los alimentos, los desórdenes sexuales, las emociones desmedidas, los baños, venenos, la acción nociva del sol y el viento y las *seis cosas no naturales*.

Para Galeno la interpretación de las enfermedades gira básicamente en torno a las alteraciones de los humores localizadas en las distintas partes del cuerpo. También el tratamiento tiene como principal objetivo proporcionar los medios que ayuden al organismo a corregir dichos trastornos humorales. Da una clasificación de los humores: frío y húmedo – *pituita*; caliente y húmedo – *sangre*; caliente y seco -- *bilis amarilla*; frío y seco -- *bilis negra*. Y de la tipología biológica : *sanguíneo, flemático, colérico y melancólico*.

Agrupó los signos de las enfermedades en diagnósticos que permitían identificarlas, y en pronósticos que indicaban como acabarían.

Hizo notar la importancia del conocimiento previo del enfermo en estado de salud, temperamento, régimen de vida, alimentación, época del año, condiciones ambientales, y recomendó un examen serio y detenido de todo el cuerpo. Como todos los médicos antiguos. Galeno confiaba más en la capacidad de la razón que en los datos proporcionados por los sentidos.

El sistema galénico mantuvo la doctrina de la <<fuerza curativa de la naturaleza>> como principio básico de la terapéutica y también el enfoque individual de la higiene propio de la <<dietética>> clásica.

Galeno pone más importancia e intensidad en la intervención que Hipócrates. En la terapéutica no siguió a Hipócrates y aconsejó la abundante utilización de medicamentos. Para él los medicamentos, correctamente utilizados, son <<*manos de los dioses*>>.

Galeno estableció finalmente el principio de tratar las enfermedades por sus contrarios, *contraria contrariis curantur*, tanto en el régimen de vida, como en los alimentos y en los medicamentos; por eso, si una enfermedad era de causa fría el agente terapéutico tenía que ser caliente, y así con los demás temperamentos. Aceptó la tradición sobre la actitud progresiva desde alimento, a medicina, hasta veneno, y tuvo muy presente que fármaco, *pharmakon*, era tanto medicamento como veneno.

Fue nombrado médico de los gladiadores y de este trabajo procede la convicción de que la gimnasia debe incorporarse a la higiene dietética, bajo dirección médica.

El médico ha de conocer la Física –el funcionamiento del cuerpo humano- y la Ética. Para Galeno el buen médico ha de ser filósofo. Quien ejerce la Medicina desde estos saberes es un verdadero *iatros* o médico, quien no lo hace así, es sólo un *pharmakeús* o <<recetador>>.

LA PRÁCTICA MÉDICA Y LA HIGIENE ROMANA

Los romanos tuvieron especial cuidado con la **higiene pública**. Construyeron canales subterráneos destinados a secar las zonas pantanosas y cloacas. Como dice J. Chuaqui los romanos tenían la idea de que la malaria era causada por pequeños animales o insectos que venían de los pantanos. En Roma se construyeron ya entonces acueductos, letrinas públicas y alcantarillas.

En los primeros tiempos, los romanos tomaban baños fríos en el Tíber en donde tenían grandes piscinas públicas. Cuando las costumbres griegas y orientales entraron en Roma, se construyeron baños privados al principio y grandiosos baños públicos después.

Especialmente conocidas son las termas romanas, donde se tomaban baños fríos, baños de agua caliente y baños de vapor. En locales aparte se podían recibir masajes, generalmente con aceites perfumados, y en otros realizar ejercicios gimnásticos.

LA MEDICINA EN LA EDAD MEDIA

CRISTIANISMO

Fueron los **monjes** los que conservaron el saber clásico durante la época alto medieval. Aparecieron las escuelas monacales, de donde surgirían más tarde las escuelas catedralicias, elemento esencial en la formación de las futuras universidades. Tienen especial importancia en este mantenimiento del saber los copistas de libros. Al principio Bizancio es el foco de conocimiento un foco quizás un poco débil en relación al pasado griego y de Asia menor (mundo helénico). Luego ese foco pasa a las zonas de Francia, Italia...

La historia de la medicina durante la Edad Media de la Europa Mediterránea se desarrolló alrededor de la transmisión e interpretación de la obra de **Galeno**. La plena incorporación de la medicina clásica griega y de su desarrollo por parte de los árabes no fue posible en Europa hasta que se realizó una traducción sistemática del árabe al latín de las más importantes obras médicas griegas e islámicas. Esta tarea tuvo su centro fundamental en el Toledo del siglo XII.

Del siglo V al X, la Alta Edad Media, la medicina está centrada en los **monasterios**, del XI al XIII se vive la **influencia árabe**, de mediados del siglo XIII a mediados del XIV el auge de la ciencia medieval. La **Escuela de Salerno** dominó las corrientes culturales a partir del XI. Prosiguió durante el Bajo Medievo la incorporación de los textos médicos árabes y la medicina dejó de estar en manos de los monjes. La Edad Media concluyó con un período pre-renacentista que tiene su florecimiento en el XIV.

En la Alta Edad Media era muy aceptado que la medicina se componía de *Diaetética*, *pharmaceutica* y *chirurgica*. La dietética se destina a las personas sanas para regular su vida y se tienen en cuenta *las seis cosas no naturales* de Galeno.

La obra de Dioscórides solo entra en la Europa medieval a través de las traducciones de los escritos árabes. Anterior a ello existía el *herbario* con mucha variedad de obras. El tratamiento de las enfermedades, tanto en el mundo antiguo, como en el medieval es basado en el *herbario* o libros con descripciones de plantas medicinales; y el primer herbario griego fue el de Diocles de Karisto. Luego apareció la obra de Dioscórides que fue el que más influenció, y

fueron innumerables las traducciones, los comentarios y las ampliaciones a sus escritos. Las plantas medicinales se recogían ciertos días señalados y la recolección se acompañaba de oraciones especiales, lo cual relacionaba esta actividad con la magia; las ideas astrológicas se encontraban muy generalizadas.

La práctica de la medicina durante el alto medievo estaba preferentemente en manos de los monjes. Los principales centros de enseñanza y práctica médica estaban localizados en los monasterios, en donde se conservaban excelentes bibliotecas. "*Viandas delicadas y limpias*" debían recibir los pacientes del hospital que fundó en Mérida el **obispo Masona**, según el texto de sus constituciones. **San Isidoro de Sevilla** (556-636) escribe un tratado de dietética. En *De Natura Rerum* describe la peste y cuatrocientos cuarenta y tres remedios higiénicos. Para **San Isidoro** la salud es una integridad armónica y un equilibrio natural del cuerpo. La patología estudia la pérdida de equilibrio, y la armonía puede recuperarse mediante el arte de la moderación, esto es, la medicina.

El interés religioso por la medicina y la influencia de los escritos monacales se reflejan en **Benedictus Crispus** (c. 650-725), elegido arzobispo de Milán en 681 y autor de los *Commentarium medicinale*, escrito en 241 hexámetros que describen el tratamiento de 26 enfermedades mediante el uso de hierbas medicinales.

El cristianismo tiene una buena relación desde sus inicios con los cuidados de los enfermos. Inicialmente con la Medicina. Cristo se llama a sí mismo médico y efectúa diversas curaciones milagrosas << *Estuve desnudo y me vestisteis, enfermo y me visitasteis, en la cárcel y fuisteis a verme... cada vez que lo hicisteis con uno de mis hermanos más humildes, conmigo lo hicisteis*>> (Mateo XXV, 35-40). La enfermedad en la visión monacal puede ser vista como una gracia cuando se la acepta con paciencia, en el nombre de Jesucristo. En contra de lo que se le reprocha, la medicina monacal no se mantuvo ajena a la vida ni su cuerpo era el enemigo.

La caridad cristiana da origen al **hospital**, quizás el progreso más importante de esta época, e institución que se extiende por toda la Europa occidental, anexa a los monasterios y la atención hospitalaria especializada es llevada a cargo por los monjes. El hospital cristiano no fue una institución asistencial para toda la población, conforme a su idea original, sino un centro para acoger desvalidos.

En su Vivarium, **Casiodoro** (490-573) dispone "*que se constituyan baños que sean idóneos para el aseo del cuerpo y en los que el agua fresca de los manantiales entre y salga con facilidad*". Y hace construir baños en los monasterios.

Ni el médico, ni el enfermo deben depositar sus esperanzas en los remedios curativos, sino en Dios, que ha dado a todos salud y su remedio.

Para **Beda el Venerable** (ca. 675 -735). La creación es la historia de la luz que se expande en la naturaleza, que culmina en el sol, como "cabeza" del cosmos. El hombre por su parte es el sol del microcosmos, al constituir la suprema joya de todos los seres vivientes. La persona sana brilla en el "*Lumen Corporis*" y la enfermedad solo es el resplandor empañado. Es el precursor de la escolástica de la edad media.

Para Bamberg (ca. 800) La enfermedad puede ser beneficiosa para el hombre, cuando abre sus endurecidos sentidos, y la salud peligrosa que invariable le incita a cometer nuevas y continuas rebeldías. Recomienda cuidar el cuerpo, mientras la última decisión sobre la salud y la enfermedad corresponde a Dios.

La **Escuela de Chartres** es un centro importante entre los siglos X y XII. **Fulberto de Chartres** escribe a su discípulo Hildegario: "*Mantén limpia tu imaginación porque la limpieza del pensamiento permite ahuyentar aquellos trastornos de ánimo producidos por indisposición corporal*"

En la segunda mitad del siglo XII aumenta la influencia de la escuela de París, siendo esta ciudad el "centro del mundo".

Son importantes en el siglo XII las escuelas de **Montpellier** y la de **Salerno**.

Luego surge la escuela de **Toledo**, siglos XII y XIII que da acceso a las obras Greco-árabes por sus traducciones y en siglo XIV surgen las **universidades**.

Aparecen tratados de Dietética dedicados a reyes y grandes señores, como los escritos por los árabes; tal es el caso del *Régimen sanitatis* de Arnau de Vilanova o los *regimina* escritos para príncipes y nobles desde el siglo XIII.

Arnau de Vilanova (valenciano-catalán, nacido entre el 1234 y 1250, y muerto en 1311), según Laín Entralgo, la más interesante figura de la medicina medieval, además de maestro en Montpellier escribe sobre higiene y dietética. Según Hanna Kamieniecki para él la medicina no es solamente una ciencia sino arte y el arte de curar viene de la naturaleza, es por

ello que la medicina debe tomar la naturaleza como punto de partida con un espíritu abierto y poner al servicio de su enfermo todo su poder de razonamiento y todo su buen sentido.

"Débese asimismo medir el comer, de tal suerte que con la demasía no quede el estómago cargado, porque, así como daña el comer antes de tiempo arriba dicho, daña también comiendo demasiado. Y así, para evitar esto, conviene que dos cosas se hagan. La una, mascar bien lo que se come, porque de no hacerlo se le sigue detrimento grande a naturaleza, por no dársele lo de la primera disposición y principio se le debe; porque para eso ha dado ella los dientes, para que perfectamente se desmenuce lo que se come antes que pase al lugar de la digestión. Y así, si lo que se come no es líquido, o con algún artificio desmenuzado, mucho defraude a la naturaleza y de su cuerpo, el que con dientes no desmenuza bien lo que come... La otra, que por temor de no comer demasiado, se debe también evitar la variedad de los manjares en la mesa, en particular si fueren exquisitos y delicados. Porque antes se satisface y contenta el apetito con una cosa de comer que con diversas, porque los gustillos de los sabores incitan a comer más de lo que el estómago puede elegir..."

Guy de Chauliac (1300-1370) da unas buenas recomendaciones para el médico:

"Es menester en cualquiera médico, primero haber ciencia, después uso y experiencia... Tercio que sea ingenioso y de buen juicio y memoria... Cuarto, que sea virtuoso, sea osado en las cosas seguras, temeroso en las peligrosas, huya de las malas curas, sea gracioso a los enfermos, a los compañeros amigable, cauto en el pronosticar; sea casto, templado, piadoso, misericordioso, no codicioso, no atesorador de dinero, (sino que) según su trabajo y según la facultad del enfermo y la calidad de la dolencia, tome sus salarios moderadamente."

Simeón Seth, enciclopedista y traductor del árabe al griego, escribió el *Syntagma* sobre las propiedades de los alimentos, además de recoger también conocimientos de la terapéutica griega y la materia médica persa e hindú.

En el siglo XII aparece una literatura sanitaria menor, los <<calendarios médicos>> en donde se ofrecen consejos para cada día.

Es muy importante en el cristianismo el consuelo hacia el enfermo, un consuelo en cierto modo "técnico", como dice Laín Entralgo, una suerte de *psicoterapia cristiana*, en la que es importante la curación de las almas. Además la enfermedad y el dolor es con frecuencia una manera de conseguir méritos para la vida más allá.

Las grandes pandemias medievales fueron la sífilis, la lepra y la peste. La mayor pandemia de la historia fue la peste o muerte negra, aparecida en Europa en 1347.

BIZANCIO

Bizancio recoge conocimientos del Egipto helenizado y sus ceremonias se recogen en una bibliografía profusa atribuida a **Hermes Trimegisto, el Corpus Hermeticum**. La tradición hermética, cuyas ceremonias sanadoras se relacionan con la magia, la astrología y la alquimia pasa de Egipto a Bizancio y de ahí a la Europa.

Se cristianizaron algunas prácticas paganas y la principal de ellas es la <<incubatio>> o sueño en el templo, también la práctica de los exvotos que incluso aún perdura de alguna manera, igualmente la astrología y el uso de ensalmos y amuletos. Estas prácticas perduran a lo largo de la Edad Media e incluso más adelante.

En Bizancio hay un seguir la tradición griega en decadencia ya, unida a los pensamientos cristianos. Se continúa el **Galenismo** y las fórmulas mágicas.

Alejandro de Tralles (525-605 d. C.) considera la fuerza curativa de la naturaleza. La dieta y los baños son parte importante de sus tratamientos.

Miguel Psellos (siglo XI), monje; escribió una relación alfabética sobre las virtudes de los alimentos y un escrito sobre el baño.

Cecaumeno, según Laín Entralgo, que no era médico, recomendaba en la enfermedad: ayunar, guardar cama y no enfriarse. Recomendaba también el ejercicio para prevenir la enfermedad.

LA MEDICINA HEBREA MEDIEVAL

La época de la **medicina hebrea medieval**, también llamada **talmúdica**, comprende desde el siglo II a. C hasta el VI d. C.

La alimentación y la higiene tienen especial importancia en la Biblia. El **Talmud** contiene aclaraciones y ampliaciones de la Biblia, y en este tratado hay influencias de la medicina griega,

babilónica y persa. Entran también temas como el mal de ojo, los amuletos y los ángeles. Muchos maestros del Talmud eran médicos. **Semuel Aba Hakohén** (165-257 d. C) escribe: *“El lavado matutino de manos y pies es más eficaz que todos los colirios del mundo”* y *“el cambio de una costumbre es el comienzo de una enfermedad”*.

Los **esenios**, grupo étnico-espiritual de aquella época, se preocupaban tanto de los temas de orden espiritual o religioso como de los temas médicos y de las curaciones. Según Josefo, se llamaban esenios por que provenía de la palabra *asia*, que venía a ser lo mismo que médico (auxiliador) o terapeuta. Josefo elogia su humanidad y su ética, y dice que solían coger hierbas y raíces para curar con ellas a los enfermos. Estaban convencidos de que la fe podía curar incluso a los incurables.

Los médicos hebreos consideraban al corazón como sede del alma, lo que concuerda con las enseñanzas aristotélicas. La sangre era para ellos el principio vital.

Los maestros del Talmud sabían que el miedo produce palpitaciones cardíacas y alteraciones del pulso (*Sanhedrín 100 b*) y que el contagio directo de las enfermedades ocurría a través de alimentos en mal estado, dulces, secreciones, bebidas, vestidos, el agua sucia y del aire (*Ketubot 20 a; Berajot 25 a, etc...*)

Los métodos de tratamiento eran la dieta, compresas calientes y frías, sudoración, curas de reposo, baños, cambios de clima, hidroterapia, psicoterapia, masajes y gimnasia. (*Sabat 40 a, Guitín 70 b*). Se usan hierbas para tratar el estreñimiento.

Su principal importancia está en la prevención mediante medidas higiénicas, siempre en relación con lo religioso. Las medidas de higiene abarca también a la construcción de ciudades y la convivencia social. Los mejores remedios el aire y la luz del sol (*Ketubot 110 b*)

Conocían la “desinfección” de instrumentos con fumigación, lavado e ignición.

Süsssmann Muntner piensa que es asombroso que la medicina talmúdica no ejerciera más influencia sobre la medicina de la Edad Media. Durante la Edad Media, Galeno era el centro de toda medicina. A partir del siglo VI, con la salida de los judíos de su tierra, sólo hay médicos judíos aislados durante la Edad Media. **Maimónides** fue el más conocido de los médicos judíos en el mundo islámico.

Posteriormente en la Escuela de Salerno y en la de Montpellier hubo médicos judíos. Entre el siglo XVI y el XVIII los judíos tuvieron prohibido casi por completo su acceso a las universidades.

GERMÁNICOS Y BRITÁNICOS

Los pueblos **germánicos** indica Jungbauer, practicaron durante el período medieval una medicina primitiva de carácter teúrgico. Era habitual el uso de ensalmos y ofrendas. Un aspecto interesante y aún válido de la medicina germánica fue el empleo de **aguas medicinales** en diversos lugares de la Europa central, algunos de cuyos manantiales como Wiesbaden y Baden-Baden, mantienen su reputación medicinal.

Entre los **británicos** el ejercicio de la medicina estuvo entonces encomendado a los **druidas**. Según Francisco Guerra, la terapéutica dependía en gran medida del empleo de plantas mágicas, considerando el muérdago como panacea.

LA MEDICINA ÁRABE

El mundo árabe o islámico, que surge paralelamente a Bizancio, fue el escenario fundamental de la medicina y de la ciencia durante buena parte de la Edad Media. En la primera etapa, que comprende aproximadamente los siglos VIII y IX, incorporó el saber médico de origen griego, especialmente de **Galeno, Aristóteles y Dioscórides**, combinándolo con algunos elementos de la medicina clásica de la India. Ello significó un extraordinario esfuerzo de traducción al árabe de obras médicas que estaban escritas principalmente en griego. De esta manera se consolidó el dominio del sistema de **Galeno** en la medicina islámica y, más tarde, en la europea que dependió durante varios siglos de las obras en árabe.

La medicina árabe estaba íntimamente unida a la religión y a los usos y costumbres de la sociedad y la cultura.

Maimónides vio en la dietética y en la terapéutica dos vías para establecer y perfeccionar la función del hombre en la dinámica físico-sacral del universo. La medicina, como el resto de las ciencias estaba en manos de *“Allah”*. *“Si encuentras el medio adecuado, toda*

enfermedad será sanada con el permiso de Allah”, dice el Hadis (tradición del profeta). Islam significa entrega, darse a Dios.

La **alquimia** tuvo un gran desarrollo en el mundo islámico, con influencias en la farmacología y en la farmacia. Igualmente tuvo gran influencia la astrología. Según J. Puerto, Mahoma sólo aceptó dos ciencias: la Teología, dirigida a la salvación de las almas y la Medicina, dirigida a la de los cuerpos.

Al comienzo de la era islámica, los seguidores del profeta adoptaron una medicina a la que fueron incorporando normas de vida, dietas y reglas de higiene que llegaron a formar parte del camino recto de la salvación: Actos como la práctica de la limpieza de los dientes, se convirtieron en prácticas rituales. Mahoma incluyó algunas de estas normas en el Corán que luego se agruparon en el *Tibb-Al-Nabi, Medicina del profeta*, donde volvió a integrarse la salud espiritual con la corporal que había separado la medicina hipocrática. En el Islam surgió el *hakim*, médico filósofo, que en el camino de la medicina busca la sabiduría, guiado siempre por elevadas normas éticas. Une siempre la ciencia con los ideales éticos.

La patología estuvo basada en la misma *doctrina humoral* y explica la enfermedad como un desequilibrio en la armonía natural de los hombres. Como factores etiológicos se aceptaban las alteraciones en las **seis cosas no naturales** de Galeno. Otro factor etiológico no natural fue el alimento y la bebida, pues por mandamiento religioso estaban excluidas las bebidas alcohólicas, ocupando la dieta una posición decisiva tanto como causa de enfermedad y como factor terapéutico.

Hay noticias de las academias de El Cairo y otras ciudades donde se enseñaba la medicina según planes de estudio adecuados, con facilidades clínicas en hospitales bien dotados, cocinas orientadas a la preparación de dietas apropiadas, baños, farmacias, jardines botánicos y ricas bibliotecas. Se utilizan algunas formas de terapia, como los baños, los masajes, especialmente en los baños o *“hamman”*, la música y la ocupación. Igualmente se tiene en cuenta una decoración llena de sensualidad.

La terapéutica en el mundo árabe, consta de las tres ramas galénicas tradicionales; la **dietética**, entendida como regulación total del género de vida; la **farmacología** y una **cirugía** muy poco desarrollada. La dietética va dirigida a evitar la enfermedad mediante reglas muy sencillas para los pacientes. Tratan de regular las *seis cosas no naturales* del galenismo: aire y ambiente; comida y bebida; sueño y vigilia; trabajo y descanso; ingesta y excreta y movimientos del ánimo. Son también importantes: la luz, el aire, el agua, la situación geográfica y las condiciones climatológicas, así como mantener el ritmo del trabajo y el descanso, del sueño y la vigilia, la higiene, la higiene sexual y los *“afectos del alma”*.

La dietética era la base del tratamiento, e incluso todo el tratamiento, si la enfermedad no pedía recursos más enérgicos. Según Schipperges, *“Las posibilidades de la intervención médica se ordenaban de manera estrictamente jerárquica...Ni la cirugía, ni la farmacología estaban autorizadas antes de ensayar todas las posibilidades de la medicina dietética”*.

La medicina islámica poseía ya por sus raíces religiosas un profundo sentido de compasión fraternal por el enfermo, que adquirió carácter profesional formal en sus primeros escritos médicos al recoger la tradición hipocrática. Se encuentran elevadas normas éticas en todos los escritores médicos árabes. El camino recto y la pura intención son imprescindibles para el buen médico.

También son importantes los hospitales. En la enfermedad mental, además del tratamiento dietético, en el hospital se lleva a cabo terapia con música, danza, teatro, baños y trabajo. Igualmente hay una terapia por sugestión; según Lain Entralgo, el médico árabe supo dar valor a la psicoterapia. Hanna Kamieniecki escribe que en la introducción del *“Tratado del Asma”* **Maimónides** dice : *“es igualmente claro para los médicos que no se puede llegar a realizar la terapia de las enfermedades de manera directa, es preciso esforzarse antes de nada en conocer bien el temperamento del enfermo”*. La curación es para él sinónimo de vuelta a un equilibrio anterior momentáneamente perturbado. Para conseguirlo conviene utilizar no solamente capacidades del cuerpo sino también las facultades del espíritu. Trata el dolor corporal al mismo tiempo que el sufrimiento espiritual.

Rhazes (865-932), al igual que los autores clásicos se interesó por la prevención de las enfermedades y el uso de las dietas en su tratamiento, el provecho y el daño de los baños, se ha destacado su comprensión del tratamiento moral en las enfermedades mentales. Defiende la alquimia. La prevención es más importante que la terapia, y la dietética es más importante que la intervención audaz. La atención psíquica del enfermo es condición imprescindible de todo tratamiento.

Abulcasis se preocupó de problemas psicológicos, como la educación de los niños. Sus contribuciones a la ética y a la práctica clínica fueron así mismo importantes.

Husain - Ioannitius divide la medicina en *Higiene y Terapéutica*, y la terapéutica abarcaba la dietética, la materia médica (farmacoterapia) y la cirugía, en definitiva el clásico esquema ternario de Celso. El primer paso del tratamiento era la dietética y en tanto prevenía la enfermedad, la dietética se configuraba como higiene y se hacía según las particularidades biológica de la persona (niño, viejo, biliar, flemático, etc.), la actividad o profesión de éste y la estación del año.

Avicena (980-1037) llama "*factores necesarios*" a las seis cosas no naturales. Escribió el renombrado *Canon*, muy utilizado durante los siglos siguientes. La salud par él no viene del médico "*La salud la proporciona un principio muy superior al médico, el principio que proporciona exclusivamente a la materia su forma esencial. Su esencia es más notable que la materia*" Tanto Rhazes como Avicena se ocuparon de la higiene sexual en sus textos y también se reglamento la utilización del baño.

Ibn Wafid (1008-1075), nació en Toledo donde estudió medicina y se familiarizó con los textos de Aristóteles, Dioscórides y Galeno. Se muestra partidario de no usar los medicamentos compuestos, sólo los simples y aun estos evitarlos si los enfermos se pueden curar sólo con la dieta.

Publicó también un texto sobre balneoterapia.

