

Cristóbal Méndez

A. Salido / A. J. Salido

Introducción

Al final del pasado curso se pensó en actividades para el que ahora acaba y, además de las conferencias magistrales que se suelen programar a modo mensual se decantó la sección porque en la mesa redonda que casi siempre se realiza a finales de mayo y como cierre de las actividades del curso, se hablara sobre figuras médicas en relación con Jaén. Se barajaron diversas personalidades médicas entre otros Huarte de San Juan, Ibn Shaprut y Cristóbal Méndez; y justo a mí se me designó por los asistentes como encargado de aportar noticias de Cristóbal Méndez.

Como siempre creo ocurre en estos casos, al principio me alegré de mi designación para tal cometido, pero rápidamente también me asaltó la duda de si podría yo responder adecuadamente al encargo que tan generosamente se me hacía, y aquí estamos para dar cuenta de ello.

En los inicios para acercarme a la figura de Cristóbal Méndez siempre se me representaba una lección de apertura del curso del Instituto de Estudios Giennenses que sobre dicho médico dictó el profesor Sánchez Granjel, que fue presentado, y muy brillantemente como siempre hace sus cosas, por el doctor Fermín Palma.

Junto al citado discurso, publicado en 1990 en *Seminario Médico*, he ido haciendo acopio de más datos, pues ha sido una figura acaso poco conocida en Jaén, pero

muy reconocida por autores diversos. Desde Alfredo Cazabán en su revista mensual del primer tercio del siglo XX *Don Lope de Sosa*, Hernández Coronado en 1943 en comunicación hecha al *I Congreso Nacional de Educación Física*, mi compañero de estudios de bachillerato Rafael García Serrano en 1972 y Fermín Palma en su discurso de ingreso a la Academia de Medicina de Granada en 1984 y previamente en 1976 con ocasión del cincuentenario de la clínica «La Inmaculada» de Jaén.

También Sancho de San Román estudió la figura de Méndez siendo el trabajo reproducido en 1962 en el número 22 del *Seminario Médico*.

Así mismo, he tenido oportunidad de conocer diversas publicaciones que sobre el tema de Humanismo Giennense en los siglos XVI y XVII hizo la doctora en Filología Clásica, de la Universidad de Jaén, M.^a Dolores Rincón González, aparecidos en el *Boletín del Instituto de Estudios Giennenses*. Últimamente la Junta de Andalucía realizó en 1992 la trascripción moderna, con comentarios de la obra que sobre el ejercicio escribió Cristóbal Méndez y más recientemente la Consejería de Turismo y Deporte de dicha Junta ha contribuido a poner de nuevo en valor al Doctor Méndez a través de diversas publicaciones, en particular *Documentos de Medicina Deportiva*.

También la Comunidad de Madrid, a través de la Dirección General de Deporte, de la Consejería de Educación y Cultura, ha rea-

Palabras clave: Cristóbal Méndez. Ejercicio corporal. Médicos giennenses.

Fecha de recepción: Mayo 2004.

Seminario Médico

Año 2004. Volumen 56, N.º 3. Págs. 61-66

lizado una transcripción de esta obra en dos tomos, cuya edición ha sido coordinada por Teresa González Aja, y el estudio del mismo por Manuel Vitoria Ortiz, profesor de la Universidad del País Vasco.

Pero creo sin duda, que la aportación de Eduardo Álvarez del Palacio sobre *Cristóbal Méndez. Libro del ejercicio corporal y sus provechos*, hecha en León en 1996 es la más completa revisión sobre el tema hasta la fecha, como edición crítica de la misma, dando noticias pormenorizadas de la vida y obra del citado autor.

Aspectos biográficos

En su biografía hay que comenzar hablando de su nacimiento, acaecido hacia el 1500 en la villa de Lepe, en el condado de Ayamonte, según confiesa él mismo en un legajo existente en el Archivo General de México y publicado como anexo en el libro de Álvarez del Palacio. Por aquellos años tenía Lepe unos 600 vecinos que vivían fundamentalmente del campo y de la mar, siendo por ello cuna de marineros expertos, muchos de ellos empleados en la conquista de América. Por citas que hace en el ya nombrado legajo del Archivo General de México así como en su libro del ejercicio, sabemos que de niño se traslada a Sevilla probablemente para iniciar estudios, teniendo relación con el Arzobispo de Sevilla, Don Diego de Deza. No sabemos nada de su familia, pero dado su interés por los estudios y el nivel de los mismos, como luego veremos, debió ser de posición bastante desahogada y con nivel cultural elevado.