Avenzoar (1092-1162) nació en Sevilla y mantuvo estrecha amistad con Averroes. Recomendó el uso del agua fría para disminuir la fiebre. Insistió sobre el valor curativo de las dietas, previno contra el abuso de los medicamentos, y recomendó comenzar siempre administrando las drogas en pequeñas dosis y aumentarlas si se observaban buenos efectos al cabo de tres días. Mantuvo la conveniencia de espacios amplios y aire puro para mantener la salud y escribió también sobre la dieta.

Abd al-Habid, da normas de higiene o prevención y escribe sobre la prohibición de ciertos medicamentos.

Averroes (1126-1198) puso énfasis en los regimenes de vida y en la dieta.

Maimónides (1135-1204) nació en Córdoba. En el siglo XII el centro de la cultura árabe se desplaza hacia "*al-Andalus*". Maimónides da reglas sobre la vida higiénica y las dietas, y recomienda no usar medicamentos. Si éstos fueran necesarios, debe utilizarse siempre el más débil y preferir la medicación con *simples* a las fórmulas complejas. Sostiene, según Laín Entralgo, que el hombre es responsable de su salud y puede por ello influir sobre la duración de la vida. Hay que reforzar las fuerzas naturales por medio de los alimentos, así como las fuerzas espirituales a través de los buenos olores.

"Sirven también al incremento de la fuerza animal los instrumentos musicales, el entretenimiento del enfermo con narraciones alegres que contenten su espíritu, distiendan su pecho, así como el relato de historias que le animen y le alegren". Como dice Sussman Muntner, reconoció las influencias recíprocas entre el alma y el cuerpo del enfermo.

Muchos de sus consejos son aún útiles, tal como se demuestra en un manual de *«cómo curarse uno mismo»*, conocido como "*La preservación de la juventud*" y que tuvo que realizar para un joven príncipe, miembro de la familia del sultán. En este manual y otros similares que realizó emergen tres grandes principios de la salud: la dieta, el ejercicio físico, y la actitud mental.

Según Edward Hoffman, Maimónides recomendó la dieta de cereales integrales como fundamento de una nutrición correcta. De forma muy explícita prohibió al joven príncipe comer harina refinada y comentó que *«Después de la-molienda, se pueden hacer visibles partes productoras de acidez... El pan debe de estar hecho de grano entero sin pulir ni refinar»*. Opinaba que ciertos alimentos no podían comerse juntos, y especificó con detalle qué alimentos se podían mezclar y cuáles había que comer separadamente. Escribió que *«el comer en exceso es como un veneno mortal para cualquier tipo de constitución corporal, y es la principal causa de todas las enfermedades»*

«Las emociones del alma afectan al cuerpo y producen grandes y significantes cambios en el estado de salud». También declaró: *«Los médicos deben saber que se han de valorar las emociones del alma, éstas deben ser examinadas regularmente y mantenerse en buen equilibrio»* y expuso que las personas que se comportan de manera poco ética acaban sufriendo padecimientos *«interiores»*. Maimónides recomendaba que debíamos de seguir siempre *«el camino del medio»* con respecto al mundo emocional. Es decir debemos evitar los extremos.

Laín Entralgo cita a **Al-Gazzali**, para quien un médico deberá pensar si el enfermo quiere la curación para vivir una vida espiritual, si la curación va a servir simplemente para un mayor bienestar o si sólo quiere recuperar las fuerzas para poder seguir pecando.

Al-Haris-bn-Kalada opina que el hombre es como un campo arable, que es bueno si se le cuida y se estropea si le faltan los cuidados necesarios.

LA ESCUELA DE SALERNO

La medicina medieval comenzó a tener carácter laico y una formación clínica más científica con la creación de la escuela de **Salerno**. En ella se sigue estudiando a Hipócrates, Galeno, Aristóteles, y los árabes Rhazes, Avicena, Abulcasis y otros. También el Isagoge de Johannitius.

La fama de la escuela de Salerno se debe en gran medida al Régimen Sanitatis Salernitanum, poema didáctico dedicado fundamentalmente a la dieta. El Régimen de Santidad de Salerno es una serie de prudentes consejos sobre higiene, dietas y modo de vida, fruto de experiencias de los maestros salernitanos, de gran influencia entre los médicos por muchos siglos. Sus primeros versos son famosos y dicen: <<*Si te faltan médicos, sean tus médicos estas tres cosas: mente alegre, descanso, dieta moderada*>>. "*mens laeta, requies, moderata dieta*"

Al comienzo de todas las reglas de salud, el Régimen Sanitatis previene ante la preocupación y la ira. Se recomienda igualmente moderación en la comida, en la bebida, evitación de la siesta y una evacuación ordenada. El premio es una larga vida.

Una de las máximas figuras de la Escuela es Pedro de Musanda o Musandino, gran docente y autor de una Summula, o tratado de dietética para los enfermos.

La medicina del bajo medievo fue en realidad la medicina recogida de los textos árabes, que a su vez lo fue de los textos griegos, en moldes escolásticos que se expresan según la forma dialéctica aristotélica. Por eso también se adaptó mejor a ellos la exposición casual galénica sistemática y ordenada que la presentación hipocrática, tal como había sido recogida en la clínica.

Guillermo de Salicileto, nacido hacia el año 1210, recomienda que el médico ha de dar ánimos al enfermo para que su voluntad de sanar se vea apoyada.

Pietro d'Abano (1257-1315) dio un gran valor en la cura de las enfermedades, a las relaciones entre médico y enfermo. Su interés y estudio de la astrología le llevó a admitir la influencia de los astros en los actos humanos y el curso de las enfermedades.

LA MEDICINA ESCOLÁSTICA Y LA MEDICINA DEL RENACIMIENTO (siglos XIV-XV)

La Filosofía **Escolástica** abarca los siglos XIV y XV. El **Renacimiento** florece en Italia en el siglo XV. Los médicos del Renacimiento trabajan a partir de nuevas traducciones de Hipócrates y **Galeno**. No cambian radicalmente la línea de actuación.

La medicina de estos siglos y posteriores va entre dos concepciones contrapuestas, el **mecanicismo** (el universo como mecanismo) y el **panvitalismo** (el universo como organismo). "Mecanicismo, vitalismo y empirismo" son las palabras elegidas para designar esa primera etapa de la medicina moderna. Para unos el mundo sería un mecanismo y para otros un organismo. En el organismo todo está vivo (roca, planta, animal, astro) y todo se mueve por una fuerza. Comienza la última etapa del galenismo.

Descartes estableció la separación de dos realidades, la mente o *res cogitans* y la materia o *res extensa*, manteniendo la dualidad aún vigente de cuerpo y mente, y la idea mecanicista del cuerpo, el cuerpo como máquina.

Dentro de la visión mecánica del universo, el saber médico fundamental es la anatomía (Vesalio), dentro de la concepción organicista, ese saber fundamental sería la alquimia (Paracelso)

En esta época actúan dos actitudes: la **empírica** (la realidad es según nos lo muestran los sentidos) y el **racionalismo** (visión racional de la realidad de la naturaleza).

Aparecen dos escuelas: la **iatromecánica** y la **iatroquímica**. Los primeros interpretaron las funciones orgánicas de acuerdo con el modelo físico–matemático procedente de la obra de Galileo o conforme a los supuestos mecanicistas del pensamiento de Descartes; los segundos, las concibieron como procesos químicos en la línea que provenía de Paracelso.

A pesar de su espíritu crítico, los clínicos renacentistas siguieron en todas las doctrinas médicas de los clásicos, particularmente Galeno. Sólo Paracelso indica Pagel, se apartó entonces de las concepciones tradicionales respecto a la constitución de la materia, la causa de las enfermedades y la acción de los medicamentos.

Girolamo Mercuriale (1530-1606) inspirado en los deportes antiguos griegos publicó "*Artis Gymnasticae apud antiquos*" (1569) considerada como la primera en su género, aunque ostenta este privilegio el "*Libro del ejercicio corporal*" (1553) de **Cristóbal Méndez** (c. 1500-1560) médico de Jaén que ejerció en México.

PARACELSO

Paracelso, Theophrast von Hohenheim (1493-1541) es el más controvertido e inconformista de los médicos. Tiene una fuerte personalidad que le lleva a romper totalmente con la tradición médica de Hipócrates y de Galeno. Llegó a quemar públicamente el grueso volumen del *Canon* de Avicena el día de San Juan de 1527.

Hasta entonces el catarro era debido al desequilibrio de los humores y esta era la causa común de la enfermedad. Una determinada materia de la comida se evaporaba en el estómago y ascendía hacia el frío cerebro. Allí se condensaba y como un alambique se le hacía descender (fluir hacia abajo-*kátarros*) en forma de moco corrosivo que causaba neumonía o tisis cuando alcanzaba al pulmón, reumatismo cuando afectaba a los huesos y articulaciones, etc...

Paracelso habla de localizar la enfermedad, de clasificarlas por el órgano afectado o las causa que la producen o las alteraciones resultantes.

Según él todos los seres vivos o inanimados están integrados por la combinación, en proporciones variables, de tres *sustancias*: el **mercurius**, el **sulphur** y la **sal**. Las *sustancias* eran al mismo tiempo elementos dentro de una concepción química y modos de comportarse la materia; al quemarse un cuerpo, el *mercurius* era lo volátil, que se escapaba en forma de humo; el *sulphur*, lo combustible, que producía la llama; la *sal*, lo resistente al fuego, que quedaba así en las cenizas. En el cuerpo del hombre, Paracelso suponía que la ordenación de las tres *sustancias* se debía a una fuerza vital específica que llamaba *arqueo o arcano* (*archeus o arcanum*). Estas ideas son recogidas de la **Alquimia**. Es Paracelso el que llama "elementos" a la tierra, agua, aire y sol.

En su primer libro "*Paramirum*" (c. 1520) mantiene el paralelismo del microcosmos del hombre, y el macrocosmos del universo que le rodea, gobernados ambos por la misma leyes de simpatía y antipatía, y animados por un principio vital que llama *archeus* (*arqueo*). Paracelso denomina el *archeus* como el "médico interior". Los Gnósticos llamaban *archones* o *archei* a espíritus que actúan en la naturaleza. Paracelso apelaba a los poderes naturales de curación. Creía que eran principios activos contenidos en los tejidos y trataba de darles su oportunidad mediante un tratamiento conservador y expectante.

En "*Paragranum*" afirma que la base de la medicina está en el estudio de sus leyes físicas y cósmicas y en la preparación de remedios químicos específicos para cada enfermedad que contienen un *arcano* que va actuar contra la causa de la enfermedad y no contra los síntomas. Se mueve en la capacidad metafísica de los elementos y en el mundo "mágico", penetrando en las fuerzas invisibles que hacen actuar la materia visible. Procuraba extraer la quintaesencia (*quinta essentia*) o fuerza vital de cada materia médica. Ideas ya presentes en los alquimistas.

Como causa de las enfermedades acepta influencias cósmicas, sustancias tóxicas y venenosas, causas naturales o predisposiciones, motivos psíquicos (*ens spirituale*) y la intervención divina, rechazando la patología humoral galénica entonces dominante.

Según J: Chuaqui en esta obra trata Paracelso de las cuatro columnas sobre la cuales está edificada la medicina, y esas son: la *filosofía*, la *astronomía*, la *química* y la *virtud*. Coincidió al cosmos como un organismo, en el que está el amor, y el hombre como un microcosmos; ambos formados por las mismas sustancias químicas.

Sostiene como método de aprendizaje la observación subjetiva del entorno, sin detenerse en la apariencia fenomenológica con la intención de penetrar en las fuerzas invisibles

que actúan sobre la materia visible. Para ello el espíritu del observador debe abandonarse y unirse al de lo observado, en comunicación de objetos astrales. Mediante lo cual se lograría el conocimiento profundo de la manera de actuar de una planta o de un mineral; la unión sería posible porque el hombre tiene en sí algo de todos los objetos y puede llegar a conocer su *arcano*, el <<núcleo espiritual>>. Este método de aprendizaje se debe a su creencia del estrecho paralelismo entre el **macro** y el **microcosmos** y a la ley de la **simpatía y antipatía** de la naturaleza, según la cual lo semejante tiende a su semejante y repele a lo diferente.

La cosmología de Paracelso admite un principio, invisible e ideal, antecedente del mundo sensible el cual denomina <<illastrum>> o materia prima, relacionado con el primer impulso creador, <<la palabra de Dios>>; el <<illastrum>> se presenta como el arquetipo del agua, que sería el elemento madre, aunque contempla también los otros tres (tierra, aire, fuego) designados por la antigüedad clásica, con el matiz de considerarlos algo <<espiritual y dinámico>> frente a la <<materialidad última>> atribuida por los clásicos.

La concepción química (de la que surge la iatroquímica, diferente a la iatromecánica de Descartes) de los procesos biológicos en los seres vivos fue iniciada por Paracelso con el uso interno de sustancias minerales (mercurio, arsénico, metales...) en el tratamiento de las enfermedades, que rompía con la tradición galénica. Hasta entonces se había utilizado especialmente los vegetales. Fue un gran difusor del uso de las aguas minerales. Utiliza los minerales en dosis mucho menores a los pocos minerales hasta entonces utilizados.

Mantuvo ideas espiritualistas no ortodoxas, influido por la línea del neoplatonismo y de escuelas esotéricas que habían sobrevivido ocultas a la Edad Media.

Tuvo una actitud conservadora y expectante ante la enfermedad. Una recomendación suya, según Laín Entralgo, era dejar entrar aire fresco en la habitación del enfermo. Práctica aborrecida por la medicina tradicional en los casos quirúrgicos.

En el fondo su trabajo fue empírico, no racional, con una vía abierta al mundo espiritual. El historiador A. Brauchle, especializado en la línea de curación natural indica que Paracelso reconoce la fuerza curativa natural y el comportamiento respetuoso con las leyes naturales. Pero al mismo tiempo utiliza metales, como el antimonio, el arsénico, las sales de plomo, el cloruro de hierro, el sulfato de hierro, el cloruro de oro, el sulfato de potasio, las sales de cobre, el bismuto y el cinc.

Defiende los principios homeopáticos de la doctrina de las *signaturas*, o selección de plantas que por su forma o color parecen mostrar una afinidad con algunos órganos. La psicología de Paracelso es radicalmente psicósomática, el alma sobre todo mediante la imaginación, es capaz de determinar alteraciones corpóreas patológicas en uno mismo, e incluso en otras personas.

Cita Honorio Gimeno a Paracelso, cuando dijo que *"de la Naturaleza proceden la enfermedad y la curación"*

Para los posteriores paracelsistas siempre fue muy importante la analogía entre macro y microcosmos. El ser humano es parte del microcosmos y en él están representados todo el universo. Al mismo tiempo la mayoría de ellos se consideraban herederos de la **alquimia medieval**. Los paracelsistas recurrieron a las fuerzas curativas de las aguas medicinales en los balnearios. Uno de los tratados es *"De medicatis aquis"* (1564) de **Gabriele Fallopio** donde hace un análisis exhaustivo de la composición anímica de las aguas.

Para **Robert Fludd** (1574-1637) el sol es la sede del espíritu divino del Señor. Los rayos de sol proporcionan alimento aéreo que circula por el cuerpo manteniendo la salud.

Las cuestiones filosóficas que en Paracelso y Cardano están impregnadas de neoplatonismo tuvieron interesantes reflejos en algunos médicos españoles como ha señalado Sánchez Granjel, **Gómez Pereira** (fl. 1550) de Medina del Campo, médico de Felipe II en su *"Nova veraeque medicina"*..., mantiene la idea de que la fiebre es un esfuerzo orgánico para recuperar la salud, y sólo difiere de lo normal en la intensidad del calor natural.

OTROS AUTORES

Fracastoro (1478-1553 comienza a hablar del contagio.

William Gilbert (1544-1603) es el primero que comienza a investigar con el efecto de los imanes.

Aunque ya era una característica de la terapéutica hipocrática, la dieta y el régimen de vida fueron el tratamiento preferido en el renacimiento. Las plantas medicinales eran los

medicamentos más utilizados en esta época. Ningún autor griego clásico de materia médica tuvo, sin embargo, una influencia comparable a la de Dioscórides, cuyo texto se mantuvo vivo tanto en griego, como en árabe y en latín durante la época medieval. A partir del Dioscórides **Antonio de Nebrija** preparó una edición en Alcalá de Henares (1518), que tuvo mucha influencia, donde incluyó una lista de las plantas medicinales que crecen en España.

Juan Huarte (1529-1588) médico de San Juan de Pie de Port, graduado en Huesca, tuvo gran influencia en el desarrollo posterior de la psicología.

Los médicos de esta época discutieron temas profesionales tan importantes como la ética profesional, en el *Retrato del perfecto médico* (1595) por **Enrique Jorge de Enrique**, y en *Medicorum incipientium medicina* (1598) de **Juan Alonso y de los Ruizes de Fontecha**.

Martín Lutero (1483-1546) observa que *“Los pensamientos angustiosos traen enfermedades físicas: cuando el alma está oprimida, también lo está el cuerpo.”*

Para el escritor **Michel de Montaigne** (1533-1592) la madre Naturaleza es la gobernadora autónoma de Dios sobre la tierra, la portadora de todas las fuerzas, adoptando una idea sobre ella radicalmente opuesta a la cristiana. *“Nuestra obra maestra más grande y espléndida es vivir correctamente”*. En cuanto a la enfermedad, dice: *“Se debería dejar el camino libre a la Naturaleza y a la evolución de la enfermedad. El conjunto de la enfermedad está formado según la imagen del ser viviente”*

LA MEDICINA DEL BARROCO Y LA MEDICINA DE LA ILUSTRACIÓN (siglos XVII-XVIII)

El siglo XVII corresponde a la época **Barroca** (1600-1740). Aparece el método experimental en las ciencias y cambia el concepto del mundo con Copérnico, Kepler, Newton y los nuevos instrumentos: microscopio, termómetro, ...al mismo tiempo que la ciencia se revela contra la tradición.

El siglo XVIII corresponde a la época de la **Ilustración** o de **Las Luces**.

En los siglos XVII y XVIII continúan las dos corrientes filosóficas que básicamente aparecen en el desarrollo de la humanidad: el **empirismo** (los sentidos y la experiencia directa inmediata y personal de la realidad) y el **racionalismo** (la explicación de la realidad a través de la razón). Es además una época guiada por una visión **humanística**, en la cual la facultad de la razón es la esencial para el ser humano pero sobre la base de los sentidos en el empirismo.

Con los empíricos del Barroco aparecen los métodos exploratorios y de medición y la historia clínica.

Hay dos escuelas de pensamiento opuestas la **iatromecánica** y la **iatroquímica**. La iatromecánica viene de Descartes y equipara al organismo con una máquina, mientras la iatroquímica lo hace con procesos químicos. Los *“Principia Philosophie”* de Descartes es una de las bases de la iatromecánica, mientras los escritos de Van Helmont lo son de la iatroquímica.

LA IATROQUÍMICA

Joan Baptista Van Helmont (1577-1644) es el principal paracelsista de segunda generación y rompe con la teoría de los humores. Para él cada enfermedad tiene su agente específico propio. Hasta entonces y tradicionalmente había una enfermedad debido al desequilibrio de los humores y afectaba a todo el individuo (*catarro*).

Se le considera iatroquímico, aunque para él los procesos químicos son dirigidos por un espíritu que Helmont denominó *blas*, equivalente al *archeus* de Paracelso. Este alma sensitiva de Helmont constituyó posteriormente el punto de partida del vitalismo. En la *“Februm doctrina inaudita”*, consideró la fiebre como una reacción del cuerpo y no una putrefacción humoral. En las *“Opuscula medica inaudita”*. La química de Van Helmont está influenciada por conceptos vitalistas y creencias esotéricas en la línea de Paracelso.

Para Van Helmont la enfermedad es una *“semilla”* que se introduce desde el exterior y actúa en el cuerpo como como una *“espina clavada en la carne”* y afecta localmente. Hay una lucha ente el huésped y dicha *semilla* y la enfermedad es el fallo del órgano para dominar dicha semilla. La terapia requiere en primer lugar de *“diagnosis”*

Apuntó en relación al asma la hipersensibilidad del organismo a los agentes químicos, alimentos, cambios climáticos, esfuerzo físico. Reconoció el componente psicossomático en relación con las emociones reprimidas en dicha enfermedad. Comenta el caso de un claro trastorno psicossomático: *"un sabio y prudente ciudadano que fue públicamente ofendido e injuriado por un noble a quien no podía responder por miedo de encontrarse totalmente arruinado; en silencio disimuló y aguantó la reprimenda, pero inmediatamente después le atacó el asma"*

En la fisiología de **Silvio y Willis** y otros, la enfermedad desempeña un papel primordial en la patología de la fermentación. La fiebre para Willis es un trastorno de la fermentación. La fermentación es un proceso natural y vital del organismo y su alteración es la enfermedad.

LA IATROMECAÁNICA

La **iatromecánica**, a veces también llamada **iatroffísica**, tiene como lema: todo se puede medir y pesar. Da lugar a una fisiología mecanicista, en la que la vida está regida por causas mecánicas. En la patología cobra especial importancia la fibra y su tensión o relajación, y puede ser fibra muscular, fibra membranosa...

Borelli (1608-1676) ve la vida de la materia humana en continuo cambio, de modo similar a Heráclito e indica que los movimientos animales obedecen a leyes mecánicas y matemáticas.

Stenon (1648-1686) la fibra muscular es para él lo que para Galeno era los humores y lo que para Virchow será la célula. Es la unidad corporal.

Según **Santorio** (1561-1636) las enfermedades se relacionan con la retención de las diferentes sustancias tóxicas que el organismo contiene en lugar de eliminarlos por la piel: Esto condujo a la utilización de diaforéticos, excitantes y baños que facilitaban la eliminación de los humores.

En la terapéutica de la época barroca se observa aun la persistencia de recursos tradicionales del **galenismo**, con especial importancia de los supuestos métodos de evacuación de humores tales como los purgantes y la sangría. Durante dicho periodo cobra especial auge la **clisteroterapia** (la jeringa o **clister** era el instrumento utilizado para introducir por el ano los enemas).

), encaminada a la eliminación de la materia morbosa. Además tiene lugar un gran auge de la **hidrología**.

Descartes (1596-1650) separa pensamiento y materia y consideraba al ser humano como una máquina física con un alma inmaterial, donde distingue órganos mecánicos como el corazón, cerebro y estómago. Excluye los principios vitales, el alma vegetativa y la sensitiva, explicando mecánicamente todas las funciones del cuerpo.

SYDENHAM

Tomas Sydenham (1.624 - 1.689) Hanna Kamieniecki cita a Sydenham: *"Las fiebres son reacciones curativas, testimonian el esfuerzo de purificación por parte del organismo que busca espontáneamente eliminar las sustancias mórbidas". "Según mi opinión la enfermedad no es más que el esfuerzo cumplido por la naturaleza para exterminar la materia mórbida, procurando con todas sus fuerzas la salud del enfermo"*.

Para la patología tradicional, el proceso morboso es, primariamente un *pathos*, una afección pasiva; para Sydenham es, ante todo, un proceso activo, *"un esfuerzo de la naturaleza"*. Este esfuerzo que combate la materia mórbida conduce a la curación del enfermo.

En una ocasión, un noble preguntó a Sydenham qué libro de medicina le aconsejaba. La respuesta fue: *lea Don Quijote, que es un libro muy bueno; yo no me canso de leerlo*. Da a conocer el rechazo por parte de Sydenham de la patología hasta entonces existente, que era la **galénica**, y la que pretendía ser moderna apoyándose en la química o en la física pero sin abandonar de hecho la especulación.

Sydenham unifica la experiencia y la razón. Apela a la observación y a la experiencia. Comienza a clasificar las enfermedades con la descripción de cada especie morbosa. Describe por síntomas la especie morbosa. Une la influencia del alma (*anima*) con ideas mecanicistas e influyó en el desarrollo del **vitalismo**. Representa a la corriente empírica en la medicina.

Mantiene amistad con el filósofo Locke y uno y otro se influyen mutuamente. Recoge de Locke la idea de que no podemos conocer la esencia de ninguna cosa, por lo tanto tampoco

de las enfermedades, por ser nuestra inteligencia natural limitada. Pero aun así hay que buscar su curación o mejoría.

Fue escéptico ante las correlaciones clinicopatológicas, análisis químicos y las observaciones microscópicas. El médico debe corregir los fallos de la naturaleza "cuando ésta torcidamente trata de expeler la causa morbosa".

Divide las enfermedades en **agudas** y **crónicas**. En las primeras el esfuerzo de la naturaleza por alcanzar la curación es mucho más intensa debido a tres factores fundamentales: la cualidad de la materia causante del morbo, la localización de esa materia en la sangre y la mayor vitalidad natural del que padece la enfermedad. Por el contrario en las enfermedades crónicas, tanto la cualidad de la materia, como su localización no hemática (fuera de la sangre) y la escasa vitalidad natural del enfermo, hacen a veces que la lucha sea más débil y prolongada. Se apoya en el humoralismo galénico y en las teorías iatroquímicas.

Las enfermedades crónicas son originadas por el régimen de vida del hombre, mientras que las agudas, en cuya sintomatología predominaba la fiebre, intervenían la influencia del medio ambiente sobre la especie morbosa, la localización del humor exaltado en la sangre, la constitución del enfermo y la mayor gravedad de los morbos agudos. La llamada constitución epidémica o relación de las enfermedades agudas con el medio ambiente y la época del año, ya señalada por Hipócrates y Baillou, pero deducida por Sydenham de la morbilidad por fiebres en Londres entre 1661 y 1676, le hacen uno de los fundadores de la epidemiología. Para Sydenham las enfermedades agudas tienen como autor a Dios, mientras que nosotros mismos somos los autores de las crónicas.

Su principal diferencia con el galenismo es la concepción de la enfermedad como un proceso activo, un << *esfuerzo de la naturaleza* >> Coincide con Paracelso en la búsqueda de alguna medicación específica capaz de hacer rápidamente lo que la naturaleza realiza con lentitud, pero se diferencia de él en su preferencia por Hipócrates y, por tanto, en su respeto a la acción de la naturaleza. Boerhaave le llamó el Hipócrates inglés.

Achaca las enfermedades epidémicas de primavera y otoño a una alteración morbosa de la sangre llamada por él "*conmotio*", "*ebullitio*" y "*fermentatio*". Esta idea es continuada por los iatroquímicos.

Recomienda la sangría en las enfermedades agudas, el régimen alimenticio, el ejercicio físico moderado y un reducido número de medicamentos.

Según Laín Entralgo, Sydenham consideraba de causa psicosomática a la mitad de todos los enfermos clínicos.

Al decaer la patología de la iatroquímica comenzó otra nueva vía, la de los grandes sistemáticos: Boerhaave, Stahl y Hoffman. Ellos son los herederos de Sydenham.

LOS GRANDES SISTEMATICOS

HERMANN BOERHAAVE (1668-1738).

Boerhaave tomó partido por la **iatromecánica** y fue un gran botánico. Uno de los primeros investigadores en bioquímica.

A partir de las teorías de **Galeno** divide las causas de la enfermedad en: internas, externas, próximas o remotas; y las externas son ordenadas en cuatro grandes grupos, *infesta* (aire, alimentos, venenos), *gesta* (movimientos corporales, estados de ánimo), *retenta* (excreciones retenidas) y *aplicata* (sustancias que actúan sobre la piel).

Según él la naturaleza de las "*fibras*" en el cuerpo conducía a la salud o a la enfermedad.

Intenta curar mediante la terapia física, el ejercicio, los masajes y el calor húmedo (aplicado en forma de toallas y pediluvios). Recomendaba también las fumigaciones. Administra al interior del organismo fórmulas magistrales en las que figuran principalmente las plantas medicinales.

Recomienda también la equitación.

GEORGE ERNST STAHL (1660-1734)

Stahl trabajó con el *principio igneo* o *flogisto* (del griego *phlox*, llama). Fluido sutil que escapa de los cuerpos o metales al ser quemados. El aire es necesario para que ardan y se pueda absorber el *flogisto*.

Para él la inflamación es una reacción protectora del organismo, es decir, del cuerpo regido por el *anima*. Este *anima* regula los procesos orgánicos, por ello el médico no debe impedir la inflamación, ya que aunque la inflamación trae consigo alguna molestia, estas son mínimas si se les compara con lo podría suceder si no tuviera lugar.

Según Hanna Kamieniecki, Stahl, vitalista, introdujo esta corriente médica bajo el nombre de animismo. Stahl considera que la terapéutica debe respetar las reacciones naturales del organismo como la elevación de la temperatura y no contrariar las evoluciones espontáneas. Según Laín Entralgo, Stahl pensaba que los enfermos se recuperan con frecuencia de sus enfermedades sin la ayuda del médico, incluso, a veces, a pesar de esta ayuda.

La atención del médico, según él, debe ser la de prevenir, contrarrestar o ayudar a la naturaleza a restaurar el orden en todos los desequilibrios o desórdenes de las "*acciones*" del cuerpo, especialmente en los de las "*acciones vitales*" (circulación y respiración). La enfermedad es un desorden o desajuste de un plan racional o "*idea perturbada*", combinado con una reacción dirigida a la recuperación del orden.

Stahl no concedía importancia decisiva ni al conocimiento anatómico detallado, ni a las reacciones químicas particulares, por considerar al ser humano en salud y en la enfermedad como un todo regulado por el *anima* sensitiva, de ahí el interés que tienen sus ideas acerca de la fisiopatología de las enfermedades que hoy denominamos **psicosomáticas**. A este respecto insistió sobre los efectos patológicos de origen psíquico motivados por las emociones, que según Stahl podían afectar el feto de una mujer embarazada. Stahl era partidario de una conducta expectante en la clínica, y permitir que el *anima* corrigiera el mal corporal. Es considerado también como una animista.

Una patología basada únicamente en la física no basta para explicar la medicina. "*¡Si ni tan siquiera un reloj puede repararse tan sólo con principios físicos, mucho menos podrá serlo el hombre!*".

Valora los cambios corporales y su finalidad ante las emociones (por ejemplo en la cólera los cambios del cuerpo le preparan para el combate). La rabia no causa daño si puede descargarse sobre su objeto o incluso sobre otro que lo sustituya. Pero si se reprime durante mucho tiempo, la cólera puede originar desórdenes en la digestión y en la nutrición, así como la "*languidez de las acciones vitales*".

Leibniz, el filósofo, expresó que la insistencia de Stahl sobre la facultad del *anima* inmaterial de afectar al cuerpo material pudiera tener como resultado final la corporalización del *anima*. Fue contrario a Stahl y en cambio apoyaba a Hoffman por mantener la opinión de que todos los hechos corporales ocurren mecánicamente. Disociando el alma del cuerpo. (Laín Entralgo)

FRIEDRICH HOFFMANN (1660-1742)

A diferencia de Stahl tiene una visión mecanicista del cuerpo humano. Todo se funda para él en principios anatómicos y "físico-químicos-mecánicos". Todo lo que acontece en el cuerpo son movimientos, el cuerpo es una máquina hidráulica con diversos humores y partes móviles, y las fibras son los últimos constituyentes del cuerpo humano.

Reconoció que las emociones producen cambios o alteraciones corporales, y describió una inflamación gastrointestinal por la cólera. Aunque según él el médico debía tratar sólo el cuerpo y rechazaba la psicoterapia.

Se ha dicho de Hoffman que decía a los que trataba que eran ellos mismos, a causa de su forma de vida, los responsables de la mayor parte de las dolencias.

Estudió la composición y uso medicinal de las aguas minerales, y las recomendaba en el tratamiento.

Tanto **Hoffmann** como **Stahl** consideran la principal causa del desequilibrio la <<plétora>> o el <<espesamiento>> de la sangre, lo cual evita su discurrir ininterrumpido y se debe, en muchas ocasiones, a graves errores dietéticos. En los procesos patológicos hay unas causas fisicoquímicas de movimientos perturbados. Ambos siguieron la tradición griega a través de los canales árabe y latino, y aceptan la teoría de las *seis cosas no naturales*.

Para los dos el cuerpo es, en cierto sentido, una máquina (movimiento incesante de parte sólidas y líquidas). Pero para Stahl la máquina corporal es movida por un principio racional,

no corpóreo, *la physis o anima*, y de ese modo se transforma en un "organismo" (organismo diferente a máquina).

Tanto Stahl como Hoffman parece que utilizaron muy poco la sangría.

EL VITALISMO DEL SIGLO XIII

Para José María López Piñero: los **sistemas vitalistas** respondieron a la búsqueda de una vía media entre mecanicismo y animismo. Esta vía media se negaba a reducir el ser vivo en estado de salud y enfermedad a una máquina física o química, pero encontraba también insatisfactorio el recurso a una realidad extraña al organismo, como era el *anima* en sus diversas aplicaciones médicas. Aspiraba, por el contrario, a explicar la peculiaridad de la vida mediante un *principio o fuerza* inherente en el cuerpo. Para el vitalismo *el principio vital* es la causa de todos los fenómenos biológicos del cuerpo humano.

Además de los vitalistas, en la Ilustración, hubo iatromecánicos, iatroquímicos, más o menos cercanos al vitalismo y los materialistas mecanicistas.

Dos son las ideas bases del **vitalismo** que surge en esta época:

1- La *capacidad de automoción* de los seres vivientes: movimiento propiciamente dicho, crecimiento, procreación, etc.. como una propiedad específica de ellos, frente a la condición inerte de los seres inanimados.

2- La referencia de la capacidad de automoción a un *principio vital* entendido como "fuerza" a la vez impulsiva, conformadora y ordenadora.

Entre los vitalistas se suele incluir a los **animistas y organicistas**, pero mientras los **animistas** seguían la tradición aristotélica y consideraban a todos los seres vivientes dotados de alma, los vitalistas afirman simplemente que la vida depende de algún principio vital. Una escuela afín, los **organicistas** creían que la vida dependía de la estructura y de la función vitalista del cuerpo, que no estaba dotado de fuerza espiritual alguna. Todas estas escuelas surgen como reacción a la visión materialista de los procesos corporales en términos puramente físicos, mecánicos o químicos.

El vitalismo puede definirse como la creencia en la existencia de un principio o fuerza que distingue a los organismos vivos del mundo fisicoquímico. Cuando las fuerzas vitales son lo suficientemente intensas para neutralizar factores adversos, el organismo permanece sano, mientras que el cese de la resistencia vital por factores adversos trae como consecuencia la muerte del organismo.

Algunos vitalistas explicaron la salud y la enfermedad en términos del alma. **Stahl** afirmó que los organismos se distinguen de la materia inanimada por la posesión de un principio vital que él llamaba *anima*. La enfermedad era simplemente un debilitamiento de la función del alma en el organismo. Los vitalistas franceses usaron el término *principio vital* en vez de anima, pero mantuvieron que las anomalías de este principio vital causaban la enfermedad.

Michael Alberti (1682-1757) discípulo de Stahl, dice que "*la inflamación es una de las más saludables y ventajosas operaciones de la naturaleza*".

Conocidos vitalistas fueron: **Bordeau, Barthez y Pinel, Robert Whytt** (1714 – 1766).

Teóphile de Bordeau (1722 – 1776) cree que cada órgano y cada tejido del cuerpo tienen su "*fuerza vital*". Para Bordeau la enfermedad sería un desorden anatomofisiológico, al cual la fuerza vital trata de conducir hacia el buen orden de la salud.

Joseph Barthez (1734 – 1806) El desequilibrio del principio vital es el origen de todas las propiedades biológicas, es el origen de toda enfermedad. Defendió la existencia de un <<*principio vital*>> responsable último de todos los fenómenos de la vida. El principio vital no es idéntico al alma. Según él hay una radical tendencia operativa a la curación de las enfermedades, la *vis medicatrix naturae* de los antiguos. Utiliza una conocida idea de Newton, el cual opina que existe en el sistema del universo una fuerza desconocida en su esencia, la fuerza de la gravedad, la cual puede reconocerse por sus efectos visibles, pero que no se sabe lo que es ni como se originan sus efectos. Esta idea surge una y otra vez en el vitalismo francés e inglés.

Robert Whytt esbozó la idea del *principio sentiente* o *alma*. Con ideas similares a Stahl. El comportamiento predeterminado del alma – el centro de simpatía – tendía a provocar una serie de reacciones beneficiosas al cambiar las circunstancias externas. Esta teoría es la

percusora de la reacción refleja. Whytt puede considerarse como un **animista**, línea que para algunos autores proviene de Paracelso, Van Helmont y Stahl.

John Brown (1735 – 1788) mantiene una línea que luego es conocida como "**brownismo**" y habla de excitabilidad. Decía que un grado moderado de excitación era necesario para la salud, en tanto que un exceso o una disminución debían ser regulados, aumentando la excitabilidad (excitantes) o disminuyendo la (remedios soporíferos). Cuando el hijo de Brown contrajo la viruela, lo desnudó, redujo su dieta a "*sustancias vegetales líquidas*" y le permitió moverse a su placer. El niño se recuperó rápidamente.

Utilizó el opio en los tratamientos y el mismo murió víctima del opio y el alcohol. Brown actuaba siempre, no se abstenía como los hipocráticos y se le achaca haber provocado muchas muertes.

John Hunter (1728 – 1793). Es seguidor de Sydenham, al mismo tiempo que incorpora parte del animismo de Stahl. Reconoce un principio vital, auténtica causa de las actividades vivientes. La invariabilidad del calor corporal, pese a violentos enfriamientos confirma esta idea. Para él la sangre esta animada y consideró la coagulación como el último proceso vital de la sangre moribunda. Cuando el alimento se convierte en sangre llega a ser al mismo tiempo, *materia vitae*, viviente. Las funciones vitales no es consecuencia de la estructura sino su fundamento. Argumentaba que un cadáver se "digiere" a sí mismo, lo cual comprobaba la doctrina de Stahl de que toda la materia viviente posee *espíritus animales* que le preservan de sustancias capaces de disolverla después de la muerte. Escribe, al parecer recogiendo del escrito de Alberti, que "*no debiera ser considerado la inflamación como una enfermedad, sino como una operación saludable, consecuencia bien de alguna violencia, bien de alguna enfermedad*".

José II en el Hospital general de Viena, abre la atención médica para todos, para todas las clases sociales, todas las edades y para todas las enfermedades, apoyó al mismo tiempo a las madres solteras. En la maternidad de este hospital se formó **Lucas J. Böer** (1751-1835) que prestaba atención a las fuerzas naturales, contra las intervenciones artificiales. Concordaba así con lo que preconizaba Rousseau "*el retorno a la naturaleza*"

John Friedrich Blumenbach (1752 – 1840) profesor de fisiología, habla del "*impulso configurador*" o propiedad del cuerpo viviente de adquirir, mantener y regenerar la forma que le es propia. Es una versión morfo genética de la "*fuerza vital*". Un impulso innato autoformativo del cuerpo humano.

Entre los vitalistas alemanes destaca **Friedrich K. Medicus** (1736-1808) quien postuló para el hombre un *alma espiritual*, la *fuerza vital* y el *cuerpo material*.

Entre los médicos ilustrados se desarrolló pronto un rechazo de las terapéuticas desarrolladas y como resultado de ello tuvo lugar un renacimiento del **hipocratismo** y del **naturalismo**. Ante el escepticismo de la terapia en la ilustración surge un renacimiento del hipocratismo y de la creencia en la "*vis medicatrix naturae*". Hay un auge del naturalismo terapéutico y con el auge del vitalismo se traducirá en un *nihilismo terapéutico* muy difundido en la clínica del romanticismo. Según Laín Entralgo este "*naturalismo terapéutico*" de la ilustración condujo a la apelación de los médicos a las diversas "*fuerzas naturales*" en la terapia: agua, cuerpos electrizados, oxígeno, magnetismo animal.

Surgió un nuevo auge de las **curas hídricas**. Autores conocidos fueron **John Floyer**, **William Wright**, **James Curie**, en Inglaterra; **Sigmund Hahn** y sus dos hijos en Alemania; **Nicolo Cipillo** y **Agostino Magliani** – *il médico dell acqua fresca* – en Italia, **Pedro Bedoya y Paredes** en España. Los veremos más adelante.

HIGIENE PÚBLICA – MEDICINA SOCIAL

En el paso de la forma de vida medieval a la burguesa y la aglomeración en los núcleos urbanos aumenta la gota por la vida burguesa y las enfermedades venéreas y cutáneas consecuencia de la aglomeración. Hay una mayor frecuencia de fiebre tifoidea en aglomeraciones urbanas todavía carentes de una adecuada higiene pública. Consecuencia de lo psicosocial, en las grandes ciudades, hay un gran porcentaje de afecciones histéricas.

Hay un notable auge de las enfermedades propias de la miseria suburbana, a la cabeza de ellas el raquitismo. Perduran a oleadas la peste, la viruela, fiebres exantemáticas, la malaria, las afecciones tíficas, la disentería, la influenza.

Por primera vez se habla de medicina social y se llevan a cabo logros importantes en salud pública, y según J: Chuaqui, pasa a primer plano la idea de la prevención de enfermedades. Se habla de condiciones sociales como causa de enfermedad. Se mejoraron las condiciones higiénicas de las cárceles y hospitales y de la canalización de las aguas.

Hasta bien entrado el siglo XIX la vida individual y social del hombre era, desde el punto de vista de su higiene, sobremanera deplorable. ... Solo bien entrado el siglo XVIII fueron instalados los primeros baños públicos en Liverpool. Muy claramente reflejan esta situación las cifras relativas a la esperanza de vida, que desciende algo entre 1300 y 1650 (no llega entonces a los 30 años, y sólo empieza a crecer resueltamente después de 1750).

El escocés **John Pringle** (1707-1782) señaló que la fiebre de las prisiones y la podredumbre de los hospitales eran idénticas e insistió en la limpieza y buena ventilación de los mismos para evitarlas.

Semion G. Zybelin (1735-1802) de la facultad de Medicina de Moscú, puso énfasis en señalar el papel del medio ambiente en la salud y la enfermedad.

John Huxham (1692-1768) en Gran Bretaña, en 1747 Huxham recomendó se diera una dieta de verduras frescas a marineros con escorbuto.

El renombrado filósofo y escritor **Jean-Jacques Rousseau** (1712-1778), en su famosa obra pedagógica en forma de novela, titulada: "*Emile ou de L'éducation*". se enfrentó a los pretendidos avances de la civilización de su época y a los enciclopedistas que confiaban toda la felicidad del hombre en el progreso y la cultura y aboga por un retorno a la naturaleza y a la sencillez: «*Todo es bueno dejado a las manos del Creador. Todo degenera bajo las manos del hombre*». Expone una concepción de la educación de los niños, que, según él, debería ser en el campo, fuera de la corrupción existente en la sociedad y en las ciudades.

Rousseau considera que el ser humano es bueno por naturaleza y que su personalidad debería ser respetada siempre por los padres y educadores. En otro orden de cosas apunta: «*Lo antinatural de la vida cotidiana condujo a que tuviera que desarrollarse y prevalecer un arte de curar*». El arte de la medicina de su época es peligroso para él y le hace responsable de muchas muertes.

Opina que la única parte válida o aprovechable del arte de curar son los cuidados o medidas destinadas a fomentar la *salud*, que en aquellos tiempos todavía se consideraba más como una virtud que como una ciencia.

Rousseau, recogiendo el clamor social contra la mortalidad infantil durante esta época, mostró los daños que ocasionaban en Francia las madres que no criaban sus propios hijos. Al mismo tiempo se comenzaron a integrar ideas de puericultura en los libros de médicos, clérigos y madres que instruían acerca de las ventajas de la lactancia materna, los regímenes de vida, la ropa y la educación de los niños.

Johann Peter Frank (1745-1821) hizo la primera denuncia formal de la relación entre la enfermedad y la miseria: "*La miseria del pueblo, madre de enfermedades*". En su gran obra de medicina social revisó los problemas médicos del hombre, desde su gestación hasta la muerte, la higiene sexual, el embarazo, el parto, la puericultura, las comidas escolares, las ordenanzas municipales, alcantarillado, agua potable, en fin, una política sanitaria completa. Mientras era jefe sanitario de la Lombardia austriaca, pronunció en la Universidad de Pavia una conferencia (1790) señalando los males sociales como causa de enfermedades. Frank afirmó que *el rico y el pobre tienen padecimiento peculiares... debido a que cada clase social sufre las enfermedades determinadas por su diferente modo de vivir* y ofreció una descripción de las condiciones de vida que *originan las enfermedades propias de los pobres*.

Entre los higienistas franceses destacan **René Villermé** (1782-1836) y **Louis- François Benoiston de Châteauneuf**. El impulso académico francés se plasmó en la labor de la Real Academia de Medicina, fundada en 1820, y en los *Annales d'Hygiène publique et de Médecine légale*, publicados desde 1829, en donde se elaboró un concepto <<*sociológico*>> de la higiene. Según el mismo, las expectativas de vida de los trabajadores se relacionaban estrechamente con el grado de bienestar económico.

Las ideas <<*sociológicas*>> de los franceses impresionaron vivamente a algunos médicos ingleses como **Jeremy Bentham** (1748-1832), pero prefirieron quitar hierro al tema abordarlo desde perspectivas medioambientales, empeñados en evitar el influjo miasmático, disminuir la suciedad, mejorar los tratamientos de residuos, las condiciones de habitabilidad de

las viviendas, el abastecimiento del agua, etc., en los que ha venido a denominarse la <<*idea sanitaria*>> de la Higiene Pública.

El vasco **Ignacio María Ruiz de Luzuriaga**, fue un importante fisiólogo e higienista, autor de una monografía sobre las intoxicaciones por plomo y óxido de cobre. Junto con él se interesaron por la epidemiología y la prevención, **Antonio Capdevilla** y **José Masdevall**.

Entre las enfermedades Laborales **P. Pott** (1775), descubre el cáncer de los deshollinadores de chimeneas. **R. Willan** (1757 – 1812) estudió muchas dermatosis laborales. **Thomas Percival** (1740 – 1804) promueve la higiene en las fábricas y con otros colaboradores reconoce las causas sociales de la enfermedad. El químico **Lavoisier** intentó mejorar la higiene de las prisiones.

El epidemiólogo **B. Ramazzini** (1633 – 1714) escribe un tratado sobre las enfermedades de los trabajadores. Para él la pobreza es la peor enfermedad.

El llamamiento del escritor **Diderot** a favor de una educación especial para los ciegos le llevó a prisión.

Tras la revolución francesa se crearon cátedras de higiene, destacando en ello **E. Foderé**.

VARIAS ESPECIALIDADES

PSIQUIATRÍA

Philippe Pinel (1745-1826), crea las *Écoles de Santé* en 1794. Pinel consideraba la enfermedad un todo indivisible con síntomas característicos posibles de ser clasificados en fiebres, flegmasías, hemorragias, neurosis y lesiones orgánicas. Otro aspecto de las contribuciones del Pinel fue su transformación de los centros de encierro de locos en instituciones hospitalarias para enfermos mentales en las que introdujo el tratamiento moral. Su "*Traité médico- philosophique de l´alienation mentale*", París (1801), conservó la clasificación tradicional de manía, melancolía, demencia e idiocia, pero negó la influencia diabólica y postuló que los desórdenes emocionales eran la causa primordial de la alienación. En algunos de los aspectos terapéuticos, como son el trabajo del enfermo y su inclusión en grupos familiares, Pinel fue un precursor de los métodos psiquiátricos modernos.

OBSTETRICIA

La práctica obstétrica discurrió entonces según dos criterios, uno partidario de respetar la evolución natural del parto, que estuvo representado por **Lucas Johann Boër**, y el otro criterio fue el de intervención activa. Boër, apellidado en realidad Boogers (1752-1835), tuvo una conducta expectante y poco interventiva en el parto, inició la escuela de obstetricia vieneses donde, según sus palabras, el partero no debía comportarse como si la naturaleza hubiera olvidado actuar en el parto. En su obra dijo haber aplicado el fórceps sólo en 5 casos de 958 partos y evitó tactos y exploraciones innecesarias que creía eran responsables de las infecciones puerperales. Fue un gran defensor del "parto natural".

LA MÚSICA COMO TERAPIA

Desde la prehistoria se recomendó el ruido para hacer salir del cuerpo de los enfermos a los <<*malos espíritus*>> causante de la enfermedad; luego Pitágoras y los pitagóricos aconsejaron la música para lograr la armonía universal y el retorno al equilibrio de las mentes enfermas, lo mismo que **Asclepiades de Bitinia**, **Celso** o los **Regímenes de salud** (*Regimen sanitatis*) medievales y renacentistas.

El **Padre Rodríguez** (Zaragoza, 1744) no limita el uso terapéutico de la música a las dolencias mentales o anímicas, sino que la aplica también a las corporales.

Felix de Eguia en un librito apoya el uso terapéutico de la música, cuyo título es un excelente resumen del contenido: *Historia de la Tarántula y su mordedura, y cómo la música, saltar y brincar con ella, es su eficaz remedio...* (Madrid, 1745), en donde se recoge las doctrinas sobre el tema de **Giorgio Baglivi** (1668-1707).

Varios años después, **Manuel Irañeta** y **Jáuregui** en su tratado del tarantismo... (Madrid, 1785), describe el tratamiento efectuado en los hospitales del cuartel de San Roque y recomienda los sudoríficos, la sangría y, en algunos casos, la música. El mismo año José

Pascual mandó una memoria al administrador del hospital de Vich, titulada: *Sobre la utilidad de la música para los enfermos...* (Barcelona, 1785),

OTROS MÉDICOS DE LA ÉPOCA

En estrecha relación con la purgación comenzó a desarrollarse, sobre todo en la Francia de siglo XVII, la **clisteroterapia**, destinada a arrastrar la <<*materia pecante*>> causante de la enfermedad por vía rectal. Esta terapéutica se extendió luego a toda Europa y continuó su utilización entre los remedios cotidianos hasta épocas relativamente recientes.