A pesar del nivel importante de comercio que por esos años existía en Sevilla, las más diversas escenas picarescas eran algo común en la metrópoli sevillana, en la que «todo se compra y todo se vende», como se puede entender en la vida del pícaro *Guzmán de Alfarache*, de Mateo Alemán y en otros autores de la época. Pero es precisamente aquí en esta Sevilla, posiblemente en el barrio del Arenal, el de máxima vida y actividad en esos momentos, donde en los años de la pu-

bertad y del despertar a la vida nuestro personaje aprendió, entre otras cosas, juegos de marinería, herradura, pelota, chueca, birlota, etc. y otros que luego ponderaría en su libro hablando de los mismos. También nos informa que con 17 años visitó la ciudad de Granada, con ocasión de la boda del Duque de Lesa, otro indicio que nos confirma su elevado nivel social al poder asistir como invitado a la citada boda.

Igualmente por confesión de Méndez conocemos que «les era forzado a los de Sevilla, amigos de buenas letras o de honrarse con ellas, buscar colegios y universidades en otras partes», dado que la universidad sevillana no estaba a buen nivel por aquellos años, acaso por enfrentamientos entre los grupos intelectuales de la ciudad. Es así cómo nuestro personaje se traslada a Salamanca, ciudad que ya tenía fama de buen nivel universitario, y comienza sus estudios hacia el 1520.

En ella nos habla de su vida de estudiante, por ejemplo cómo distribuía sus horas de estudio, de jornadas de caza los días que se encontraba cansado de estudiar, así como de la asistencia a una boda en dicha época. Sabemos que figuraba como escolar universitario en 1524, y que así mismo consta en el libro de matrícula de la Universidad, sin darnos noticia de sus maestros ni de los libros de estudio, aunque por esa época era preciso cursar clase de Prima y Vísperas en los estudios de Medicina.

Ya con el título de Medicina ejerce la misma en Toledo, y en Rota bajo el mecenazgo del Duque de Arcos, confirmando así su buena posición y relaciones sociales, y es precisamente el citado Duque el que le da un consejo de capital importancia y que era «que ningún día pasara sin el estudio de la Medicina, porque si no lo hicierais poco alcanzaréis de ella».

Tras contraer matrimonio con Doña Mayor García deciden emigrar a América, viaje que hacen en el mes de julio de 1528, y es allí en Nueva España donde va a desarrollar sus conocimientos médicos y ejercer la profesión, ejercicio de preferencia con la

nobleza tanto española como de la población azteca. Más adelante llegó a ser miembro responsable del Tribunal del Protomedicato –de todos sabido fundado por los Reyes Católicos–, y por ello se encargaba de examinar a médicos, boticarios y cirujanos, para legalizar el ejercicio profesional de los mismos y así evitar intrusismos. También es famosa su actuación como perito en la tasación de honorarios del boticario Diego Velázquez por unos medicamentos proporcionados a Hernán Cortés para la curación de su esposa, Doña Juana de Zúñiga.

Si bien el nivel de éxitos profesionales en su estancia en América fue importante, también tuvo adversidades como la situación sufrida por la acusación de un profesor de Gramática de la Universidad de México, Blas de Bustamante, sobre la confección de unos sellos de oro –sigilos–, para curar el mal de riñones, acusación realizada ante el Santo Oficio y de la que se defendió hábilmente, como se relata muy bien en el anexo del libro ya citado de Álvarez del Palacio. No sabemos si por los hechos derivados del proceso inquisitorial acaecido a finales de 1538, el caso es que hacia 1545 decide regresar a la Península, pasando primero por La Habana y luego por la Isla de la Palma, en Las Canarias, a la que llama San Miguel, donde ejerce la profesión, incluso refiere la curación de fiebres a un marino portugués, factor del rey, y ya en la Península se instala como vecino de la ciudad de Jaén, como informa él mismo en la portada del *Libro del ejercicio* publicado en la ciudad de Sevilla en 1553 y como vemos, fuente principal de conocimiento sobre la vida del personaje que nos ocupa.