Las sangrías, las purgas, el clister son utilizados de forma constante durante el barroco para eliminar la materia morbosa. El uso y abuso de estos métodos son criticados de forma satírica por Moliere y Quevedo entre otros autores, como bien dice Lain Entralgo. Sólo algunos médicos, entre ellos los más conocidos, rechazarán estos tratamientos.

Hasta el Barroco, lo que hoy llamamos Química, estuvo presidida por el paradigma alquímico. Ha de tenerse en cuenta, también, la **espagiria**, el aspecto material de las prácticas alquímicas. El médico **Pierre Potier (Poterius)** natural de Angers en sus tratados (1624 y sig.) se muestra partidario de la terapéutica espagírica y los remedios secretos preparados por él mismo con ayuda del arte espagírico. Al final del Barroco, la Química se separaba absolutamente de la Alquimia.

Bartolomeo Maggi recomienda en el siglo XVI curas lenitivas, reposo y dieta para curar las heridas por arma de fuego.

Francisco Henriquez de Villacorta (1615-1680). Sus obras, publicadas entre 1670-1680 en tres volúmenes, dan mucha importancia a la dietética y a la terapéutica y, dentro de ella, los purgantes ocupan un lugar primordial.

Miguel Martínez de Leache (1615-1673) . Miembro de una dilatada familia de boticarios, estudio las primeras letras en Tudela (Navarra). Afirma que << *Más aprovecha la confianza en la curación de las enfermedades que las medicinas aplicadas por el médico*>>. Y una vez aplicados los remedios, debe tener siempre presente que <<*el morir es achaque no de la enfermedad, sino de la vida, que tarde o temprano nos llega a todos*>>.

Theodore Tronchin (1709-1781), discípulo predilecto de Boerhaave, fue envidiado en París por sus éxitos con la inoculación preventiva de las viruelas y por su gran fortuna. Publicó una monografía sobre el cólico saturnino (1757) y en su práctica rehusó utilizar los cruentos remedios de su época y recomendó la psicoterapia y el ejercicio físico frente a las sangrías y los purgantes.

John Huxham (1692-1768) recomendó suministrar una dieta de verduras frescas a marineros con escorbuto. La acción preventiva de la fruta cítrica en el escorbuto y el progreso de la sanidad naval se debe a **James Lind** (1716-1794) quien demostró experimentalmente que la incorporación de las naranjas y limones frescos a la dieta de marinos evitaba la enfermedad.

Jean Baptiste P. A. De Monet de **Lamarck** (1744-1829) , aunque no llegó a usar el término <<*evolución*>>, comenzó a exponer una teoría de la transformación de los seres vivos basada en la ley del uso y del desuso de los órganos animales, que desarrolló en la Philosophie zoologique, París (1809).

Francois J. V. Broussais (1772-1838) mantenía como Brown (1780) que los fenómenos de la enfermedad sólo diferían de los de salud en intensidad y se debían a la inflamación o a la flegmasia de algún órgano.

Thomas Percival escribe un código de ética que fue un modelo para muchas generaciones.

James C. Prichard (1786-1848) fue partidario del tratamiento moral de los enfermos mentales.

J. Swift (1.667-1.745). *“Los mejores médicos del mundo son: el doctor Dieta, el doctor Quietud y el doctor Alegría.”*

MESMERISMO

Con **Franz A. Mesmer** (1734-1815) surge la utilización del trance hipnótico en el tratamiento de las enfermedades y en el control del dolor durante las intervenciones quirúrgicas, conocido como <<**mesmerismo**>>. Llevó a cabo su ejercicio profesional que se caracterizó por

el uso de imanes y la sugestión. Mesmer mantuvo que sus curaciones se debían al fluido magnético que emitía y penetraban en el cuerpo de los enfermos, restaurando la armonía corporal de los humores.

El punto de partida de Mesmer fue las experiencias que realizó en Viena, en 1774, el jesuita **P. Hell** con los imanes como terapia. Del magnetismo del imán hizo extensible el "*magmetismo animal*". Los cuerpos vivos emiten un fluido magnético que puede ser utilizado para curar. Llevaba a cabo pases magnéticos para transmitir el fluido magnético, luego inventó un aparato (*baquet*) o cubeta magnética que magnetizaba al enfermo. A veces ocurría la "*crisis mesmérica*" por la intensa magnetización que se continuaba de prostración, señal de haber conseguido un armónico reparto de fluido.

Continuando con los trabajos de Mesmer, **A.J. Chastenet** (1751-1825) da nombre al "*sonambulismo provocado*", estado provocado similar al sonambulismo donde se despertaban facultades extraordinarias como la gran capacidad de memoria, la visión con los ojos cerrados o a través de objetos opacos y la predicción de acontecimientos futuros. Los *sonámbulos* podían ver la causa de los síntomas en los organismos.

El abate **Faria** (1756-1819) redescubre el método de la inducción del sueño por medio de la sugestión verbal y ello se constituiría en una de las bases del hipnotismo.

Oudet lleva a cabo extracciones dentarias sin dolor. Con **James Braid** surgió el hipnotismo.

Jean Martín Charcot (1825-1893). Inauguró en la Salpêtrière el primer servicio neurológico moderno en donde se usaba sistemáticamente la termometría, el electrodiagnóstico, la oftalmoscopia, un gabinete histopatológico, otro de fotografía y dibujo y un laboratorio de psicopatología.

Como dijo Sigmund Freud, Charcot fue *el primero que explicó el mecanismo psíquico de los fenómenos histéricos* y también *el primero en enseñarnos que para la explicación de la neurosis histérica es preciso recurrir a la psicología*.

LA HOMEOPATÍA

La Medicina Homeopática surge en 1790 gracias a la obra del médico alemán Samuel Hahnemann (1755-1843). Hahnemann decidió experimentar sobre sí mismo con la corteza de quina, encontrando que dicha sustancia le provocaba un cuadro febril similar al paludismo. De la observación de este hecho planteó una hipótesis: ¿Será que el poder curativo de los medicamentos radica en su capacidad de provocar síntomas semejantes a los de la enfermedad que curan?

La idea básica de la homeopatía se basa en que para curar una enfermedad se utiliza un medicamento capaz de provocar la misma enfermedad cuando la toma una persona sana. Como decía Hahnemann, todo lo que produce fiebre puede curar la fiebre, todo lo que produce dolor de cabeza puede curar el dolor de cabeza; "*similia similibus curantur*", lo similar cura a lo similar. La palabra homeopatía deriva del griego *Homoios* (semejante) y *Pathos* (enfermedad)

En el tratamiento se utilizan diluciones de las sustancias de la materia homeopática y se las dinamiza.

La principal obra de Hahnemann fue el *Organon*, escrito en 1810 y que ha sido muy utilizado por todas las posteriores generaciones de homeópatas.

Entre los principales discípulos de Hahnemann, podemos citar a Boenninghausen, Jahr, Hartmann, Stapf, Gross, Hering y Kent.

En 1845 el médico español José Núñez, considerado por Hahnemann como uno de sus más destacados sucesores crea la "*Sociedad Hahnemanniana Matritense*", que desde el año siguiente edita su boletín, luego llamado Anales de Medicina Homeopática y más tarde El Criterio Médico.

HIDROLOGIA

Desde las culturas antiguas, Roma o el Islam, y las precolombinas en América, el agua y más concretamente los baños, habían sido utilizados con finalidad terapéutica, para el aseo personal y el placer. El método terapéutico de Pitágoras se basaba en el empleo de plantas medicinales, compresas de agua, práctica de una vida sana, gimnasia, así como en la limitación del consumo de carne.

Hipócrates recomendó el empleo de agua fría para combatir los dolores articulares inflamatorios (como era el caso de la gota), o de contracturas musculares; así como los baños en agua de mar para tratar erupciones cutáneas que daban prurito y todo tipo de herida simple que no estuviera infectada. Decía que las heridas de los pescadores, que estaban habitualmente en contacto con el agua, no se infectaban nunca, siempre que no manipularan sobre las mismas ni las sometieran a otro tratamiento. Recomendó el uso de irrigaciones (chorros) con agua caliente para combatir el insomnio y determinados dolores y espasmos. Empleó los baños de vapor, las compresas húmedas calientes con agua dulce o de mar, las bolsas de agua caliente (para aplicar calor seco), las aplicaciones calientes de barro o fango. En los focos infecciosos aplicaba una mezcla de agua de mar y miel. Aplicaba los enemas con agua un poco tibia y en algunos casos especiales utilizaba agua salada, agua de mar o leche para producir un mayor efecto.

Los antiguos germanos disponían, casi en cada pueblo de un lugar de baños. **Tácito**, tras un largo viaje por los pueblos germánicos, escribió que éstos se bañaban diariamente "... a menudo en agua caliente, porque allí, la mayor parte del tiempo es invierno".

En la Edad Media desaparece la costumbre de la utilización del agua, y solo se mantienen algunas estaciones termales. Los escritos sobre balneoterapia comenzaron en Italia en el siglo XVI, y se fueron extendiendo hacia Alemania.

Durante el Renacimiento y en el Barroco, se produce un resurgimiento de las prácticas terapéuticas relacionadas con el agua.

El uso del agua como norma de higiene y técnica de curación se pierde en la memoria de los tiempos y aparece incorporado con rituales de purificación en muchas religiones; la administración interna del agua ha sido utilizada esporádicamente como remedio a lo largo de los siglos. El editor **Iuntas** (1553) reunió más de medio centenar de textos de autores clásicos sobre la utilidad de los baños en diversas enfermedades.

Nos encontramos ante la ambivalencia medieval hacia los baños: pueden ser beneficiosos en ciertas enfermedades, pero su uso excesivo lleva a conductas desordenadas, desde el punto de vista moral y ablanda la hombría de los soldados, por lo cual Alfonso VI (1040-1109) mandó destruirlos en toda Castilla. Los baños eran cosa de enfermos; se consideraban terapéuticamente muy activos para el equilibrio humoral, por lo cual debían tomarse con muchas precauciones.

Del agua como bebida superior al vino, con posibles acciones medicamentosas y de los baños, se ocuparon durante el Renacimiento, los médicos **Luis Mercado**, **Alfonso de Chirino**, **Luis Lobera de Avila**, **Francisco López de Villalobos** (1473-1549), el mismo **Juan Huarte** (1529-80), quien en su Examen de ingenieros para las ciencias ... (Baeza, 1575) trató del agua y de sus efectos sobre el organismo y llegó a aconsejar la cantidad que debía ser bebida por los padres deseosos de engendrar hijos sabios.

El principal estudioso y partidario de la Hidrología durante la Ilustración fue el alemán **Friedrich Hoffmann**. Este autor, al que le hemos visto detalladamente entre los grandes sistemáticos, afirmó que las aguas constan de tres partes: una líquida, otra espirituosa sutil y una tercera sólida, salina o térrea.

Se ocuparon de la utilización del agua **Julián Gutiérrez Toledo** (m. Post. 1518), quien aconseja las aguas medicinales como curas excelentes, describe << *el baño y como se debe fazer* >>. **Francisco Díaz** (1530-1590) se ocupa largamente de utilidad del agua y de los baños para la litiasis y cita varias fuentes y baños. **Gerónimo Pardo** muestra su preferencia por el agua frente al vino, pues los excesos de este acortan la vida. También se preocuparon del agua, como remedio externo, varios autores: el cirujano **Dionisio Daza Chacón** (Valladolid, 1582) preconizaba su empleo en las heridas y puntualizaba la temperatura y los modos de aplicarla. A este respecto podría citarse también la creencia de las propiedades curativas sobrenaturales de ciertas aguas, empleadas luego numerosamente durante las epidemias.

El resurgir del interés por el agua en la salud se sitúa en Italia. Aparece el médico **Michele Savonarola** (1384?-1462), **Gabriele Falloppio** (1523-1562), **Andrea Bacci** (1567-1600), **Agostino Magliani**, conocido como << *il medico dell'acqua fresca* >> y **Niccolò Cirillo**. En Inglaterra **John Floyer** (1649-1714), **William Wright** y **James Currie**. Los hidrologos franceses, en sus análisis de aguas, siguieron las indicaciones de **Etienne-François Geoffroy** (1672-1731), llamado << el Mayor >>. En el resto de Europa se ocuparon de las aguas medicinales, entre otros, **Remaclus Fusch** (1510-1587).

Fueron varios los médicos del Barroco que trataron de la hidrología. La interpretación médica de los efectos del agua fría en las enfermedades febriles fue expuesta por

Siegmund Hahn (1664-1742). Convencido de los efectos beneficiosos de agua fría en la fiebre, por la observaciones que realizó durante el tifus que padeció uno de sus hijos, Hahn publicó los conceptos hidroterápicos que amplió **Johann Siegmund Hahn** (1706-1773) otro de sus hijos, médico también, y explicó la fuerza curativa del agua fría, que ha tenido ediciones hasta nuestros días. Además recomendó el vegetarianismo.

El primer gran libro de hidrología español fue escrito por el médico **Alfonso Limón Montero** en su "*Espejo cristalino de las aguas de España*" (Alcalá. 1697). En este libro se hace un repaso de los manantiales, ríos, fuentes y baños, así como de las posibilidades terapéuticas del agua. En cuatro libros, se ocupa de las aguas simples y minerales en general y particular; de los baños de aguas termales de España y sus medicinas; de los baños de aguas simple, tanto frías como calientes, de su uso y de las aguas compuestas artificialmente. Éste sería el gran libro hidroológico legado por el Barroco a la posteridad. Otros autores fueron **Antonio Mauricio Escuer**, que en su libro *Hidrología médica...* (Zaragoza, 1701) recomienda el agua fría, ingerida o en fricciones, para corregir las calenturas. **Vicente Pérez**, en Sevilla, año 1735, se mostró contrario a las sangrías y a las purgas y partidario de curar cualquier tipo de afección por medio del agua fría y caliente. **Juan Vázquez de Cortes** publicó "*la Medicina de las fuentes: corriente de la medicina del agua*", en donde se mostraba contrario a la sangría y a las purgas, pues, en su opinión, causan sueño, náuseas y dolores. Valora una terapéutica basada en la utilización moderada del agua caliente y fría. **Manuel Gutiérrez de los Ríos** (Sevilla, 1736) se mostró contrario a la sangría, más aún a los purgantes e intentaba demostrar que el agua es medicina universal para todas las enfermedades. Proclamó, por primera vez, al agua como remedio universal. **Cornejo y Mastrucio**, admite el agua como remedio universal, lo mismo que Gutiérrez de los Ríos, quien explica las precauciones de los pacientes y cuando deben ingerirla fría, templada o caliente.

El vicepresidente de la Real Sociedad de Medicina y otras Ciencias de Sevilla, **José Marcelino Ortiz Barroso**, publicaba el *Uso y abuso del agua dulce potable...* (Sevilla, 1736). En su libro la consideraba como la <<única bebida natural destinada por la naturaleza para toda especie de animales>>, la prefería a cualquier otra bebida fermentada como el vino o la cerveza y aconsejaba tomarla muy fría a sanos y enfermos; por el contrario consideraba perjudicial ingerirla en infusiones, como aconsejaba Hoffman. Además daba normas sobre los baños domésticos. En 1749 es **José Catalá** de Centelles (Madrid, 1749), quien efectúa un estudio sobre los distintos tipos de agua; elige entre las mejores; afirma la necesidad de ingerir para mantener la vida y da normas sobre cómo hacerlo los sanos y los enfermos. **Antonio García Godínez** de la Paz en los Ocios médicos, explica el uso del agua desde un auténtico y comprensible escepticismo terapéutico

LA MEDICINA DEL SIGLO XIX

En el siglo XIX dominan varios sistemas. Tras la teoría **mecanicista** (Descartes, Borelli), **panvitalista** (Paracelso, Van Helmont) y la **vitalista** (Haller; Bordeau); surge en la primera mitad el **romanticismo**, además de la revolución industrial y la revolución liberal burguesa y en la segunda mitad surge otro modelo que bien podemos llamar **físico-químico y evolucionista**. También llamada **positivista**. Tiene lugar el nacimiento y la época dorada de la **hidroterapia**, la **medicina naturista** y la **higiene natural**.

ROMANTICISMO

FILOSOFÍA NATURAL

El romanticismo se desarrolla entre 1800 y 1848. Durante esta época surge la filosofía de **Friedrich Wilhelm Schelling** (1775-1884) y la "**Naturphilosophie**" o sistema de **Filosofía natural**. Para Schelling, naturaleza y espíritu son entre sí idénticos, una mitad indisoluble. "La naturaleza es espíritu visible, el espíritu es naturaleza invisible. El universo entero es una *magna unidad*, el macrocosmos es comparable a un gran organismo. Esta correlación no es, naturalmente corporal, pertenece al mundo de las ideas.

Utiliza la comparación y la conclusión analógica, métodos de la Naturphilosophie. Basada en una atenta y reflexiva observación de la realidad sensible, la "*intuición intelectual*" de Schelling. El organismo es la naturaleza en pequeño.

En la Naturphilosophie o Filosofía natural se tiene en cuenta la dieta, el agua (hidroterapia), la electricidad, el mesmerismo (hipnotismo y magnetismo).

La actividad del romanticismo surge contra el frío entendimiento de la época del racionalismo y la ilustración. Se ama lo natural, lo sencillo. Se cultivan los sentimientos.

Esta Filosofía se centró especialmente en Alemania.

EL VITALISMO

Mientras la Filosofía natural o Naturphilosophie se desarrollaba en Alemania, en el resto de Europa entre 1770 y 1840 predominó el vitalismo. Según Stahl el *anima* es lo que impide la desintegración de la sustancia orgánica, y ésta lo hace mediante esfuerzos constantes de conservación.

Albrecht Von Haller demostró que determinadas partes son *irritables* (o contráctiles) en tanto que otras son *sensibles* (o sensitivas). Ambas se encuentran sólo en el organismo, son propiedades o fuerzas vitales. Los términos *irritables* y *sensibles* son muy utilizados por posteriores autores vitalistas.

Charle Louis Dumas (1765-1813) indica que la física no tiene relación alguna con los procesos vitales, la vida no obedece a las leyes estrictas de la materia muerta. El estadio más inferior de la materia se rige por estrictas leyes de la naturaleza (física, química). Sobre este mundo de los cristales actúa un *principio formal*, en el reino vegetal; y sobre todo en el reino animal comienza una organización que llega a la sensibilidad del ser vivo superior,

John Abernethy (1764-1831) reconocía como principio vital una materia imponderable, que estaría especialmente emparentada con la electricidad.

Bichat (1771-1802). Para él las funciones vitales son muy variables y escapan a todo cálculo. Existe un *principio vital*, pero su naturaleza es desconocida, ya que el conocimiento de las causas primeras esta vedado al ser humano. Fue partidario de la experimentación animal, tendencia que por lo general no fue seguida por los vitalistas.

Charles Bell (1774-1842). La vida no es consecuencia sino causa de la organización estructural, y es una expresión de un permanente acto de creación divina. Varios autores están de acuerdo con esta última idea.

William Lawrence (1783-1867) subrayó, como Bichat, que la actividad vital se halla en estrecha dependencia de la estructura. Un principio vital asociado desde fuera es impensable. Todos los fenómenos vitales, entre ellos se halla también la vida espiritual; dependen directamente de la estructura y organización de los órganos.

Johan Gottfried Herder apoya la idea de una fuerza que en la organización de los seres vivos va ascendiendo de la irritabilidad de los músculos hasta la sensibilidad de los animales y del hombre.

Johan Christian Reil (1759-1813) concibe la *fuerza* de lo viviente como propiedad de la materia.

Johannes Müller (1801-1858) reconocido fisiólogo era vitalista. Es preciso una fuerza vital especial para la formación y conservación del organismo, ya activa en el embrión. La vida va unida a la excitación vivificante de la luz, el agua, el aire y el calor. Era también empírico en cuanto al valor que daba a la observación aunque era contrario a los ensayos por ser artificiales.

La mayor diferencia entre los fisiólogos **románticos** y los **vitalistas** es que mientras los románticos no establecían diferencia alguna entre vida y no-vida, los vitalistas sí.

EMPIRISMO

A la par de la Filosofía natural y del vitalismo se desarrolla en esta época las ideas empíricas. El empírico hace observaciones directamente sobre el ser vivo intacto, sin intervenir, o con modificaciones sencillas. Observa lo perceptible por sus ojos.

Laennec dice que no desea el esclarecimiento de las causas primeras, se contenta con describir las enfermedades.

Francois Magendie sigue en esta línea: observación, descripción cuidadosa y ensayos relativamente simples. Igual lo hizo Johannes **Evangelista Purkinje** (1787-1869), **Robert Whytt** (1714-1766) y otros.

NIHILISMO TERAPEUTICO

Según P. Laín Entralgo el naturalismo terapéutico de la Ilustración desembocó en el *nihilismo terapéutico* romántico.

Joseph Skoda famoso por sus correctos rápidos y centeallentes diagnósticos asombró a toda Europa. **Skoda** fue escéptico ante el tratamiento y sus ayudantes optaron por lo que se llamó **el nihilismo terapéutico**, "*Lo mejor en medicina es no hacer nada*". El gran clínico vienes, se ocupó en efectuar diagnósticos rápidos y correctos, pero fue poco dado a la terapéutica. Su objetivo estaba en la prevención de las enfermedades y trató de combatir las grandes epidemias de cólera y tifus del siglo XIX mediante medidas higiénico-profilácticas.

La tendencia escéptica de Skoda fue muy ahondada entre sus discípulos de la escuela vienesa, quienes, en su nihilismo terapéutico llegarían a afirmar: <<*no hacer nada es la mejor medicina*>>. Entre sus discípulos es conocido **Josef Dietl** (1804-1878). **Kussmaul** diría después de ellos: "*No hacer nada es lo mejor en medicina*".

Johan Oppolzer (1808-1871) aunque discípulo de Skoda cree en la curación como objetivo de la medicina. Utilizó la hidroterapia, balneoterapia, climatología y la electroterapia.

Partidarios del mismo no intervencionismo fueron el gran ginecólogo y obstetra **Lucas Joh Böer**, a quien ya hemos visto, y el muy reconocido **Thomas Addison** (1793-1860).

Con algunos puntos en común con el nihilismo terapéutico surge la **hidroterapia**, la **medicina naturista** y la **higiene natural**. El cuidado del enfermo a través de un régimen de vida vuelve a tomar importancia en el romanticismo. Surgen los grandes naturistas: **Vincenz Priessnitz**, **Luis J. D. Fleury**, **James Clark** (1788-1870), **Hermann Brehmers** (1826-1889)

Profunda fue también la influencia romántica de **Christoph W. Hufeland** (1762-1836) que fue profesor de medicina, sobre la higiene, la dieta y el régimen de vida expuestos en su famosa *Macrobiótica* o "arte de prolongar la vida" (1796). Siguiendo una línea neohipocrática reconoce una «*fuera vital curativa*»

HIDROTERAPIA - MEDICINA NATURISTA – HIGIENE NATURAL

HIDROTERAPIA

La **hidroterapia** como movimiento romántico popular surgió de la experiencia de un labrador, **Vincenz Priessnitz** (1799-1851). Ante el mal pronóstico de una heridas recibidas por la coza de un caballo, Priessnitz decidió curarse él mismo con compresas de agua fría y su recuperación, y el renombre que le dio el utilizar aquel método en otros enfermos, le impulsaron en 1822 a establecer una clínica. Su centro alcanzó gran popularidad y se propagó su técnica curativa que consistía en la ingestión de 12 a 80 vasos de agua al día, a la vez que duchas de agua fría después de un periodo de sudoración.

En su tratamiento utilizaba la gimnasia, paseos (con frecuencia con los pies desnudos), ejercicios respiratorios, fricciones... Aplicando también la acción beneficiosa de la luz del sol y el aire; baños de aire con el cuerpo desnudo acompañados de ejercicios físicos. Según Honorio Gimeno, de Priessnitz deriva la actual medicina naturista.

En la hidroterapia empleaba aplicaciones con chorros o cubos de agua, duchas en el bosque, fricciones bajo el agua, compresas y envoltorios sudoríficos. Además de recomendar un alimentación a base de pan integral, frutas y verduras.

Como dice Frederic Viñas, las aportaciones de Priessnitz al campo de la hidroterapia pueden resumirse en los tres principios siguientes: 1) El organismo dirige «sangre», «fuera» y calor allí donde previamente se ha aplicado agua fría, fenómeno debido a un mecanismo de reacción fisiológica. 2) El agua fría sólo es curativa si la piel (o parte del cuerpo donde se aplica) está previamente caliente o, todavía mejor, si está sudando. Por ello a sus enfermos crónicos, si estaban en condiciones, les hacía hacer intensos ejercicios físicos para hacerles entrar previamente en calor. 3) Su observación más importante fue quizá el darse cuenta de que para curar bien muchas enfermedades crónicas convenía agudizarlas primero mediante la aplicación de agua fría. Provocando reacciones curativas.