Libro del ejercicio

En lo referente al libro propiamente dicho, y sin detenernos demasiado en su análisis, sí diremos, como él mismo refiere, la dificultad que tuvo para publicar el mismo. Cosa que nos hace pensar que lo tuvo que publicar de su propio pecunio. Publicado en lengua vernácula, y no en el latín propio

de las publicaciones académicas, la carencia de citas de notas bibliográficas o criterios de autoridad, nos confirma el carácter divulgativo y utilitario del mismo.

El libro consta de cuatro tratados con un total de cuarenta capítulos, en los que muestra su doctrina sobre el ejercicio como fuente de salud. Compuesto de sesenta hojas foliadas y seis de principio sin foliar, además de muchas observaciones clínicas, delimita claramente los conceptos de movimiento, trabajo y ejercicio. Siendo requisitos de éste último, su «voluntariedad, alegría y placer por el mismo, continuidad y progresión por el esfuerzo, y moderación del mismo»; recomendando especialmente «el paseo y el juego de pelota», como ocasión propicia para su práctica.

El beneficio que aporta el ejercicio lo basa nuestro autor en su concepción fisiopatológica de la salud corporal. Influido por las teorías galénicas de los fluidos corporales, Méndez interpreta una acumulación de «superfluidades por falta del calor natural». Así, considera el ejercicio como agente productor del calor necesario para reequilibrar los humores alterados.

El ejercicio se pormenoriza para «cualquier etapa de la vida, para cualquier época del año, y aún para los que tienen alguna parte del cuerpo flaca (es decir, que tienen un defecto físico)». Procurando siempre mostrar el autor, el carácter individual que cada caso precisa.

Interés médico del autor

Como ocurre en muchas ocasiones, el encargado de preparar un trabajo acaba siendo de los más interesados en el mismo. Y acaso, el más beneficiado por la labor de revisión y dedicación que hace al tema en cuestión. Creo que puedo suscribir lo anterior, porque me siento reconfortado al haber podido acercarme al personaje y obra ya referidos. Tanto desde el punto de vista médico como desde el punto de vista de un giennense de a pie.

Por mi dedicación preferente a la especialidad de Endocrinología y Nutrición en los

últimos quince o veinte años, me he tenido que ocupar intensamente en todo lo concerniente al ejercicio físico, así como dietética en general y la farmacología especial de esta rama médica. Dieta, ejercicio y medicación son las armas terapéuticas que utilizamos muy frecuentemente en nuestro quehacer médico. Eso sí, adaptados a modo individual para los pacientes, según las peculiaridades propias y específicas de cada uno. Estos tres pilares de la terapéutica son una adecuación de estas prácticas de regímenes para la salud de época medieval-renacentista. Estos regímenes eran compuestos por escuelas médicas, según doctrinas que defendían, y que se confeccionaban para un personaje particular, las más de las veces individuos de la nobleza, incluidos los propios monarcas. Estas tres facetas principales, por tanto, son: el llamado régimen dietético, el régimen de vida y el medicamentoso.

Aunque sea a modo breve, hemos de decir que, como todos conocen, el régimen dietético no es sólo indicativo de privación o prohibición de alimentos. Más bien de adecuación cualitativa y cuantitativa de la alimentación en general a una enfermedad determinada, o mejor a un enfermo en concreto.

Respecto al segundo régimen de vida, era un concepto más amplio, más asimilable a los modernos aspectos de medicina preventiva. Con estilos de vida saludable, evitando el estrés y otras situaciones de riesgo para la salud. No se trata tan sólo, de indicar el ejercicio físico de modo exclusivo como actuación para mejorar la salud. Es en este apartado donde el contenido del libro de Cristóbal Méndez adquiere su gran trascendencia e interés. Pues insisto que de sus doctrinas se derivan muchos comentarios terapéuticos en el más amplio sentido. El hecho de que sea en 1553 la exposición de esta doctrina, acrecienta el valor del autor y sus enseñanzas.