Un discípulo de Priessnitz, **Rausse** (1805-1848), teniendo en cuenta que en este tratamiento no se emplea sólo el agua, sino también otros agentes naturales, substituyó la denominación de *Medicina del agua* por la de *Medicina natural*.

Según Honorio Gimeno, y citamos sus palabras, " *a imitación de Priessnitz o por su influencia, actúan numerosos médicos pero la mayor parte de ellos y alguno que alcanzó celebridad en el ejercicio de la Hidroterapia no son verdaderos médicos naturistas, porque si bien empleaban un agente natural no tenían en cuenta ni en poco ni en mucho a la fuerza medicatriz de la naturaleza (Eleury, Beni Barde, Duval, Winternitz, etc.)*

Importantes difusores de los métodos hidroterápicos en Europa fueron, entre otros, el carretero **Johann Schroth** (1798-1856) y el abad **Sebastián Kneipp** (1821-1897). Schroth desarrolló un método terapéutico a base de envolturas húmedas, ayuno y periodos de abstinencia de bebida conocido como "*cura Schroth*", que alcanzó un gran éxito y que todavía hoy se sigue empleando.

El Abate **Sebastián Kneipp** (1821-1897) siendo estudiante de teología, enfermó de gravedad presentando repetidas hemoptisis. En una biblioteca de Munich pudo leer, en un tratado de medicina natural, la exposición de los síntomas que él padecía. Siguió los métodos terapéuticos que en él se indicaban y se recuperó de su afección.

Comenzó utilizando exclusivamente la hidroterapia, pero posteriormente añadió las plantas medicinales, la dieta, el ejercicio y la medicina religiosa. Su carrera eclesiástica se vio interrumpida por una hemoptisis tuberculosa, que trató con el uso del agua fría, siguiendo las ideas de Hahn. Kneipp se recuperó contra todo pronóstico y se convirtió en divulgador de la cura de agua fría. Creó un balneario para la práctica hidroterápica en 1889, que pronto tuvo que ampliarse, y aunque fue perseguido por la medicina oficial, las virtudes morales y profunda fe religiosa de Kneipp acabaron por ser respetadas y su método tuvo gran difusión.

Su cura fue conocida como la "*cura Kneipp*" y se basa en aplicaciones de hidroterapia, el empleo de plantas medicinales y una dieta adecuada, que al igual que lo recomendado por Priessnitz se componía de mucha fruta y verdura, así como de escaso consumo de carne .

Kneipp volvió a popularizar la Hidroterapia, preconizó con gran dedicación la vida sencilla y añadió a las prácticas naturistas conocidas el empleo de la tierra y sobre todo el de las plantas medicinales inofensivas. Dice Honorio Gimeno: "*Después de Kneipp, el médico naturista, además de todo lo anterior (hidroterapia, dieta vegetariana), receta arcilla y plantas medicinales inofensivas.*"

En 1832 el profesor de instituto **E.F.C. Oertel** (1765-1850), atraído por la lectura de los libros del viejo médico vegetariano e hidroterapeuta Johann S. Hahn, fundó un movimiento («Hydropathisches Gesundheitsverein») para la difusión y conocimiento del empleo del agua fría como remedio preventivo y terapéutico que gozó de numerosos seguidores.

Lorenz Gleich (1798-1865) conoció los métodos de Priessnitz y Schroth -pues había sido incluso paciente de ambos, a la vez que amigo de Oertel. Tuvo en cuenta el hecho de que ambos curaderos consiguieron buenos resultados aplicando remedios y métodos naturales distintos. Pensó que éstos tenían algo en común: la potenciación o estimulación de las fuerzas o mecanismos naturales de curación del organismo. Por lo tanto, aunque hubieran procedimientos o terapias naturales distintas, todas iban destinadas a un mismo fin. Ya no cabía hablar de hidroterapia, dietoterapia, fitoterapia, etc., como disciplinas médicas aisladas, sino que había que incluirlas dentro de un gran concepto común: la *Medicina Naturista*. A los terapeutas que practicaban este tipo de medicina comenzó a llamárseles *médicos naturistas* (1849).

Erns Brand (1827-1897) difunde un método hidroterápico para luchar contra la fiebre. En Francia se ocupó del tema **Louis J. D. Fleury** (1814-1872) y en Alemania **Herman Brehmers** (1826-1889).

El empleo popular de la hidroterapia en los países centroeuropeos recibió finalmente el reconocimiento de la medicina oficial con **Wilhem Winternitz** (1837-1905) que en 1881 fue nombrado profesor de hidroterapia en la Facultad de Medicina de la Universidad de Viena. Pone las bases fisiológicas de la hidroterapia y estudia científicamente sus indicaciones.

En España, desde 1816, se prevee la existencia de un médico especializado en Hidroterapia y Balneoterapia. En 1912 en el Doctorado de Medicina de la Universidad Central se nombró el primer catedrático de Hidrología, en la figura de **Hipólito Rodríguez Pinilla**, que anteriormente la había sido de Pediatría en la Universidad de Salamanca.

Ventura de Bustos y Angulo, da noticias sobre los Baños de río, caseros y de mar... (Madrid, 1816), los aconseja para mantener a los niños robustos y mejorar la sociedad . **A. M.**

Gaudet insiste (Madrid, 1850) en el tema de los baños marinos. Cinco años antes **Joaquín Delhom** se había ocupado de los Baños de vapor... (Barcelona, 1845) y tanto **Raimond Victorin** en 1841 como **Basilio Sebastián Castellanos de Losada** en 1846 se preocuparon de dar instrucciones a los usuarios en sus respectivos manuales del bañista.

MEDICINA NATURISTA

Esta forma de curar fue denominada *Medicina Naturista o métodos naturales de curación*, en 1849 por **Lorenz Gleich**.

La expansión del **herbalismo** durante el período romántico se debió en gran medida a la influencia de la medicina popular donde abundaban los remedios vegetales. El movimiento tuvo un origen durante la Ilustración, proscrito con frecuencia por los historiadores, en la obra de **William Buchan** (1729-1805) médico escocés que recomendaba prácticas higiénicas y remedios.

Un gran propulsor del vegetarianismo fue **W. Zimmermann**, (*El camino del paraíso*, 1843), que apoyó el uso de remedios naturales.

Theodor Hahn (1824-1883), boticario, fue discípulo de Rausse. Se orientó primero hacia la hidroterapia y después de estudiar biología propagó el régimen naturista vegetariano creando clínicas y publicando un libro. Theodor Hahn cayó en la cuenta de que el régimen vegetariano añadido a la Hidroterapia favorecía más a los enfermos y de que aquél, continuado después de recuperar la salud, servía para preservarse de las enfermedades y para dignificar la condición humana.

Citamos a Honorio Gimeno: *"Después de Teodoro Hahn, se entiende por médico naturista aquel que, además de seguir a Priessnitz, aconseja el régimen vegetariano, la prohibición absoluta del consumo de carnes y pescados de toda clase a sus enfermos. Se acaba de dar otro paso fundamental en el concepto moderno de médico naturista"*.

También contribuyó a la difusión del régimen vegetariano en aquellos años **Eduard Baltzer** (1814-1887) quien leyó una obra de Teodoro Hahn, y posteriormente fue fundador de la primera *asociación naturista* alemana (1867), con el título de *"Sociedad para la práctica de una vida natural"*. De la que surgieron otras, en las que aprendieron naturistas que luego se habían de ser muy conocidos, como **Luis Kuhne** (1835-1903).

En 1855, un suizo, llamado **Arnoldo Rikli** (1823-1906), funda un sanatorio naturista, donde se practican de modo preferente los baños de aire, de luz y de sol. Con este hecho se inicia otra característica del médico naturista, la de preconizar esta clase de baños como agentes higiénico-terapéuticos. Reedescubre la importancia de la acción curativa del sol y emplea con gran éxito los baños de sol matinales y tardíos para la eliminación de toxinas. *"El agua cura, ciertamente, sin embargo el aire aún cura mejor, y mejor todavía que ambos cura la luz"*.

Leopold Schrotter von Kristelli (1837-1908) llevó a cabo una terapia climático-dietética y fue promotor de varios balnearios. En Viena llevó a cabo canalizaciones, suministro de aguas, creación de espacios verdes, instaló casas de socorro. Tuvo una actividad de divulgación higiénico-popular. Llevando a cabo una "medicina" social y preventiva importante.

Hermann Nothnagel (1841-1905) trató con electroterapia, hidroterapia. Cree en un *"minister naturae"* que establece únicamente aquellas condiciones que pueden permitir al organismo, incluso con sus propias fuerzas equilibrar y dominar las perturbaciones patológicas. Creyó en el poder curativo del organismo y contribuyó al renacimiento del neohipocratismo de finales del siglo XIX.

Del empleo de la tierra como agente curativo hicieron un extenso uso **Adolfo Just** (1859-1936) y el pastor **Leopold E. Felke** (1856- 1926), sacerdote que adquirió bastante fama con el uso del barro, de otras prácticas naturistas (alimentación vegetariana, ayuno, la utilización de alimentos crudos) y de la Homeopatía.

Las noticias más antiguas que tenemos sobre la arcilla se refieren a su uso como conservante en las momias egipcias. Los médicos de la escuela hipocrática la empezaron a aplicar de forma terapéutica. El médico griego Dioscórides atribuía a la arcilla un poder excepcional en la cicatrización de heridas. Galeno usó arcilla por sus propiedades curativas. Avicena, el médico árabe-español, también conoció las propiedades curativas de la arcilla. Durante la Edad Media las cataplasmas de arcilla fueron empleadas en la medicina popular.

Just observó atentamente el comportamiento de los animales salvajes y advirtió que en cuanto sufrían heridas y enfermedades febriles se bañaban siempre en el barro. A partir de aquí fue introduciendo el uso de la arcilla externa en su balneario. Just "descubrió" que el

magnetismo terrestre se transmite al cuerpo humano cuando descansa o duerme sobre un lecho de hierbas y tierra o al pasear descalzo por el bosque, y ello acelera el restablecimiento de la salud. Por la misma época se declaró una epidemia de cólera en Prusia Oriental y un médico de la región, **Stumpf**, utilizó como prevención contra la enfermedad tomas orales de arcilla diluida en agua hervida.

Diversos autores apoyaron la idea de que la alimentación fisiológica del ser humano es la constituida por vegetales crudos, la llamada ya desde el principio alimentación solar. Ya utilizada por **Hipócrates**, fue recomendada por **Siegmund Hahn**, y el profesor **Oertel** que habían dicho alguna vez que los alimentos vegetales crudos eran fuentes de curación de males humanos. Posteriormente **Gustavo Schlickeysen** (1843-1893), primero, y **Máximo Oscar Bircher-Benner**, después, repitieron este concepto, pero lo expusieron con más extensión, con más claridad y dándole más importancia.

Nos dice Gimeno: *"Así como Rikli aplicaba el sol por fuera, Schlickeysen y Bircher-Benner lo hacían, además, por dentro, con su alimentación solar Desde este momento, el médico naturista da también mucha importancia a los alimentos vegetales crudos."*

H. Lahmann (1860-1905), recomendó de modo notable el aprovechamiento de las sales minerales contenidas en los vegetales. **Ragnar Berg** (1873-1956) recomendó, dentro de la alimentación vegetariana, de un modo especial la ingestión de alimentos ricos en bases.

En cuestiones de alimentación vegetariana sencilla, hemos de destacar a **Miguel Hindhede** (nacido en 1862) creador de la política de la alimentación. En un libro expone las excelencias de la comida vegetariana sencilla, que tan bien conserva la salud.

En 1848 muere **Rausse**, **Oertel** en 1850, **Priessnitz** en 1851 y **Schroth** en 1855. La era de los grandes empíricos tocaba a su fin. **Kneipp**, **Felke**, **Kuhne** o **Rikli** les seguirían años más tarde, aparte de un buen número de médicos que dieron soporte y profundizaron la Medicina Naturista, como **Lahman**, **Schweninger**, **Schöneberger**, **Brauchle**, **Bircher-Benner**, **Buchinger**, **Vogler**, etc.

Según Pedro Laín Entralgo, en el siglo XIX se mantiene aún, vigente desde los Hipocráticos, que la restricción alimenticia en las enfermedades agudas seguía siendo la regla.

En la línea naturista no podemos olvidar resaltar la gran popularidad que alcanzó un escrito realizado por **Luigi Cornaro** (1558): *"Discursos de la vida sobria, en los que se demuestra, con ejemplos, cómo se puede conservar el hombre sano hasta su última vejez"*. Cornaro había llevado durante decenios la vida de un rico noble italiano, y con ello había sufrido gran cantidad de enfermedades. Con el consejo de sus médicos, se convirtió a la moderación y la frugalidad, y desde entonces ya no estuvo enfermo y vivió 98 años. Su autobiografía describe este cambio.

LA HIGIENE NATURAL

Paralelamente a la corriente de Hidroterapia y la Medicina Naturista, especialmente continuada en Europa, surgió en Los Estados Unidos de América la corriente de la **Higiene Natural**, conocida también hoy en día como **Higiene Vital**. Dicha corriente al principio tiene relación con la hidroterapia. Tiene muchos puntos en común con la corriente naturista clásica, cree igualmente en la *"vis medicatrix naturae"*, evita al máximo la utilización de cualquier "remedio terapéutico", se apoya en una educación popular para la salud, al mismo tiempo que se basa en cambios de forma de vida para prevenir o curar la enfermedad..

El comienzo real del cuidado de la salud basado en la fisiología, o Higiene Natural, como se conoció luego, comenzó con Isaac Jennings en 1822 y tuvo su auge en 1830 con Sylvester Graham mediante sus conferencias y escritos

Isaac Jennings (1788-1874) pasó los veinte primeros años de ejercicio de la medicina utilizando el tratamiento médico normal y las prácticas de sangría de su tiempo, pero su confianza en estas prácticas fue a menos, de manera que abandonó la lanceta y fue reduciendo las dosis de los medicamentos. En 1822 interrumpió toda medicación.

Con ocasión de la publicación del segundo libro de Jennings, *La Filosofía de la Vida Humana*, Trall escribió en 1852, *"El Dr. Jennings es ampliamente conocido como el defensor del plan de la "Ortopatía" para tratar la enfermedad - un plan cuyos detalles consisten*

principalmente en poner el paciente bajo la ley orgánica, y de esta manera dejarlo a la "vis medicatrix naturae" (el poder curativo de la naturaleza)".

Jennings se dio cuenta, al consultar con sus colegas médicos más experimentados, que los médicos más viejos, por regla general, prescribían muchas menos medicinas que los jóvenes. Los primeros confiaban más en la naturaleza; los segundos confiaban en las drogas.

Durante unos treinta años cambió su forma de tratamiento hacia una manera poco sospechosa para los patrones de su tiempo. Dejando de lado la medicación alópata, utilizó un surtido de píldoras hechas a partir de pan; una variedad de polvos de harina de trigo coloreadas y aromatizadas con sustancias extraídas a partir de alimentos vegetales, y frascos de cristal de diversos colores llenos de pura agua. El profesor James Munroe indicó cómo Jennings podía prescribir una caja de píldoras de pan, a la vez que daba buenos consejos con respecto a la dieta e higiene de vida.

Después de 15 a 20 años de práctica de este "tratamiento", reveló su secreto y se descubrió como partidario de la capacidad autocurativa del organismo bajo condiciones de vida que favorecen la salud. Jennings continuó su práctica sin medicamentos, que él llamó la práctica "let alone", por otros 20 años más antes de retirarse.

Desarrolló una teoría de enfermedad a la que llamó *Ortopatía*. En dicha teoría, la enfermedad es una unidad y, en sus diversas formas de fiebre, inflamación, tos, etc., es totalmente fiel a las leyes de la vida, además de una "acción correcta" del organismo.

Creando en la capacidad de autocuración del organismo recomienda el descanso, el ayuno, la dieta, el aire puro, y otros factores higiénicos o higienistas.

Para Jennings, la enfermedad no es lo contrario de la salud sino un estado de menor salud. *"La falta de energía vital es la razón genérica inmediata por la que aparecen los trastornos de cualquier tipo en el organismo humano"*.

Como causas de este agotamiento de la energía vital, Jennings menciona el esfuerzo excesivo, los errores dietéticos, el té, el café y el alcohol, los excesos sexuales, insuficiente descanso y sueño, tensiones emocionales y estrés, etc.

El uso profesional del ayuno ante la enfermedad en los EEUU comienza en 1822, con Isaac Jennings. En 1830 Graham comienza a recomendar también el ayuno.

Sylvester Graham (1794-1851). Tuvo una delicada salud en la niñez, llegó después a ser un predicador de la Iglesia Presbiteriana, y a consecuencia de ello se interesó en la reforma de la moderación o (templanza). En 1825 se dio a conocer como incondicional de la Higiene Natural y de la reforma de la vida. De manera atrevida afirmó que la forma de vida correcta es más importante para la salud que cualquier centro médico o los medicamentos.

Graham comenzó a dar conferencias con gran asistencia de gente y se publicaron libros y revistas explicando el sistema Graham. Se abrieron hospedajes con comida Graham y restaurantes Graham. En la ciudad de Boston, una organización de seguidores de Graham abrieron la primera tienda de alimentos dietéticos en el mundo. Aún hoy en día se consume el pan Graham.

El historiador médico, Richard Harrison Shyrock, dice: *"el trabajo de Graham era realmente científico en el sentido que incluyó la fisiología actual, así como también la higiene. Siempre había argumentado que la higiene debe apoyarse en las bases racionales de los principios de la fisiología"*.

Fue un gran partidario de la enseñanza popular de la fisiología, y sus seguidores fueron quizás los primeros en insistir para que fuera introducida en las escuelas públicas. Graham fue también partidario de una educación de los jóvenes en la higiene sexual.

Su gran obra fue *"The Science of Human Life"*, publicada en 1843, en la que dedica dos capítulos a las facultades mentales y morales del hombre y uno a las reglas generales de higiene. Los diferentes capítulos se dedican a cuestiones de dieta y reforma alimentaria, en los que Graham elabora sus argumentos a favor del vegetarianismo, e incluso de la dieta frugívora. El fue, de hecho, uno de los primeros en mostrar la base científica en la que se basa la dieta frugívora. Los temas desarrollados en dicha obra cubren temas tales como la regularidad en el comer, la masticación completa, la cocina higiénica o higienista (con críticas a la sal, a los condimentos y especias, té, café, alcohol, etc.), la fisiología del hambre, la cantidad necesaria de alimentos para mantener la vida, los peligros de los excesos, el ayuno, el sueño, aire, baños, ejercicio, y una serie de críticas a la medicación ortodoxa.

Graham recalcó que las llamadas "enfermedades epidémicas" podrían invariablemente ser evitadas por aquellos que adoptan un modo de vida y dieta reformada. Y escribe

“...deberíamos decir de forma resuelta que los seres humanos, casi de forma universal, consideran la salud y la enfermedad como cosas que entran en sus cuerpos con tan poca conexión con sus hábitos y acciones voluntarias propias que creen que nada de lo que puedan hacer puede prevenir la enfermedad, ni cambiar el momento o la virulencia de su ataque, y, de acuerdo a su educación, creen que es el efecto de una casualidad o del destino, o una aplicación directa y especial de algún poder dominante. La consecuencia es que se someten a la enfermedad como un elemento de su destino a la que no pueden oponer resistencia, o buscan remedios con los que aniquilarla, o expulsarla de sus cuerpos, como una sustancia o cosa independiente de la condición y acción de sus órganos.”

Russell Thacker Trall (1812-1877). Fue ayudante de Graham y tuvo el reconocimiento de parte de sus contemporáneos por ser quien descubrió los principios básicos de la Higiene y proporcionó la mayor parte de su filosofía. Trall fue quien que sistematizó la Higiene.

Se unió pronto a Graham en su movimiento a favor de una alimentación sana, recomendando la ingestión de vegetales y frutas, rechazando la carne, leche, huevos, pan blanco, vinos, narcóticos, etc. En su *Hydropathic Encyclopedia* (1851), Trall declaró que todos los vegetales y frutas frescas son antiescorbúticas.

Quizás la frase más conocida de Trall ante la enfermedad es: “No hacer nada...pero inteligentemente”.

En el año 1844 abrió en la Ciudad de Nueva York un centro “Water-cure”, el primero de los Estados Unidos. En 1847 fundó el *Hygienic Institute* de Nueva. En 1852 Trall fundó un “*Hydropathic and Physiological School*”, y tuvo la autorización para conceder el título médico. En esta escuela, estudiaron hombres y mujeres en condiciones de igualdad.

Criticando al sistema médico habitual en su tiempo dijo: “*The disease was drugged, the rheumatism was cured and the patient—killed*.” Se medicó la enfermedad, el reuma se curó y el paciente – fue muerto (se murió).

William A. Alcott. Nació en 1798. Enfermó y al no sentir mejoría con el tratamiento inició el sistema de ayuno (“*starvation system*”). Su salud mejoró a tal punto que pudo dar conferencias sobre Higiene y dejó muchos escritos.

Thomas Low Nichols (1815-1901). Tras oír una conferencia de Graham en 1832, Nichols, un joven estudiante de medicina, dejó sus estudios y se hizo periodista. Como durante su época, no era permitido estudiar medicina a las mujeres, y no había otras escuelas de salud, decidió completar sus estudios de medicina y conseguir el título para poder practicar y proteger a su mujer, Mary Gove, en su trabajo como higienista.

En el año 1851 Nichols y Mary Gove abrieron *The American Hydropathic Institute* en Nueva York, “una escuela médica para la instrucción de personas cualificadas de ambos sexos y en todas las ramas del conocimiento médico, incluyendo los principios y prácticas del “*Water-Cure*”, en enfermedades agudas y crónicas, cirugía y obstetricia”. Esta fue la primera escuela médica de esta clase en América y la primera escuela en el mundo sin-drogas (*drugless*). Aunque fue conocida con el nombre de “*Hydropathic Institute*” su enseñanza era Higienista.

James Caleb Jackson (1811-1895) nació en el año 1811. Enfermó y fue paciente de S.O. Gleason, un hidro-higienista de Nueva York. A partir de ahí colaboró con Gleason y abrieron un *Hygienic Institute*.

Charles E. Page (1840-1925). Recién terminó sus estudios conoció la línea Higienista, y escribió muchas colaboraciones en los diarios médicos de New England.

Otros destacados higienistas fueron **Robert Walter** (1841-1921) **Felix Oswald (1845-1906)**, **Harriet Austin** (1826-1891), asociado durante largo tiempo con Jackson, **Augusta Fairchild** graduada en la escuela de Trall. **Russel Trall Jr. (junior)**, **Helen y Emmet Densmore**. **Edward Hooker Dewey** profundizó e investigó mucho en el conocimiento del ayuno. **George H. Tylor** nació en 1821. Se especializó en el *Sistema Ling* o el *Movement Cure*, como era conocido y empleó la gimnasia en el tratamiento de las hernias, las “visceroptosis” y condiciones similares.

John H. Tilden (1851-1940). Tilden es conocido por haber establecido la relación entre el déficit de energía (*enervación*) y el acúmulo de sustancias de desecho tóxicas en el cuerpo (*toxemia*), y también la relación entre los hábitos de vida desequilibrantes y el agotamiento de las energías como origen de todo trastorno.

Todos los elementos del eje *enervación(agotamiento)-toxemia*, se encontraban ya en los inicios de la teorías higienistas sobre las causas de enfermedad, pero no habían sido sistematizadas y organizadas. Este trabajo lo hizo Tilden.

Cuidando animales vio que estando un día al lado del horno de cocinar, un gatito enfermo buscaba siempre el calor del horno, también se dio cuenta que las criaturas enfermas dejan de comer.

No le dejaron sacar el título de médico alópata por haber estudiado en una escuela de medicina no regularizada.

Al igual que Jennings comenzó a usar tabletas de azúcar a las que llamó *blank cartridges* como placebo. Continuó utilizándolas hasta que, en sus propias palabras, fue mentalmente evolucionando hasta darse cuenta que incluso las píldoras de azúcar eran perjudiciales y que además las personas creían que la mejoría era debido a la supuesta droga que estaban tomando. Tilden eliminó la práctica del placebo.

Aunque él mismo se refiere muy a menudo a su trabajo como la teoría de la *toxemia*, Tilden es higienista. Según la teoría de Tilden, la así llamada enfermedad es el resultado de la *toxemia* y la *toxemia* es la causa universal de la enfermedad.

Alrededor de él hubo un grupo de médicos y osteópatas, entre ellos **George E. Weger** y **Arthur Vos**.

Herbert M. Shelton (1895-1985) tomó contacto con la Higiene Natural o Vital a los 17 años. Llevó a cabo una gran recopilación de los estudios anteriores a él. Su primera enseñanza en el campo de la salud la obtuvo en el *International College of Drugless Physicians* en Chicago fundado por **Bernarr Macfadden** en 1920. En 1922 se graduó por el American School of Naturopathy, no tuvo titulación médica y fue muy crítico contra la actuación médica.

Shelton es actualmente el más renombrado de los higienistas dentro de la corriente conocida como Higiene Natural. Escribió multitud de libros de los que podemos destacar *Human Life: Its Philosophy and Laws*, y los 7 volúmenes que componen el *Hygienic System*. Publicó también la revista *Shelton`s Hygienic Review*.

A la hora de los estudios higienistas en la línea de la Higiene Natural o Higiene Vital, Shelton es referencia necesaria para cualquier profundización. Dejó escritos unos 40 libros. Siendo además una de las personas que más ayunos ha controlado.

Evolución de la Higiene Natural o Vital

En un principio no hubo una clara distinción entre la hidroterapia y la Higiene Natural. Cuando el año 1851, se publicó la *Hydropathic Enciclopedia*, se ofreció al público como “*un completo sistema de hidropatía e higiene práctica*”. En el año 1853 la institución de Trall se conoce como *Hydropathic e Hygienic Institute*. En una editorial de la publicación *Water-Cure Journal*, en marzo de 1856, bajo el título de *Hygeipathy*, Trall señaló que “*hidropatía o Water-cure es un nombre inapropiado para nuestro sistema de medicación Higienista que confunde a un gran número de personas...*”

En una editorial en *Water Cure Journal* en mayo de 1858, Trall distingue “*entre el tratamiento con agua y el tratamiento higienista*”

En una editorial de 1858, Trall “*apoya un sistema estrictamente higienista del arte de curación*”, y dice que su “*publicación está dedicada a la causa de una educación universal de la salud...*”

Un librito sobre los *Principles of Hygeio-Therapy* fue publicado por Trall en 1860. En abril de 1862 publicó un llamamiento para la formación de una *National Hygienic Association*.

La mujer en la Higiene Natural o Higiene Vital

Los estudios de medicina y su práctica estaban vedados por aquel entonces a la mujer. Ocurría lo mismo, tanto en la escuela alopática como en la homeopática, fisio-médica y ecléctica, y en todas las escuelas de medicina en los EEUU. La nueva escuela, representada por la escuela

establecida por Nichols y la establecida por Trall admitieron a las mujeres y no dudaron en graduar a las mujeres con el grado de doctor en medicina.

Mary Gove es la primera mujer que se une a la corriente higienista, aunque no tiene título médico. **Harriet Austin**, hija adoptiva y colega de James C. Jackson, se graduó en el *American Physiological and Hydropathic College*. Austin fue una de las primeras mujeres en el mundo que recibieron el grado de doctor en medicina. Otras mujeres higienistas fueron **Susana Way Dodds** quien dejó muchos escritos y dio conferencias apoyando la corriente de la Higiene Natural, **Augusta Fairchild** y **Mary Dodds** quien fundó el Hygienic College of Physicians and Surgeons en San Luis.

EJERCICIO FÍSICO

Los beneficios del ejercicio físico habían sido observados en la antigüedad, particularmente por Galeno y los médicos de los gladiadores. En el renacimiento se habían publicado tratados médicos sobre las ventajas del ejercicio en la conservación de la salud y la cura de las enfermedades. Clínicos notables del Barroco recomendaban varias formas de ejercicio corporal entre sus medidas terapéuticas. El movimiento romántico a favor de la fisioterapia se inició con **Friedrich L. Jahn** (1778-1852) a quien se ha llamado padre de la gimnasia moderna. Jahn creó en 1814 un gimnasio el *Turnplatz* de Berlín (1816) en el que proponía un método de cultura física para los alemanes. La popularidad de la gimnasia alemana como técnica fisioterápica para mantener la salud y corregir algunos trastornos corporales influyó en el origen de la **gimnasia sueca**. Su creador fue el sueco **Pehr H. Ling** (1776-1839).

En España se ocupan de la gimnasia y de la educación física en general, **Félix González** en 1814, **Francisco de Aguilera**, en 1842 o **Francisco de Paula Abril** quien traduce el *Arte gimnástico médico...* (Madrid, 1845) de Girolamo Mercuriale (visto antes).

CONDICIONES DE VIDA

En la revolución industrial tiene lugar el hacinamiento en las ciudades, la población, las carencias higiénicas y las condiciones insalubres de la vivienda y el lugar del trabajo, los barrios mal urbanizados, las largas jornadas laborales, el trabajo infantil, además de un descenso continuo del salario y un aumento de la carestía de vida, la alienación de los trabajadores, el estrés, el alcoholismo. Estas personas además han sido desarraigados de sus lugares de nacimiento, han perdido sus propias raíces rurales o artesanales.

J. Loewe en 1822 compara la evolución anual del precio del trigo con la de mortalidad, y encuentra una relación directa entre la carestía del trigo y la tasa de mortalidad. Hay un aumento de la mortalidad infantil de las ciudades en relación al medio agrario. **Casper** destaca que los mil niños nacidos sobreviven hasta los 15 años, 584 en la clase trabajadora frente a 911 en la nobleza.

Aumenta la incidencia de tuberculosis y fueron muy frecuentes además las afecciones tíficas, la difteria, el cólera, etc. La difteria se extendió mucho en toda Europa entre 1856 y 1865, el tifus abdominal entre 1830 y 1837, la meningitis, la fiebre amarilla, la gripe y muy especialmente el cólera. A finales del siglo XIX, los enfermos de las clases altas formaban la clientela de los sanatorios de montaña que estaban en sus comienzos, y en ellos se utilizaban especialmente las "curas de aguas", "de reposo" y "climáticas". Bien distinta era la suerte del enfermo cuando pertenecía a las clases bajas, y sobre todo, al proletariado suburbano e industrial. Su paradero era el "hospital de beneficencia". Los enfermos de las clases medias eran atendidos llamando a domicilio a médicos que cobraban honorarios bajos y surgieron las asociaciones de ayuda mutua, en España las **Sociedades de Socorros Mutuos**, llamados popularmente de **médico, botica y entierro**. Todo menos el hospital cuya sola perspectiva inspiraba terror y profunda humillación a las clases medias del siglo pasado.

Con el manifiesto comunista de Marx y Engels en 1848 y el cambio de actividad del proletariado nace una nueva época.

FLORENCE NIGHTINGALE Y LA NUEVA ENFERMERÍA

Florence Nightingale (1823-1910) es la gran reformadora de la enfermería, con ella se inicia una nueva época de esta disciplina. Organizó las cocinas, atendió a los heridos en las salas

e impuso estrictas medidas de limpieza, de modo que aún antes de la era antiséptica, hizo descender en pocos meses una mortalidad en el cuarenta y dos por ciento de los heridos. En su libro *"Notas sobre Enfermería. Qué es y qué no es"* escribe: *"Cada día tiene mayor importancia el conocimiento de la higiene, el conocimiento de la enfermería, en otras palabras, el arte de mantener en estado de salud previniendo la enfermedad o la recuperación de ésta"*. Muchas de sus tesis se enmarcan dentro de la teoría de la Higiene Natural.

Para Florence Nightingale la enfermedad es un proceso reparador de la Naturaleza. Explica su teoría en **"La Naturaleza cura"**: *"Toda enfermedad, en algún momento de su curso, es más o menos un proceso reparador, no necesariamente acompañado de sufrimiento; un esfuerzo de la naturaleza para remediar un proceso de envenenamiento o deterioro que ha tenido lugar semanas, meses, algunas veces años antes, pasando inadvertido, ocurriendo la terminación de esa enfermedad determinada mientras se realizaba el proceso anterior"*.

"Al observar las enfermedades lo que más fuertemente llama la atención es que los síntomas o los sufrimientos generalmente considerados como inevitables e inherentes a la enfermedad, a menudo no son síntomas de la enfermedad en absoluto, sino algo muy diferente: la necesidad de aire fresco, o de luz, o de calor, o de tranquilidad, o de limpieza, o de puntualidad y cuidado en la administración de la dieta, de cada una de estas cosas o de todas ellas".

Conoce el gran valor del reposo en la curación: *"No permitir que un paciente sea despertado intencionada u ocasionalmente, es condición sine que non de toda buena enfermería"*. Y el factor anímico en la enfermedad y en la salud: *"Volúmenes se han escrito sobre la influencia del espíritu sobre el cuerpo, y es verdad. Pero me gustaría que se pensara un poco más en la influencia del cuerpo sobre el espíritu"*.

Aconseja orientar las camas hacia las ventanas para que los pacientes vean el paisaje y escribe sobre el papel positivo de las flores, de la lectura, de ocupaciones manuales voluntarias, etc.

CIRUGÍA

John Hilton (1807-1876), en Gran Bretaña, defendió que los síntomas eran reflejos orgánicos y que el mejor tratamiento en los síndromes quirúrgicos dolorosos era el reposo completo.

Ambroise Paré fue un innovador en muchos aspectos de la cirugía, pero su contribución más significativa fue la introducción del tratamiento *limpio y suave* de las heridas de arma de fuego. Al generalizarse el empleo de las armas de fuego se pensó que las balas arrastraban consigo pólvora y que ésta *envenenaba* las heridas. Para combatir el veneno, los cirujanos las abrían y vertían en ellas aceite hirviendo; aplicaban después emplastos para estimular la formación de pus, que las doctrinas galénicas consideraban favorable para depurar los humores. En su *"Voyages"*, Paré cuenta que un día de batalla con gran número de heridos se agotó la provisión de aceite, por lo que tuvo que arriesgarse a tratar a parte de ellos tan sólo con un apósito suave. *Por la noche no pude dormir tranquilo –afirma– pensando que encontraría muertos o envenenados a los heridos en que dejé de emplear dicho aceite*. La realidad fue bien distinta, ya que éstos se encontraban bastante bien, mientras que los tratados al modo tradicional tenían fiebre, dolor e inflamación en torno a sus heridas.

OBSTETRICIA

El primero en asociar la fiebre puerperal con las maniobras exploratorias y obstétricas del médico y las comadronas, así como señalar medidas prácticas para evitar el contagio infeccioso fue **Oliver Wendell Holmes** (1809-1894), nacido en Cambridge, Massachusetts. Sugirió que los médicos no deberían atender partos si habían hecho autopsias de casos de fiebre puerperal, y recomendó además la limpieza de las manos con solución de hipoclorito cálcico y el cambio de ropa para evitar el contagio de las parturientas.

Philipp Semmelweis (1818-1865). Semmelweis fue nombrado en 1846 médico de la primera clínica universitaria de Viena, donde los estudiantes de medicina hacían la práctica clínica y encontró que existía una mortalidad, por fiebre puerperal, en las parturientas del 13,10 por ciento, mientras que en la segunda clínica del mismo hospital utilizada para enseñanza de las comadronas, la mortalidad era tan sólo del 2,03 por ciento.

Demostró que la causa estaba en el material putrefacto de las manos de los estudiantes, que a veces asistían los partos a veces tras disecar cadáveres en el pabellón de anatomía. Obligó a que los alumnos y personal sanitario se lavaran con solución de hipoclorito cálcico y al cabo de un mes la mortalidad por fiebre puerperal en la primera clínica descendió del 12,24 al 2,38 por ciento.

POSITIVISMO

El positivismo se desarrolla entre 1848 y 1914.

Aparece un nuevo santuario para la medicina "el laboratorio". El laboratorio de análisis y el de experimentación. Aparece la mentalidad conocida como "**científica natural**". Se lleva a cabo la observación de los procesos, se establecen las relaciones entre los procesos, y las medidas de los resultados, y sobre ello se extrae una ley de la Naturaleza. Al principio de esta nueva etapa de la historia crece la inclinación hacia lo concreto y observable, se desconfiaba de la "especulación" y se trata de atenerse a los hechos.

El creador y difusor del positivismo es Augusto Comte (1798-1857). Para Comte el positivismo se basa en renunciar a conocer las causas íntimas de los fenómenos y el origen, destino del universo, y dedicarse a descubrir sus leyes efectivas por relaciones de sucesión y semejanza. Se desarrolla una "**fe en la ciencia**" y en el positivismo se busca **hechos y leyes**. Hechos que se asocian unos con otros, pero donde no cabe lo subjetivo.

Se intenta medir los procesos en biología y fisiología. Con la misma exactitud que en la física. Mediante la medición cuantitativa. Las capacidades de las funciones orgánicas pueden ser medidas. Para medir los procesos fisiológicos se "necesita" la experimentación animal, con instrumentos y aparatos nuevos. Se llevó a cabo la vivisección, con los consecuentes partidarios y detractores.

Es preciso descomponer los procesos en sus partes, analizar e investigar las causas en los fragmentos.

El último tercio del siglo XIX se fundamenta en el capitalismo y la lucha frente al movimiento obrero. A partir de 1848 surge una conciencia de clase en el proletariado.

En el comienzo del siglo XX predomina la fase **materialista** donde se excluye toda inquietud espiritual. Darwin hace "posible" entender el mundo sin la intervención de un creador. Surge la idea evolucionista de Darwin (1809-1882), el sentido de la lucha por la vida o la selección de los más aptos.. Antes que él, **Lamarck**, hace hincapié en la importancia del ambiente y en la herencia de los caracteres adquiridos.

Aumenta la repercusión de las ideas de Marx y Engels.

Al mismo tiempo hay autores que hacen una exaltación de la vida por encima de la razón: **Eduard Van Hartmann, Nietzsche y Dilthey**.

Henri Bergson (1859-1941) afirma el valor de la intuición y mantiene además una concepción **neovitalista** en la que el cuerpo está regido por el "*élan vital*" o principio no conocible que dirige los fenómenos físicos.

FISIOLOGÍA

En esta época hay un gran auge de la fisiología.

Iwan Michajlowitsch Setschenoff (1829-1905). En su libro *Los reflejos del cerebro* (1863) quería demostrar la estrecha relación existente entre los fenómenos anímicos y las funciones del sistema nervioso, especialmente como reflejos externamente provocados. El libro despertó violentas críticas y fue confiscado. Pavlov le considera el padre de la fisiología rusa.

Iwan Petrowitsch Pavlov (1849-1936) demostró la relación entre señales acústicas o luminosas unida a la administración de alimento y la secreción de las glándulas salivares, que denominó "*reflejos condicionados*".

Carl F. W. Ludwig (1816-1895) es el más conocido de los fisiólogos alemanes. Indica Schöer, que la obra de Ludwig se orientó a explicar los fenómenos biológicos en términos mecánicos, según leyes fisicoquímicas, con absoluto desprecio del vitalismo y la filosofía natural. **Ernst W. von Brücke** (1819-1892), al igual que Ludwig, estudió los fenómenos biológicos según las leyes fisico-químicas excluyendo el vitalismo. Son representantes del **positivismo** y del **materialismo**.

Jacob Moleschott (1822-1893) descarta el vitalismo, mantiene que la vida es un magnífico proceso metabólico y que el pensamiento no es más que el resultado de la actividad cerebral.

Ideas como éstas abren las puertas al actual concepto **mecanicista-materialista** del ser humano, su salud y su vida.

Uno de los máximos representantes de la fisiología y de esta nueva etapa en general es Claude Bernard.

CLAUDE BERNARD

Claude Bernard (1813-1878) es uno de los máximos representantes de esta nueva etapa. El organismo es para C. Bernard una unidad, un todo integrado. Hay una fuerza vital (*force vitale*) en el organismo. Todo transcurre en un medio constante y concibió la idea del *milieu interieur* (*homeostasis*) expresada en 1857 sobre los mecanismos reguladores que mantienen estables las condiciones internas precisas para la vida orgánica. Esta idea surgió de la observación de que el agua es la base de todas las funciones.

Contrapone la medicina experimental a la medicina basada en la observación (empirismo). Es partidario de la experimentación animal.

Claude Bernard, según Hanna Kamieniecki, se pregunta si la enfermedad *"no sería un intento de curar"*.

"El médico - escribió - se ve con frecuencia obligado a tener en cuenta en sus tratamientos eso que llaman influencia de lo moral sobre lo físico, y por consiguiente, ... una multitud de consideraciones que nada tienen que ver con la ciencia."

"Cuando el hecho que encontramos está en oposición con una teoría dominante, hay que aceptar el hecho y abandonar la teoría, aún cuando esta última, sostenida por grandes hombres, sea generalmente aceptada."

PSICOLOGÍA

Para algunos materialistas de la psicología (**Vost, Moleschott, Buchner**) el pensamiento no era sino una actividad especial de la materia. Para **Jacques Loeb** (1859-1924) sólo hay procesos Físico-químicos que regulan la conducta de manera automática.

John Broahns Watson en 1915 da lugar al inicio del **"Conductismo"** o "ciencia" objetiva. Hay un rechazo de la introspección. Una parte de la psicología objetiva derivó en el Conductismo que se originó en los laboratorios de psicología animal. En esta corriente de psicología la experiencia interior no tiene mucha cabida. Se elimina la conciencia. La asociación de ideas es sustituida por la asociación estímulo-respuesta. Surge un análisis y la modificación del comportamiento social.

En esta época hay una dualidad entre la psicología muy unida a la experiencia interior (**psicoanálisis**) y otra objetiva y más positivista (**conductismo**). El psicoanálisis lo veremos más adelante.

Para **Gustavo Teodoro Fechner** (1801-1887) lo psíquico no está separado de lo material.

Según **Johannes Muller** (1801-1858) la cualidad de una sensación no depende de la clase de energía que estimula los sentidos, sino de la clase de sentido que se excita.

Jean Martin Charcot (1825-1893) estudió las enfermedades nerviosas orgánicas. Investigó la histeria y se interesó por el hipnotismo. Demostró el origen psíquico de la histeria. Consiguió demostrar el origen psíquico de las "parálisis histerotraumáticas. Sobre estos estudios se basó posteriormente Freud. Se comenzó a tener en cuenta las causas psíquicas en las enfermedades

Moriz Benedikt (1835-1920) desde 1867 realizó los ensayos hipnóticos de la histeria y **Josef Brener** (1842-1925) se dedicó a la terapia por sugestión.

Otto Kahler (1849-1893) fue un iniciador de la medicina psicósomática.

Adolf Küssmaul (1822-1902) fue uno de los primeros estudiosos de la psicología del recién nacido, problema al que dedicó un escrito en el año 1859.

PSIQUIATRIA

Philippe Pinel, como ya hemos visto, es uno de los iniciadores de la reforma asistencial de la psiquiatría. Pinel ve la enfermedad como una "reacción vital".

Tras los pasos de Philippe Pinel, en la terapia se utilizó el *tratamiento moral*. Junto con el trabajo y el trato humanitario de los "enfermos" se incluía una "*manipulación*" del estado de ánimo mediante técnicas diversas (desde la música al empleo de la amenaza). Pinel y su discípulo **Jean Etienne Dominique Esquirol** (1772-1840) aceptan a las pasiones como posibles agentes determinantes de la alteración mental.

Hay dos corrientes contrapuestas que se estructuran en esta época: Una es la orientación **psicológica** que acepta y da importancia a los factores morales, la otra es la **somaticista** en la que los síntomas psicológicos son concebidos como expresión de la alteración nerviosa.

Antoine Laurent Bayle (1799-1858). El trastorno psicológico y el corporal están unidos clínicamente, y tienen la misma causa dependiendo de una inflamación de las meninges a la que él llamó aracnoiditis crónica. A partir de él se comenzó a buscar la relación causal de una lesión física que explicara el trastorno mental.

Para algunos autores **Calmiel, Georget, Voisin...** de orientación *somaticista*, los síntomas eran concebidos como expresión directa de la alteración nerviosa.

PATOLOGÍA.

Predomina la medicina del laboratorio como le ha llamado Ackerknecht, domina la investigación. A veces el laboratorio estaba unido al hospital (clínica) y a la sala de autopsias (análisis anatomopatológico) y otras veces estaba aislado y fuera de estas dos. El laboratorio aumenta en importancia con la bacteriología y la inmunología.

Rudolf Virchow (1821-1902) dio lugar a la teoría celular "*Omnis cellula e cellula*". Sus tesis central es la concepción celular del organismo y de sus enfermedades, la célula es el componente básico del organismo. Aunque esta idea es anterior, con Virchow la histología pasa a un primer plano. La **anatomía patológica microscópica** es la base de la ciencia acerca de la enfermedad.

Virchow fue la figura más distinguida de la medicina positivista alemana, como patólogo, higienista, antropólogo y político. Concibió el cuerpo como una sociedad formada por células. Con él surge la **teoría celular**.

En esta época se explican las enfermedades desde los recursos de la física y la química. Unos a través de la recogida de datos clínicos, otros a partir de la investigación en el laboratorio. La patología aprovecha en un principio los resultados de las investigaciones fisiológicas para luego basarse en el experimento patológico.

MICROBIOLOGIA

Desde la antigüedad diversos autores habían citado la hipótesis de que determinadas enfermedades contagiosas eran causadas por organismos vivientes (de ahí proviene el nombre de *contagium vivum*). Esta hipótesis sería adoptada por **Fracastoro** respecto a la sífilis en el siglo XVI, por **A. Kircher** para la peste en el siglo XVIII, por **Cogrossi** en relación a la peste bovina, por **B. Marten** para la tuberculosis y otros.

Casimir Joseph Davaine (1812-1882) habla de pequeños cuerpos o microorganismos, bacterias causantes de enfermedad.

Luis Pasteur (1822) propone las bases de la bacteriología y estudia las vacunas. Es el fundador de la inmunoterapia moderna. **Robert Koch** (1843-1910) continúa en esta línea. Pasteur y Koch construyen una teoría de la enfermedad infecciosa. Correlación del agente patógeno con la enfermedad causada.

Joseph Lister (1817-1912) recomendó el uso de apósitos fénicos para destruir los gérmenes de las heridas. Luego preconizó las pulverizaciones de ácido fénico sobre el campo operatorio.

Alexander Fleming (1881-1955) descubrió de la penicilina.

Henry C. Bastian (1837-1915) se enfrentó a Pasteur, por haber mantenido Bastian que aparecían gérmenes en la orina hervida, alcalinizada con potasa e incubada en aire estéril. A la vez que la abiogénesis, Bastian postulaba la arqueobiosis de los seres vivos procedentes de materia inorgánica, y la heterogénesis como intercambio de las formas vegetales y animales primitivas de la vida, que expuso en "*The origin of life*". (1911).

AUTORES DE LA FILOSOFÍA NATURAL O NATURPHILOSOPHIE

En la segunda mitad del siglo XIX quedan aún algunos autores de la filosofía natural. **Christian Heinroth** (1753-1843) define a la enfermedad mental como enfermedad del alma y consecuencia del pecado. Anticipa reflexiones que luego serán utilizadas en el Psicoanálisis: concepción de la enfermedad psíquica como resultante de un conflicto interno entre el egoísmo y la conciencia del hombre. Divide en sectores la vida psíquica como después lo hizo Freud y habla de una confrontación o choque entre los distintos niveles (instintos, ego, conciencia) como causa de conflicto y, en su caso del "pecado".

Friedrich Groos (1768-1852) y **Karl Wilhelm Ideler** (1795-1860) conciben al organismo humano como unidad psicobiológica que les permite explicar la enfermedad como expresión o consecuencia de una perturbación del funcionalismo global de la personalidad. Como mecanismos productores de esa alteración expone nociones similares a las actuales: conflicto emocional, represión, conflicto moral, sentimientos de culpabilidad, etc.

MEDICINA Y SOCIEDAD DURANTE EL ROMANTICISMO Y EL POSITIVISMO

La enfermedad que más contribuye a la mortalidad de las clases proletarias en esta época es la **tuberculosis**, y las otras **enfermedades infecciosas** se reducen debido a las medidas sanitarias preventivas colectivas.

Además tiene lugar desde la segunda mitad del siglo XIX una mejoría de la nutrición de la población. Todo ello hace reducir las enfermedades infecciosas.

El origen de la higiene pública tiene lugar con **Johann Peter Frank** (1745-1821) y el llamado **Sanitary movement** británico. **Edwin Chadwick** (1800-1890) estudió los diferentes grados de salud en las distintas ocupaciones y profesiones, introdujo la estadística en la higiene y la convirtió en ciencia.

En el discurso de Johann Peter Frank titulado *De populorum miseria morborum genitrice* (*Sobre la miseria de los pueblos como madre de las enfermedades*, 1.790, éste afirmó que *el rico y el pobre tienen padecimiento peculiares... debido a que cada clase social sufre las enfermedades determinadas por su diferente modo de vivir* y ofreció una descripción de las condiciones de vida que *originan las enfermedades propias de los pobres*.

René Villermé (1.782 - 1.863) demostró la desigualdad socioeconómica ante la enfermedad y la muerte, convirtió las cifras de mortalidad y natalidad en indicadores de nivel de vida y, sobre todo, analizó el mecanismo de actuación de las causas sociales en las enfermedades. Desmintió, por ejemplo, que la insalubridad de los locales en los que trabajaba el proletariado industrial bastara para explicar *enfermedades que están principalmente producidas por el trabajo excesivo, la falta de descanso y asistencia, la comida inadecuada de mala calidad; y los hábitos de imprevisión y alcoholism, y el hecho de vivir, en una palabra, con salarios por debajo de las necesidades reales*.