También hay que decir unas palabras en relación al régimen medicamentoso, como tercer componente terapéutico en las actuaciones médicas. El doctor Méndez nos da noticias de fármacos que se utilizaban en

esa época, y que en la actualidad acaso sólo tengan valor histórico. También nos informa de unos componentes de la terapia asumidos de prácticas pretéritas a su época, en las que se utilizaba complejos conocimientos astrológicos, por la escasez de conocimientos científicos.

Me estoy refiriendo a la Astrología en sus aplicaciones médicas, todo ello en relación con la teoría de la «melotesía zodiacal», según la cual el cuerpo humano tiene zonas influenciadas por cada uno de los doce signos zodiacales. Esta doctrina fue expuesta por Arnau de Vilanova, que a su vez las toma de la Escuela Médica de Montpellier, y que aparece citado, concretamente en su defensa jurídica, cuando fue acusado de usar «sigillos» o sellos metálicos (de oro) para evitar el mal de piedra y dolor de riñones. En relación a estos sellos, vienen a mi mente diversos modelos de pulseras metálicas imantadas o no, y otros materiales diversos (grapas, placas ionizadas, etc), que de vez en cuando afloran por temporadas en el comercio de la salud, como para hacer su agosto. Suelen tener más éxito en personas de bajo nivel cultural, sin descartar cualquier otro nivel, incluidos compañeros médicos. Desde nuestro punto de vista médico occidental, si no son supercherías, rozan tal concepto.

Como es fácil comprender, el devenir de los tiempos ha ido modificando tanto los procedimientos diagnósticos como terapéuticos. Podemos decir que los mismos son como una expresión característica de cada momento, de cada época. En la actualidad opinamos que el interés que despiertan los grandes avances farmacológicos de nuestro tiempo, eclipsan de algún modo los componentes propiamente dietéticos y de ejercicio. Pero en nuestra experiencia, parece que hay un nuevo interés médico respecto de la dieta y el ejercicio. Principalmente este último, como podemos comprobar en multitud de ensayos terapéuticos en los cuales se valoran cada vez más los beneficios que comporta sobre la salud.

De modo concreto, en 1992, la American Heart Association (AHA) hizo reconoci-

miento oficial del sedentarismo como factor de riesgo, y que las actividades físicas regulares eran beneficiosas tanto en prevención primaria como secundaria, en relación a afecciones cardiovasculares.

Años después, en 1996, la Asociación General de Cirugía resumió los trabajos referentes a epidemiología de las actividades físicas, con más de veinte páginas de referencias bibliográficas. Informaban que las actividades físicas regulares disminuían el riesgo de muerte prematura, el fallecimiento de causa cardíaca, la diabetes, hipertensión arterial, el riesgo de cáncer cólico, depresión y ansiedad, y que ayudan a controlar el peso y el mantenimiento correcto del aparato locomotor.

Muy recientemente, en el *Congreso Nacional de la Sociedad Española de Diabetes*, el profesor Tuomilehto, de Finlandia, presentó una ponencia en este sentido: la puesta en valor del ejercicio físico como medio de disminuir el riesgo de diabetes mellitus, en especial la de tipo 2. También citó otros ensayos similares como los procedentes de DA QING, en 1997, en China, y otro realizado en Suecia, si bien la no randomización de los grupos a estudiar limitaba los resultados obtenidos en los mismos. Teniendo en cuenta todo lo anterior, podemos decir que si bien los beneficios del ejercicio físico son conocidos por los médicos y por la población en general, entendemos que su práctica deja que desear. A pesar de las facilidades que hoy en día se dan: circuitos urbanos, rutas verdes, actividades físico-recreativas municipales, gimnasios con música y televisión incluidas, cintas rodantes para la propia vivienda, etc, etc. Y esto es curioso, porque ya lo denunciaba nuestro médico Cristóbal Méndez, que se sorprendía de las excusas de falta de tiempo que muchos individuos ponían para no hacerlo.