La obra de Villermé y otros estudios franceses de estos años de parecida orientación influyeron directamente en la actividad juvenil de **Rudolf Virchow** (1821-1902) , autor de la teoría celular, en torno a problemas médico-sociales. Defendió que la salud humana es un asunto de interés social directo, y que las condiciones sociales y económicas deben ser analizadas científicamente como causas de enfermedad. En 1859 Virchow fue elegido miembro del consejo de la Ciudad de Berlín y con la ayuda de su cuñado, el alcalde K. T. Seydel, mejoró el suministro de agua y el alcantarillado de la ciudad. Virchow impulsó la higiene escolar, los servicios sanitarios en las ciudades, la construcción de hospitales y el derecho de los ciudadanos a la salud. Según Francisco Guerra, "A veces obstinado en sus opiniones e inclusive dogmático, luchó sin embargo con energía y sinceridad a favor de los humildes y contribuyó a mejorar sus condiciones de vida".

Rudolf Virchow, **Solomon Neumann** (1819-1908) y **Rudolf Leubuscher** (1821-1861) defendían la influencia de las condiciones económicas y sociales en los estados de salud y enfermedad. Virchow y Leubuscher proclaman el derecho al trabajo, la necesidad de un programa de higiene industrial, que conllevará una prohibición de trabajo a los menores de 14 años y una reducción del horario laboral

En España destacan **Ignacio María Ruiz de Luzuriaga** (1736-1822) influido por el *Sanitary movement* y **Mateo Seoane Sobral** (1791-1870) y sobre todo **Pedro Felipe Monlau** (1808-1871), aunque no se tomaron medidas reformistas debido a la situación política. **Méndez Alvaro** (1806-1883) nacido en Pajares, Avila, fue el responsable de la gran reforma hospitalaria e higiénica en España.

Max von Pettenkofer (1818-1901) convirtió la higiene pública en higiene experimental. Aplicó los recursos de investigación y laboratorio a los problemas de higiene pública, llevando a cabo estudios monográficos sobre higiene de la alimentación, el vestido, la ventilación, el abastecimiento de aguas y alcantarillado, etc. Fue un adelantado en el estudio económico de la enfermedad y de la justificación de los gastos de higiene pública.

Pettenkofer mantuvo frente a Koch la importancia de otros factores aparte del microbio en la producción de epidemias, y para demostrar sus puntos de vista llegó a ingerir con sus colaboradores cultivos puros de vibrión cólico sin sufrir la enfermedad.

En Francia se edita la primera revista de higiene en el año 1829.

Alfred Grotjahn (1869-1931), estudió las condiciones sociales que crean o favorecen predisposiciones patológicas, que son vehículos de factores patógenos o que influyen en el desarrollo de las enfermedades. Grotjahn insistió en que la higiene pública no podía limitarse al análisis de los fenómenos físicos, químicos y biológicos con los recursos de las ciencias de la naturaleza, sino que debía aprovecharse los de las ciencias sociales para <<estudiar también detenidamente las repercusiones de las condiciones económicas y culturales y del ambiente social en el que los hombres nacen, viven, trabajan y disfrutan, se reproducen y mueren.

Max Rubner (1854-1932) de Munich, llevó a cabo importantes estudios sobre la nutrición del pueblo alemán durante la guerra Europea (1914-1918) y denunció el hambre, la falta de higiene y la enfermedad como los enemigos de la humanidad (1932).

Según **P. Faus**, la mortalidad del cólera afectó especialmente a los grupos humanos de bajo nivel económico, a los que les imponían una vida insalubre y privada de recursos para huir de las zonas más afectadas.

Gregoris Antonovich Zaharin (1829-1897), puso énfasis en señalar la relación entre el enfermo y su medio ambiente tanto en salud como en enfermedad. Fueron importantes las contribuciones rusas a la higiene.

La primera publicación médica en el Salvador, se debe a **José María Vides** (1826-1907), licenciado en medicina en Guatemala en 1852 con una tesis sobre el agua, misma que publicó con el título Higiene. Breve tratado del Agua.

Medicina laboral

En esta época aparecen un gran número de estudios sobre las **enfermedades laborales**: Las enfermedades de los mineros, las intoxicaciones fosfóricas en las fábricas de cerillas, los tóxicos utilizados en la industria textil, etc...

Dentro de la *Medicina laboral*, el primer gran tratado sistemático fue publicado en 1700 por el italiano **Bernardino Ramazzini** (1633-1714), donde ofrece una detallada descripción de las causas de las enfermedades ocupacionales. Incluyendo la tisis de los mineros, el vértigo y ciática de los alfareros y varias otras; previamente Paracelsus había mencionado las enfermedades de los mineros. Durante las primeras décadas del siglo XIX aparecieron varias monografías de medicina laboral, entre las que sobresale la del británico **C. Turner Thakrah** (1813).

NUTRICIÓN

Christiaan Eijkman (1858-1930) confirmó experimentalmente que la polineuritis del beri-beri dependía del consumo de arroz sin cascarilla. Recibió en 1929 el premio Nobel por haber reproducido por vez primera una enfermedad originada en deficiencias dietéticas. Otra demostración más del carácter preventivo de una correcta alimentación.

Elie Metchnikoff (1854-1916). En 1905 Metchnikoff recibió el premio Nobel y comenzó a interesarse por la longevidad y el efecto nocivo de las putrefacciones intestinales, frente a las que recomendó la alimentación con yogur.

Friedrich von Müller (1858-1941) Durante la 1ª guerra Mundial observó que tanto el hambre como la obesidad disminuían la actividad de las gónadas y que el hambre hace

desaparecer la gota. Apuntó además que las deficiencias en la alimentación de algunos minerales, como calcio, magnesio, hierro y yodo eran tan importantes como las carencias vitamínicas.

OTROS MÉDICOS

Durante el positivismo, al igual que en todas las épocas, hay médicos que se salen de la ortodoxia dominante como es el caso de **Theodor Reichs** (1813-1885). Para él *"el objetivo de la clínica no se encuentra en los fenómenos morbosos aislados o por agrupaciones más o menos artificiales, sino en el individuo enfermo en su totalidad"* concibe todas las enfermedades renales como bases sucesivas de una misma enfermedad que comenzando con la hipertermia, ofrece primero una etapa exudativa para terminar en un estado atrófico.

Alexis Carrel (1873-1944) trabaja con cultivos celulares y ve que las células forman sustancias de desecho que eliminan hacia el caldo de cultivo. Si dejamos que estas sustancias de desecho se vayan acumulando "intoxican" a las propias células, que acabarán muriendo. Si "retiramos" las sustancias de desecho, las células pueden vivir "casi" indefinitivamente.

Carl von Noorden (1858-1944) es conocido como el fundador de la moderna patología de la nutrición y del metabolismo. Escribe sobre la obesidad (1900). Comenzó a aplicar la dieta en todas las enfermedades. Proclamo la individualidad de la personalidad del paciente. Sus prescripciones dietéticas se pueden calificar como neohipocráticas.

Christian Eijkman (1858-1930) en 1826 descubrió la relación entre el beri-beri y el arroz descascarillado y desprovistos de vitaminas. Otra prueba más del factor de la desnaturalización de los alimentos en la aparición de la enfermedad.

William Osler (1849-1919) el gran clínico, se da cuenta de la unidad psicocorporal y solía decir que la suerte de un tuberculoso dependía más de lo que tenía en la cabeza que de lo que tenía en sus pulmones. Laín repite la sugerencia de William Osler a sus alumnos de que, para aumentar el peso de una víctima del cáncer, conviene que le trate un médico optimista. El nos dice: *"Los órganos lloran las lágrimas que los ojos se niegan a derramar."*

LA MEDICINA ACTUAL

La época actual abarca desde 1941 hasta ahora y es la de la tecnificación ("aparatos"); de la colectivización de la medicina, cada persona tiene derecho a recibir atención sanitaria, desapareciendo la idea de la beneficencia médica para los más pobres.

El médico ha perdido su aureola y se ha convertido en un funcionario sin tiempo para atender suficientemente a la persona enferma.

La técnica ha enfriado el contacto del médico con el enfermo y gran parte del diagnóstico se basa en pruebas, análisis, R (X), TAC... El médico ya no es tanto el "médico medicamento" de Balint.

Desde los escritos hipocráticos, pasando por las *"sex res non naturales"* del galenismo latinizado, la atribución de un papel etiopatológico a la vida social -- profesión y trabajo, alimentación, familia, etc. ha sido constante.

Pero en la época actual "hay" dos causas importantes de enfermedad: la infección (el microbio) y la genética.

Inevitablemente hay autores heterodoxos que dan un significado más profundo al dinamismo salud-enfermedad, y que no se quedan solamente en acusar a los microbios o a la herencia como causas de enfermedad.

PRINCIPALES TEORIAS DEL SIGLO XX, SEGÚN LAÍN ENTRALGO

a) **Teorías neovitalistas.** El organismo no sólo son procesos físico-químicos, hay un principio no conocible que dirige los fenómenos: *"entelequia"* de Driesch, el *"élan vital"* de Bergson, el *holismo* de Smuts, la idea *"órgano formadora"* de Vignon.

b) **Neolamarckismo**. Considera la acción modeladora de los factores ambientales como agentes primordiales de evolución. Concediendo tan sólo a la selección una función subordinada. Sostiene la capacidad de transmitir los caracteres somáticos adquiridos.

c) **El neodarwinismo mutacionista**. El proceso básico de los cambios evolutivos está constituido por mutaciones discontinuas imprevisibles en los genes. Sobre estas mutaciones fortuitas actúa la selección natural.

GENÉTICA

Johann Mendel (1822-1884) formula las bases de la genética, la más joven de las ciencias. Gran parte de la medicina actual y la del futuro próximo se basa en la genética y en la ingeniería genética en el tratamiento de la enfermedad.

Actualmente se lleva a cabo un estudio del código genético (**proyecto genoma**) que puede dar lugar a menos métodos de control sobre la población y la explotación de la información del propio organismo (creación de patentes biológicas).

PSICOLOGÍA Y PSIQUIATRÍA

Las tendencias principales de la **psicología en el siglo XX** son: el estructuralismo de Wundt, funcionalismo de James, Teoría de la Gestalt de Wertheimer, fenomenología de Husserl, psicología comprensiva de Dilthey, reflexología de Pavlov, conductismo de Watson y psicoanálisis de Freud.

PSICOANÁLISIS Y AFINES

Sigmund Freud (1856-) descubrió la rigurosa necesidad del diálogo con el paciente, tanto para el buen diagnóstico como para el buen tratamiento. Descubrió también el valor diagnóstico y terapéutico del componente instintivo de la vida humana. Una decisiva aportación al conocimiento - por lo demás tan antigua, - de la influencia de la vida anímica sobre las funciones y los movimientos del cuerpo. Para **Berreen** y para **Freud**, la subjetividad del paciente - el "quién" de éste, no sólo "lo que" este es - interviene de manera decisiva en la configuración del cuadro psicológico.

Basa el estudio de la psicología en el conocimiento de las estructuras del *Ello*. *Yo*. *Super -Yo*. El ello busca la satisfacción de las necesidades innatas. El Super-Yo tiene como función principal la restricción de las satisfacciones. Perpetúa la influencia de los padres. El Yo esta dominado por la consideración de seguridad, autoconservación. Hay una dialéctica entre estas tres estructuras.

Estudia las capas del *Consciente* e *Inconsciente*. De los instintos de *Eros* y *Thánatos*.

Divide las fases del desarrollo psicológico en : *fase oral*, *sádico-anal* (aparición de los dientes, impulsos sádicos, satisfacción en las agresiones y en las funciones excretoras; *fase fálica*; y en la pubertad se alcanza la organización completa o *fase genital*.

Investiga los mecanismos de defensa del Yo o psicógenos de las neurosis. Los principales mecanismos de defensa son nueve: reactiva, aislamiento, anulación, proyección, represión, regresión, formación, introyección, vuelta contra sí mismo y transformación.

Descubre el *Complejo de Edipo*.

Alfred Adler (1870- 1937). Las inferioridades orgánicas desencadenan una compensación, no sólo biológica, sino también "psicológica". El psiquismo se rige por la superación o compensación de las minusvalías. Cuando la compensación fracasa surge la neurosis. La voluntad de poder y la sociedad competitiva hacen concienciar la propia inferioridad de un modo exagerado, provocando una compensación agresiva, anómala, que llamó "*protesta masculina*" (complejo de superioridad). La terapia consiste en un estímulo y fortalecimiento de la "*buena voluntad*" o "*sentimiento comunitario*" frente a la "*voluntad de poder*". Para Adler solo en el amor a sus semejantes puede el hombre encontrar la salud. El criterio de normalidad viene dado por el interés por el trabajo, el amor a los semejantes y el cumplimiento pleno de las obligaciones sociales y comunitarias.

G. C. Jung (1876-1961) ... Diferencia dos tipos psicológicos : *introvertido* y *extrovertido*. Profundiza en el inconsciente. El inconsciente colectivo, bajo el inconsciente individual. Estudia los mitos y leyendas primitivas. La mente contiene "*material mental arcaico*". Estudia los *arquetipos*: la "*sombra*" y la dualidad "*animus-anima*". *El sí mismo (Self)* es el centro

del ser humano. En la asimilación individual de estos arquetipos del inconsciente colectivo consiste el "*proceso de individuación*", que es también el proceso de la salud y la autenticidad humanas. Jung cree que las personas poseen un "*instinto vital*" que anhela la autorrealización.

Hay una orientación psicósomática de algunas enfermedades orgánicas con **Groddeck** (1918), **Ferenczi** y **F. Deutsch** (1922).

Según **Groddeck** "Siempre que el "ello" no llega a la satisfacción libidinal en razón de una censura muy severa, se manifiesta bajo la forma de un sueño, o bajo la forma de un síntoma. Si por medio del síntoma, el "ello" llega a la satisfacción del síntoma, desaparece. Si la aparición del síntoma no aporta ninguna modificación, ninguna satisfacción incluso parcial a la pulsión inconsciente reprimida, el síntoma se repite en una compulsión de repetición hasta la aparición de una enfermedad invalidante pudiendo incluso llevar a la muerte. La enfermedad para Groddeck es una creación del "ello", persigue un fin. A nivel profundo constituye un mal menor, un evitar de algunos "males" bien más terribles.

"Cuanto más tiempo trato con el enfermo, tanto más arraiga en mí el convencimiento de que el médico puede influir infinitamente poco en la curación del enfermo, de que el enfermo se cura a sí mismo y de que el mismo médico, también el psicoanalista, solamente tiene la tarea de descubrir de que artimañas se vale momentáneamente el Ello (inconsciente) del enfermo para poder seguir privado de salud".

Sandor Ferenczi (1.873 - 1.933) Considera, al igual que **G. Groddeck** (1.866 - 1.934), que la enfermedad orgánica podría ser una defensa contra sensibilidades inconscientes (las pato-neurosis, 1.917). **Frantz Alexander**, (1891-1964), y otros autores de la **Escuela de Chicago**, centran sus esfuerzos en establecer correspondencia entre las enfermedades y la personalidad, entre ciertas respuestas psicológicas a las emociones y los trastornos físicos que pueden aparecer.

Luego continúa con esta línea la **Escuela de París**, cuyo representante máximo es **Pierre Marty** (1.918 - 1.993). El médico busca un factor patógeno exterior al cuerpo. La psicósomática postula que el factor más importante es la participación del sujeto. el mismo, en la eclosión de la enfermedad.

Podríamos distinguir tres ramas del psicoanálisis: La **orientación psicoanalítica**, la **psicósomática psicoanalítica**, y la **antropología psicoanalítica**.

PSICOLOGÍA ORGANICISTA

Hoy en día la psiquiatría lleva en gran parte una línea **bioquímica** u **organicista**. Se aplica la **neurofisiología** a la clínica psiquiátrica. Se busca la organicidad de los trastornos psíquicos.

A partir de 1945 hay un auge de la investigación somática. Aparece la Psicocirugía con Antonio **C. Egas Moniz** (1874- 1955) en el año 1936 (lobotomía, leucotomía) y en los años 30 los tratamientos **shock** o choque. Con procedimientos físicos y cirugía se intenta "tratar" o "curar" a la persona con *trastornos* psicológicos. Surge la cura de insulina que produce una gran hipoglucemia, y el shock convulsivo por cardiazol. Y el electroshock, introducido en 1938.

Se investiga las alteraciones metabólicas en las alteraciones psíquicas.

Sobre todo reina la psicofarmacología. En 1952 Laborit introduce la clorpromacina. Y después se introduce la reserpina.

PSICOLOGÍA PSICOSOMÁTICA

Lo psicológico influyendo lo físico u orgánico.

H. Selye habla del "síndrome de adaptación general" y del "*strés*" en 1946.

Autores conocidos en esta línea son: **Weizsäcker**, **Jores**, **Mitscherlich** en Alemania; **F. Dunbar**, **Roy Grinker**, **Englisch**, **Weiss**, etc. en los EE UU.

Se explora e investiga la conversión de un trastorno psíquico en alteración funcional, y la expresión preferente y específica de ciertos conflictos a través de sistemas funcionales determinados. Ello ha hecho posible el trazado de los "*perfiles biográficos psicósomáticos*".

En el movimiento psicósomático despuntan: **Ludolf von Krehl**, de la *escuela de Heidelberg*, en Alemania, quien se ocupa desde los años veinte de los componentes psicogénicos de las enfermedades orgánicas. En la atención al herido o enfermo en el frente de batalla, lejos de los medios técnicos diagnósticos y ante la urgencia de atender al enfermo con la máxima eficacia posible, dirige su actitud hacia la "persona" del enfermo no a su mero organismo. Hacia

su existencia experimentadora, sufridora y superadora de la dolencia. Hay variabilidad de las enfermedades según el individuo que las sufre. No existen enfermedades sino personas enfermas. La enfermedad es una unidad en al que participa todo el organismo.

Posteriormente se inició en Norteamérica en 1934 la **Escuela de Chicago** de patología psicosomática que estudia los perfiles *biológicos psicosomáticos*.

En España desputa en este campo el gran especialista, a la vez que gran desconocido, **Rof Carballo**. Él habla de la necesidad de una "*urdimbre afectiva*" desde la niñez para mantener y formar la buena salud de la persona.

M. Balint habla del "*médico medicamento*", como el efecto "terapéutico" que ocurre con la sola presencia del médico. Hay un efecto "placebo", tanto del propio terapeuta como de los remedios por él empleados. Frente a la demanda explícita del paciente, el médico debe aprender a interpretar la demanda latente, implícita que se dirige a él (1963).

Diversos autores hablan de la necesidad de cuidar la relación con el niño pequeño para prevenir problemas psíquicos. **Spitz** habla de "*Hospitalismo*" o cuadro psíquico que vive el niño pequeño cuando es hospitalizado y separado de su madre. **Rof Carballo** habla de la necesidad de la "*urdimbre afectiva*" para el buen desarrollo psicoemocional del niño.

Daniel Hack Tuke, formuló un primer esbozo de psicoterapia científica, en un libro suyo de gran influencia en toda Europa (1.872), Tuke incluyó un capítulo sobre *La aplicación de la influencia de la mente sobre el cuerpo en la práctica médica* que tituló *psychotherapeutics* (psicoterapéutica).

E. Weiss y O. Englis explican que la energía psíquica reprimida encuentra una salida en la enfermedad somática, que constituye una forma de vía de escape.

G. Engel y A. Schmale. Interpretan la enfermedad en términos económicos. Mantienen la hipótesis de que el desfallecimiento de las defensas mentales tiene por efecto una activación de las defensas biológicas. La exacerbación de las defensas biológicas actúa entonces como un estrés suplementario y esta sobrecarga económica sobrepasa el umbral de la tolerancia del organismo, lo que tiene por consecuencia la aparición o la evolución rápida de una patología .

ANTROPOLOGIA MÉDICA.

Para P. Laín Entralgo la medicina actual se basa en: tecnificación, socialización, personalización, y prevención.

Viktor von Weizsäcker. Su pensamiento antropológico es el paso a la medicina de ciertas doctrinas neokantianas. Como Kantiano, en el enfermo distingue un aspecto cognoscitivo o fenoménico y otro misterioso o nouménico. Para Weizsäcker, la máxima figura en la breve historia de la medicina antropológica, la salud y la enfermedad humanas no deben ser entendidas en términos de normalidad - anormalidad, sino en términos *de verdad - no verdad* (salud: realización de la verdad de cada hombre).

Ante un enfermo el médico debe de tratar de resolver estas tres cuestiones: "*¿por qué aqu?*" (localización orgánica); "*¿por qué ahora?*" (puntualización biográfica); "*¿qué verdad del paciente tiende a evidenciar la no verdad de su proceso morboso?*" (esclarecimiento existencial). La enfermedad, en su sentido vital, se expresa a través de *la biografía* de la persona.

El adecuado conocimiento del cuadro de la enfermedad exige así que la relación médico-enfermo no sea mera relación sujeto-objeto sino un "*compañerismo itinerante*" entre personas y ante el mismo objetivo a la vez somático y psíquico.

Karl Jaspers(1883 - 1969) en la clasificación de las enfermedades mentales habla de la enfermedad humana como "*proceso*" y como "*desarrollo*". Hay casos en los que el que contempla y estudia la enfermedad no puede hallar un sentido comprensible, un "*para qué*" referido a la existencia del paciente. Así acontece cuando la causa de la dolencia es una infección contraída en una epidemia, o un trauma, o una neoplasia. En otros casos - en cualquier neurosis de situación, valga este ejemplo - puede encontrar en su aparición y en su figura un sentido comprensible, un "*para qué*".

Según **R. Siebeck**, especialista en antropología médica, los procesos corporales, actitudes y actividades inadecuadas, trastornos en la vida psíquica y somática, son interpretados como símbolos de un desorden en la economía de los instintos. Se buscan en las alteraciones de la vida instintiva las raíces invisibles de las enfermedades orgánicas y las psicosis endógenas. La historia clínica es entendida en íntima unión con la biografía.

Cita Laín Entralgo a R. Siebeck, "*Los procesos corporales, actitudes y actividades inadecuadas, trastornos en la vida psíquica y somática, son interpretados como símbolos de un*

desorden en la economía de los instintos; búscanse en las alteraciones de la vida instintiva las raíces invisibles de las enfermedades orgánicas y las psicosis endógenas; la historia clínica es entendida en íntima coherencia con la biografía."

Ivan Illich en su libro "*Némesis médica*" advierte de la frecuencia de los daños iatrogénicos.

"*Hoy la salud pública no es ante todo un problema de bacterias, sino de ética*" ha dicho **E. Kretschmer** (1956).

Nietzsche postuló la creación de una sociedad en la cual la salud llegue a ser "*un decir sí al carácter total de la vida*" y "*el reino de la physis transfigurada*".

Para **Gustav von Bergmann** la enfermedad es un documento histórico de un proceso ya pasado. La patología funcional intenta comprender, no las enfermedades, sino las manifestaciones o exteriorizaciones morbosas del hombre. En la enfermedad se entrelazan lo anímico y lo corporal. Para lo anímico disponemos de la experiencia introspectiva y la empatía, para lo somático el método científico- natural o positivo. Lo que muchas veces llamamos enfermedades son "manifestaciones parciales de estar enfermo".

ANTROPOLOGÍA FENOMENOLÓGICA.

Destacan **Karl Jaspers** y **Ludwig Binswanger**. Para **Jaspers** debe distinguirse rigurosamente dos planos: el "científico" o "empírico" y el "trascendental" o "metafísico". Este último se hace patente al ser humano en ciertas situaciones-límite de la vida, iluminando lo más radical y profundo de su ser, es decir, la *Existencia*. Esta existencia es algo siempre inacabado.

La enfermedad tiene el carácter de *situación-límite*, por lo que el hombre en ella, toca el fondo de su Existencia y se abre al horizonte de su Trascendencia. La enfermedad para Jaspers es inaprehensible de modo completo desde el conocimiento científico u objetivo.

La rigurosa ciencia, dice Jaspers, es independiente de toda metafísica, pero sólo en esta adquiere su pleno sentido. La medicina no es metafísica, pero sólo en el ámbito de esta entenderá el médico lo que de verdad es el hombre enfermo.

Ludwig Binswanger se basa en Heidegger. El ser humano es "ser con el otro" "ser con lo otro" y "ser con uno mismo". El cuerpo del hombre es el revelador de todas sus relaciones con el mundo, todos sus actos, todos sus comportamientos, todas sus vivencias expresan su estar en el mundo. Su Corporeidad se adapta a la su entorno a través de su Psico - sensorio - motricidad.

Según **Arthur Jores** la ley básica de nuestra vida es el desenvolvimiento óptimo, a la vez necesario y libre, de todas las disposiciones latentes en ella. Cuando se inhibe el desarrollo de esta tendencia, sobreviene la enfermedad, y en último término la muerte. Salud y enfermedad no pueden definirse sino en relación a este autodespliegue: "*Sano es aquél que puede disponer de todas sus posibilidades de autodespliegue, enfermo es aquél que no tiene a su completa disposición dichas posibilidades*".

Salud, enfermedad y curación no pueden definirse sólo desde lo somático o lo psíquico, depende también de factores socioculturales, (la civilización en cuanto posibilita o prohíbe una actividad en la que el hombre despliegue sus capacidades) y personales (la persona humana, como decisora última de actuar o no actuar, y por tanto, de realizarse o no a sí misma).

"*Una vida no plena o apenas no rectamente colmada constituye un factor desencadenante de enfermedad. "En la disposición para las enfermedades infecciosas juega gran importancia a la situación interior del hombre, su estado interno*".

El hombre necesita seguridad, atención y amor.

ANTROPOLOGÍA DIALÉCTICA

Kosik entiende al hombre en su relación dialéctica con el mundo, es decir, en la "*praxis*". Hace así frente a la antropología de la subjetividad de la conciencia y de la sociabilidad. Directamente influenciado por Marx, para Kosik la praxis es la "praxis revolucionaria".

ANTROPOLOGÍA TEOLÓGICA.

El hombre y la humanidad consisten en ser la expresión "*ad extra*" del logos divino, Dios es el principio original de la persona humana.

PEDRO LAÍN ENTRALGO

Pedro Laín Entralgo ha caracterizado a su antropología de "cientificometafísica". Muchas de sus conclusiones están basadas en un estudio de la historia de la medicina y la filosofía. Toma como punto de partida al filósofo Xavier Zubiri. El hombre es sustantividad esencialmente psicoorgánica. La historia de la medicina da razón histórica al momento presente de la ciencia médica. El hombre es de "modalidad enfermable".

HIGIENE - MEDICINA SOCIAL – MEDICINA PREVENTIVA

Los mayores progresos de la higiene han sido los de la vivienda y el urbanismo: abastecimiento de agua "potable", evacuación de aguas residuales, recogida y tratamiento de basuras. Quedando pendientes la reforma de los materiales de construcción (PVC, pinturas y barnices tóxicos...) la disminución de la contaminación ambiental (tierra, agua, aire), el descenso de la contaminación por el ruido, los problemas circulatorios y los accidentes.

En la higiene social alimentaria hay una de cal y otra de arena. Se permite la "adición" de grandes cantidades de aditivos químicos a los alimentos.

Mosse y Tugendreich consideran como objetivo de la medicina social conseguir una expectativa de vida igual para todas las clases sociales.

John A. Ryle, que fue nombrado en 1.943 director del Instituto de Medicina Social de la Universidad de Oxford: *Algunos de mis amigos –afirmo en 1.948– me reprochan que abandoné el terreno clínico. Les contesto que, en realidad, no he hecho otra cosa que dar los pasos necesarios para ampliar mi campo de visión y aumentar mis oportunidades de investigación etiológica.* Su conferencia *Social Pathology and the New Era in Medicine (Patología social y la nueva era médica)*, pronunciada en la Academia de Medicina de Nueva York en 1947, se considera un hito en la introducción de la disciplina en los Estados Unidos.

En la medicina contemporánea surge un concepto como es la **medicina preventiva**, la que es una de las características importantes. Una personalidad tan poco sospechosa de parcialidad como el norteamericano **Harvey Cushing**, máxima figura de la neurocirugía del presente siglo, lo ha expresado en una frase muy citada: *El Doctor Libra, de la Calleja de la Cura, ha sido sustituido por el Doctor Onza, de la Avenida de la Prevención.* (1913). Con esto quiere expresar que tiene mucha más importancia una "onza" de prevención que una "libra" tratamiento

A diferencia de tantos otros aspectos de la medicina, este planteamiento preventivo no aparece en los textos que forman la Colección Hipocrática. Su punto de partida hay que situarlo en la obra de **Diocles de Caristo**, médico griego de la segunda mitad del siglo IV a. C., que fue discípulo de Aristóteles. Asociando los saberes biológicos y médicos posthipocráticos y las doctrinas éticas de su maestro, en especial la noción de *justo medio* entre dos comportamientos extremos, escribió el primer tratado de *dietética*. Durante mucho tiempo, este término no estuvo limitado a los alimentos, sino que comprendió la regulación desde la medicina de todos los aspectos de la vida humana. Diocles se dirigió exclusivamente a los miembros del estrato superior de la sociedad en la que vivía, deteniéndose en cada detalle de su actividad como seres privilegiados y ociosos.

Esta dietética individual se integró más tarde en el sistema galénico, estructurándose de acuerdo con las llamadas **seis cosas no naturales**, a las que ya hemos aludido.

Sobre esta base, durante la Edad Media se escribieron numerosos estudios sobre higiene individual titulados **regimen sanitatis** (régimen de salud).

La segunda etapa de la medicina preventiva, correspondiente al desarrollo de la higiene pública o colectiva, se inició en el siglo XVIII, principalmente bajo la influencia del mercantilismo. Ya hemos expuesto que esta corriente política supuso también una determinada concepción de la sociedad y que sus directas implicaciones médicosanitarias condicionaron en buena parte los orígenes de la salud pública y la medicina social.

El tratado de **J. P. Frank** tuvo una extraordinaria influencia que condicionó en gran parte el desarrollo posterior de la higiene pública en toda Europa. La única excepción importante fue Gran Bretaña, donde el movimiento sanitario tuvo ya durante el siglo XVIII características peculiares.

La sistematización de Frank y las contribuciones británicas del siglo XVIII fueron asimiladas por los revolucionarios franceses desde los nuevos puestos políticos. En 1.790, la

Asamblea Constituyente creó un **Comité de Salubrité** cuya actividad fue punto de partida del *modelo centralizado de organización sanitaria*. Tras numerosas vicisitudes legales en las posteriores etapas políticas, dicho modelo cristalizó definitivamente en 1.848, en una estructura integrada por un consejo nacional de higiene, consejos departamentales (o provinciales) y delegados locales.

La necesidad de la **organización internacional de la higiene pública** fue descubierta muy pronto, cuando los países europeos se enfrentaron con el problema de evitar la propagación de las enfermedades infectocontagiosas de carácter epidémico. Este problema motivó la primera conferencia sanitaria internacional.

En el año 1946 surge la **Organización Mundial de la Salud**.

La higiene pública se vuelve científica con la aplicación de las *técnicas de laboratorio*. Esta tarea es llevada a cabo por el alemán **Max von Pettenkofer**, profesor de la Universidad de Munich, quien fundó el Instituto de Higiene (1.875), el primero de su clase en el mundo.

Sobre esta base, se planteó como meta la creación de la *higiene experimental*, aplicando todos los recursos de la investigación química y física de laboratorio a los problemas de la salud pública. Desde esta perspectiva realizó estudios monográficos sobre la higiene de la alimentación, la ventilación, el vestido, el abastecimiento de aguas y el alcantarillado, etc

Pettenkofer criticó a los que pensaban *que el estado sanitario de una ciudad depende esencialmente sólo del alcantarillado, de un abundante abastecimiento de agua y de buenos retretes* y destacó la importancia de las condiciones sociales, económicas y culturales. Incluso llegó a proponer la sustitución del término *higiene* por el de *medicina social*.

Desgraciadamente la importancia que se dio a la microbiología fue tan grande que la incorporación de la higiene pública en las ciencias sociales quedó en segundo término. **Behring** llegó a decir en 1893 que gracias a los métodos de **Robert Koch** resultaba posible estudiar las enfermedades infecciosas sin distraerse por consideraciones sociales.

Este error fue corregido a comienzos del presente siglo por el movimiento de *higiene social* cuya principal cabeza fue el alemán **Alfred Grotjahn**. Este autor, al que le hemos visto durante el positivismo (medicina y sociedad), insistió en que la higiene pública no podía limitarse al análisis de los fenómenos físicos, químicos y biológicos con los recursos de las ciencias de la naturaleza, sino que debía aprovechar los de las ciencias sociales para *estudiar también detenidamente las repercusiones de las condiciones económicas y culturales y del ambiente social en el que los hombres nacen, viven, trabajan y disfrutan, se reproducen y mueren. Con ello se convierte en higiene social, que se sitúa al lado de la higiene físico-biológica como complemento necesario*.

En el año 1911 trata de analizar por primera vez la acción del medio social como factor importante en la aparición y evolución de ciertas enfermedades. No solo los factores sociales repercuten en la aparición o no de enfermedades, sino que a la inversa, la aparición de enfermedades ejercen influencia sobre las condiciones sociales. Las condiciones sociales pueden crear o favorecer una predisposición para una determinada enfermedad, o pueden hacer variar el curso de la misma.

Ludwig Teleky, a pesar de algunas diferencias de enfoque con el de Grotjahn, coincidió en lo fundamental con él. En un trabajo en 1.909 afirmó: *La medicina social es un campo limítrofe entre las ciencias médicas y las sociales. Tiene que investigar la influencia de determinadas condiciones sociales y laborales sobre los estados de salud e indicar las medidas, de naturaleza sanitaria o social, por medio de las cuales se pueden impedir tales influencias nocivas y eliminar, o por lo menos aliviar, sus consecuencias*.

Como ha señalado **Dubos** (1968) el estado de salud y el de enfermedad, son expresiones de la capacidad y del fracaso del hombre, para adaptarse a los cambios del medio ambiente, proceso que debe además considerarse a la luz de la relación existente entre los factores ambientales y las mutaciones, que se producen en la herencia genética, tal como indica **Dobzhansky** (1955).

LA FIGURA DEL MÉDICO

El médico debe ir, si quiere verdaderamente una *atención para la salud*, en la idea de compañero itinerante como dice **Viktor von Weizsäcker**.

Para Laín Entralgo la relación transferencial y la relación amistosa con el médico son dos tipos de vinculación distinta. La transferencia es un fenómeno instintivo, la amistad es un fenómeno personal. El modo específico de la amistad del enfermo con el médico es la confianza.

Balint plantea la transcendencia del diálogo con el paciente, que puede tener el afecto de hacerlo regresar a un tipo infantil, desde el que hay que llevarlo a una actitud adulta responsable. Esto indica la necesidad de un tiempo mayor de consulta. Además un tiempo debe ser dedicado en educación para la salud.

La relación con el médico puede ser un encuentro humano en "amistad técnica" como dice Laín.

La gran confianza en la medicina actual y el médico abre el camino a la utilización de placebos.

Los objetivos actuales de la medicina son: prevención, curación, rehabilitación o adaptación, y promoción de la salud.

ATENCIÓN HOSPITALARIA

Barton (1959) llama síndrome de "*neurosis institucional*" a las circunstancias que el enfermo vive en el hospital: pérdida del contacto con el exterior, inactividad prolongada, falta de allegados, la dominación por la estructura.

Luego se llamó institucionalismo y hospitalismo. **Spitz** habla del síndrome de hospitalismo en el niño hospitalizado. Negación de los padres y agresividad ante ellos debido al sentimiento de abandono.

Rappaport señala que la comunidad del departamento o del hospital en su totalidad puede actuar como Doctor.

APORTACIONES ÚLTIMAS

Desde los tiempos hipocráticos y muy especialmente desde Celso tres son las líneas terapéuticas: **dietética, farmacoterapia, cirugía**. A ellas había que añadir actualmente la **fisioterapia** y la **psicoterapia**.

El valor de reposo y la relajación se han regulado a partir de las técnicas de **Schultz** (*entrenamiento autógeno*) y le **Jacobson** (*relajación progresiva*).

Hoy en día tienen especial interés otras nuevas técnicas: terapias de grupo, técnicas psicocorporales (**Reich, Lowen**), terapias humanistas (**psicodrama, análisis transaccional, gestalt**) el mismo **Yoga**,...

APUNTES SOBRE LA MEDICINA ACTUAL

Actualmente la medicina se basa en dos grandes pilares: la Microbiología y la Genética.

- Ha tenido lugar una disminución de las enfermedades infecciosas por cambios en los hábitos de vida, alimentación e higiene, y aumento de las enfermedades crónicas y degenerativas (procesos cardiovasculares, cáncer...). La enfermedad tiene que ver con la forma de vida. Como dice **Arthur Jores**: "*La historia de la humanidad ofrece en cada época enfermedades que son peculiares*". Según el mismo autor, el resfriado común prácticamente desapareció durante la 2ª guerra mundial.

- Aumentan también los diagnósticos de trastornos vegetativos e inmunológicos (aumento de sustancias químicas extrañas al organismo). Hay un auge de las enfermedades autoinmunitarias.

- Para A. Jores la enfermedad de nuestro siglo es la neurosis. Hay una clara permanencia de los trastornos psicológicos.

- La medicina preventiva es igualmente "medicativa" (vacunas) y llena de pruebas e intervenciones periódicas, especialmente frecuentes para la mujer (mamografías, ecografías en el embarazo, análisis periódicos, vacunas). Cuando se trata de una medicina preventiva se vuelve a considerar la necesidad de medicar: vacunas. No hay una prevención por un cambio verdadero en los hábitos de vida.

- Surgen las superespecialidades.

- Idea localista de la enfermedad. Afecta a un órgano u órganos aislados, alguna vez algún sistema. Hay enfermedades, no enfermos.

- La enfermedad es la lesión.

- Los enfermos son fisiología perturbada, incluso los "enfermos" psiquiátricos.

- El medicamento entra a formar parte de la sociedad de consumo. Se produce a escala industrial. Prescripción de nombres comerciales, no productos farmacéuticos, excepto los genéricos.

- La salud es un bien comunitario, o al menos lo es el derecho al tratamiento o atención médica, en ciertos países, especialmente en Europa..
 - Falta la necesidad de promover la salud (educación y concienciación). Buscar estímulos para mantener la salud. Hay una ausencia de educación para la salud.
 - Se hace una "recomposición" de los órganos enfermos a través de trasplantes de órganos y en un futuro se vislumbra una recomposición por ingeniería genética. Todo ello para intentar burlar los trastornos o desarreglos originados por la forma de vida, individual, familiar y social desequilibrada
 - En la actualidad son más frecuentes las dolencias cuya causa es preponderantemente social: enfermedades por desgaste y malnutrición, neurosis y traumas.
 - En los países desarrollados, el estrés y los errores en la dieta han aumentado notablemente la frecuencia de las esclerosis vasculares, los infartos de miocardio, etc.; en los subdesarrollados, el hambre y la falta de nutrición siguen causando numerosas víctimas. Más acusado ha sido el incremento de las cifras estadísticas relativas a la neurosis, entendida esta palabra en su más amplio sentido. *"La enfermedad de nuestro tiempo es la neurosis"*, ha escrito **A. Jores**. Un 53% de las dolencias médicamente asistidas en U.S.A. son crónicas o neuróticas.
- R.M. Coe**

NOTAS Y PERSPECTIVAS SOBRE SALUD Y ENFERMEDAD

La salud es para **Lain Entralgo**: *"un hábito psicossomático al servicio de la vida y de la libertad de la persona, consiste, por tanto, en la capacidad física para realizar con la mínima molestia y si fuese posible con gozo los proyectos vitales del sujeto en cuestión"*.

La enfermedad es un hecho o proceso tan frecuente que lo admitimos como normal. **Ackerknecht** y **Dubos** citan que algunas tribus de indios sudamericanos padecen una infección por espiroquetas (espiroquetosis discrómica), tan común entre ellos, que el que no la tiene se le considera como anormal y se le excluye del matrimonio.

La salud se ha considerado también como plena capacidad de llevar a cabo opciones y expectativas sociales.

Las personas que rodean al enfermo tienen una *"capacidad terapéutica"*. Este es un concepto que ya aparece en Hipócrates. La sociedad entera puede tener capacidad terapéutica o al contrario. En ello pueden tomar parte profesionales no médicos: asistentes sociales, músicos, escritores, cómicos....

La enfermedad de una persona puede manifestar el desequilibrio de la familia, o del conjunto que le rodea.

La enfermedad reduce las relaciones de la persona enferma con los demás. Surgiendo a veces una relación muy egocéntrica. Aumenta su dependencia con los demás. Represión. Da posibilidad de aceptar la propia vulnerabilidad y humildad a través de esta dependencia.

CONCEPTO DE SALUD.

La salud no es un concepto negativo (ausencia de la enfermedad).

La carta fundacional de la O. M. S. dice: ***"La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no simplemente la ausencia de enfermedad o afección"***.

Hacia ello debemos ir, sin olvidar al mismo tiempo, en el sentido más amplio y comprensivo de la palabra, lo **espiritual**.

RESUMIENDO

La historia de la medicina en especial ha estado influida por el enfrentamiento dialéctico entre *mecanicismo* y *vitalismo*, es decir, entre la reducción de los seres vivos a máquinas físico-químicas muy complejas y la afirmación de que su capacidad de vivir reside en *fuerzas o principios vitales* con cualidades diferentes.

Las ideas médicas han alternado también entre épocas en las que predominaba Esculapio: la enfermedad, el tratamiento, la terapia; y las que el predominio ha correspondido a Hygeia: la salud, la prevención y la educación para la salud.

EPÍLOGO

Según **Laín Entralgo** "Salud es la capacidad del organismo para resistir, sin reacción morbosa, situaciones vitales intensamente esforzadas o fuertemente agresivas". "La felicidad consiste en la vivencia de una plena posesión y una plena fruición de todo lo que uno es, puede ser y quiere ser, lo cual hace bien patente que, sobre la tierra, sólo en muy fugaces ocasiones (Los "grandes mediodías" de Nietzsche, los "altos instantes" de Jaspers) puede el hombre alcanzarla". A. Maslow llama a estos momentos "momentos cumbre". Las tradiciones llaman a estados similares con los nombres de éxtasis, nirvana o satori.

¿Llegará algún día – se pregunta **Laín** – ese estado que el último y mas visionario Nietzsche llamó la "Gran salud"? El hombre ¿conocerá entonces una "**aceptación afirmativa del carácter total de la vida**"?

ANEXO

PERÍODOS EPIDEMIOLÓGICOS DESDE LA EDAD MEDIA

Es tradicional la división en *períodos epidemiológicos* basada en las enfermedades sociales dominantes en Europa desde comienzos de la Edad Media hasta la actualidad. Aunque muchos de sus detalles han sido rectificadas por los estudios recientes, se continúa distinguiendo tres grandes períodos:

- **Era de las grandes epidemias de enfermedades infecto-contagiosas agudas** (desde el siglo VI hasta el último cuarto del siglo XIX). Suele dividirse en dos subperíodos protagonizados respectivamente por la peste (siglos VI–XVIII) y el cólera (siglo XIX), separados por otro de transición dominado principalmente por la viruela.

- **Etapa de las enfermedades infectocontagiosas crónicas** (desde finales del siglo XIX hasta mediados del XX en los países más desarrollados sanitariamente). Sus enfermedades sociales más importantes son la tuberculosis pulmonar, el paludismo, la fiebre tifoidea, la difteria y la sífilis.

- **Etapa de las enfermedades sociales no infectocontagiosas** (vigente en la actualidad en los países citados). Con estadísticas de mortalidad encabezadas por las enfermedades cardiovasculares, los tumores malignos, las afecciones cerebrovasculares y los accidentes.

Las repercusiones de la peste la convierten en una protagonista histórica de gran importancia. **Niebuhr** llegó a afirmar que *destruye las civilizaciones*, destacando, en primer término, la epidemia del siglo VI, que fue el final de la sociedad y la cultura antiguas, al devastar Constantinopla e Italia, y sobre todo, la *peste negra* de 1.348, que señaló el fin de la Edad Media. Compartiendo o no el planteamiento de esta afirmación, no debe ignorarse su extraordinaria importancia histórica. En dicha epidemia murió entre un cuarto y un tercio de la población europea, desaparecieron por completo casi un cuarto de millón de pueblos y aldeas, y ciudades como Florencia, Venecia, París o varias de la Península Ibérica perdieron alrededor de la mitad de sus habitantes. En consecuencia, se interrumpieron las guerras; la escasez de trabajadores en el campo y la acumulación de capitales mediante herencias impusieron unas nuevas condiciones socioeconómicas; se produjeron reacciones desde la penitencia al libertinaje; la crisis moral y la disminución del número de clérigos, sobre todo en los monasterios, modificaron el papel de la Iglesia; hubo matanzas de judíos y otras minorías tomadas como chivos expiatorios, etc.

Según **José María López Piñero**, "*las principales causas de la desaparición del cólera en Europa como enfermedad social son de carácter sanitario, principalmente la instalación de sistemas modernos de abastecimiento de aguas y alcantarillado, así como la elevación del nivel de vida*". No resulta extraño que el cólera fuera un poderoso motor de la higiene pública y la medicina social modernas. Varias figuras importantes de los movimientos sanitarios del siglo XIX hablaron de *nuestro aliado el cólera*.

El tifus exantemático, ha sido la epidemia acompañante por excelencia de la guerra y el hambre.

Según José María López Piñero, entre otros muchos autores, las causas del descenso de la **tuberculosis** "han sido muy debatidas, pero hay un acuerdo general de que no se produjeron cambios genéticos en la virulencia del germen y en que la terapéutica no influyó durante el período en cuestión. El factor principal parece la mejora de la dieta alimenticia, seguido de la superación del hacinamiento, la mejora de la higiene personal, etc". En los últimos años ha habido un nuevo aumento de la frecuencia de esta enfermedad. La tuberculosis ha sido una de las enfermedades más claramente asociada a la pobreza. Entre las investigaciones medicosociales clásicas que pusieron de relieve la acusada desigualdad de su distribución por clases sociales figura la del español **Vicente Guerra Cortés** titulada *La tuberculosis del proletariado en Madrid* (1.904). Como ejemplo de sus resultados anotaremos los siguientes datos:

	Muerte por tuberculosis en un año	Tasa de mortalidad específica por cien mil habitantes
Toda la ciudad	2.046	386,1
Distrito Central (ricos)	54	209,3
Distrito Hospital (pobres)	608	1.107,4

Por otra parte la tuberculosis era entonces una afección predominantemente urbana.

La **fiebre tifoidea** tiene un perfil epidemiológico peculiar debido a su estrecha conexión con el abastecimiento de aguas potables y alcantarillado. Dicha conexión permitió a Max von Pettenkofer su clásica argumentación económica a favor de las instalaciones sanitarias en la "Sobre el valor de la salud para una ciudad" (1873). Justificó en ella la rentabilidad de un nuevo alcantarillado para la ciudad de Munich, demostrando que llevaría al descenso de la tasa de mortalidad en un 3 por mil y de la morbilidad en un 102 por mil, principalmente por disminución de la fiebre tifoidea; dada la población que entonces tenía la capital bávara, ello significaría evitar anualmente 510 muertes y 17.340 casos que, multiplicados por 20 días de duración media, equivalían a 346.800 días de enfermedad y a otras tantas jornadas de trabajo perdidas; solamente con un salario de un florín al día, el ahorro económico producido por el nuevo alcantarillado sería de 346.800 florines, es decir, el interés al 5% de un capital de 7 millones.

Debido también a la citada conexión, las tasas de mortalidad y morbilidad de la fiebre tifoidea constituyen auténticos indicadores de un aspecto tan importante de la infraestructura sanitaria como el abastecimiento de agua potable y la evacuación de las llamadas aguas negras.

Salud para todos. Salud-os.

Karmelo Bizkarra Maiztegi

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- Historia de la Medicina, P. Laín Entralgo
- Historia Universal de la Medicina, P. Laín Entralgo, Edit. Masson. CD Rom equivalente a seis grandes tomos
- Historia de la Medicina. José María López Piñero
- Historia de la Medicina. Francisco Guerra
- El mito de Panacea, J. Puerto, edit. Doce calles
- Apuntes de historia de la medicina, J. Chuaqui, Facultad de Medicina Pontificia Universidad Católica de Chile
- Histoire de la Psychosomatique. Hanna Kamieniecki
- Evolución Histórica del Concepto de Médico Naturista. Dr. H Gimeno. Cuadernos de Bionomía XXXVI, volumen IX invierno 1956-57. Reproducido por Natura Medicatrix nº 39 - primavera 95
- Orígenes del Naturismo médico. Octavi Piulats. Natura Medicatrix. nº 0.
- La medicina Hipocrática. Octavi Piulats. Natura Medicatrix. nº 1.

- Historia del Movimiento Naturista: antecedentes en el Renacimiento. K.E. Roths Schuh Natura Medicatrix. n° 6.
- La curación por el agua- Dian Dincin Buchman. Martinez Roca 1983.
- Moisés Maimónides, padre de la curación holística. Edwarrrd Hoffman . Natura Medicatrix. N°15 – Primavera 1987.
- Florence Nightingale: primera teoría de enfermería. Josefina Castro Vizoso. Natura Medicatrix N° 26
- Para la historia del naturismo español. Eduardo Alfonso. Natura Medicatrix n.°13. Verano 1986.
- Hidroterapia. Frederic Viñas. Integral.
- Hipócrates. Jesús Aragoneses. Revista: Dynamis. n°. 4.
- Antología de clásicos médicos...

NOTA: Todos los autores citados son médicos, a menos que se exprese algo diferente. Todos aquellos que no son titulados en medicina son expresamente señalados en el trabajo. Estas personas aparecen, con todo derecho, debido a que llevaron a cabo una gran labor y un trabajo sistemático sobre la salud y los factores que la favorecen.