Lo anteriormente referido, nos hace pensar que si bien parece somos conscientes de las ventajas del ejercicio físico, posiblemente no hemos sabido trasladárselas a la población en general para que esa práctica logre conservar o mejorar su salud.

Junto a las tres anteriores armas terapéuticas, modernamente se insiste mucho en la llamada «Educación Sanitaria». Faceta de gran importancia en la medicina actual y en casi todas sus especialidades. Creo que surge como consecuencia de la transformación de nuestro modo de actuar en la práctica. Pues, si bien el médico en general antes ordenaba o aconsejaba al enfermo —actitud de beneficencia para con el mismo—, y el enfermo lo seguía las más de las veces; en la actualidad ha cambiado el modo de relacionarse con el paciente y, en base a la actitud responsable de las personas —por aquello de la autonomía del paciente—, el médico actúa como informador técnico de las posibilidades diagnósticas y terapéuticas. Corresponde a los individuos el decidir sobre su caso en concreto.

Volviendo a la figura de Méndez, es llamativo que un médico se interese y dé a conocer pormenorizadamente los beneficios que el ejercicio proporciona a la salud. Tanto en la conservación de la misma, como en su recuperación en los casos que la tenían disminuida, dando origen claramente a la actual Medicina Preventiva, tan en boga hoy en día, como a la Medicina Rehabilitadora.

Y todo ello realizado a mediados del siglo XVI, fecha de la publicación del libro que nos ocupa. Sabemos que es el primer autor que de forma específica se ocupa del tema, prosiguiendo las doctrinas de la antigüedad clásica. En concreto las derivadas del *Corpus Hyppocrathicum* así como las de Galeno, muy en particular las del dualismo cuerpo-alma, buscando ejercicios que produzcan placer o deleite del alma y así poder mejorar el cuerpo. Se adelantó a otros autores humanistas del siglo XVI y siguientes como Luis Lobera de Ávila, Andrés Laguna, Blas Álvarez de Miraval, Francisco Vallés, entre otros. También al italiano Jerónimo de Mercurial que siempre ha sido considerado en la literatura físico-médica como pionero de la misma, pero cuya famosa obra *Ars Gymnastica* fue publicada en 1569. Posterior a la de nuestro médico andaluz.

Interés local del autor

Para Jaén en concreto creemos que el interés sobre Cristóbal Méndez no sólo persiste al titularse «vecino de Jaén», sino que estamos en condiciones de poder ofrecer algún dato que corrobora esta afirmación. Como bien decía el profesor Sánchez Granjel en su trabajo ya citado: «es en los archivos de Jaén donde era posible adquirir nuevos conocimientos sobre esta figura médica». Con esta idea hemos trabajado en el Archivo Histórico Provincial, en el Municipal, así como en el Diocesano. Y ha sido en este último donde teníamos más esperanzas de encontrar resultados positivos. Habida cuenta del poder y fortaleza del Cabildo catedralicio y de los concejos, según estudiosos de estas épocas (Dra. Rincón González).

Intentamos leer las Actas Capitulares del Cabildo de los años próximos a 1550, pero los caracteres de la escritura propia de la época hacían casi imposible la misma. Pero la amabilidad de la joven investigadora María Amparo López Arandía, con la que coincidimos en dicho archivo, supo de mi interés por el doctor Méndez y al poco tiempo fui sorprendido con noticias sobre nuestro protagonista. Por el interés de las mismas hago transcripción de estas referencias:

«Actas Capitulares, jueves 10 de septiembre de 1551, fol. 84 vº.

<Margen izquierdo> Médico p(ara) el ospital de la Madre de Dios, el dotor Mendez. Este dia los d(ic)hos señores dixero(n) q(ue) por q(ue)l dotor X (rist)oval Mendez se ofreció a curar los pobres del ospital de la Madre de Dios de balde, q(ue) acebtando su voluntad le no(m)bravan e no(m)braro(n) por medico del d(ic)ho ospital hasta la Navidad primera q(ue) verna».

«Actas Capitulares, lunes 18 de enero de 1552, fol. 94 vº.

<Margen izquierdo> Salario a los medicos del hospital de M(adre) de Dios.

Assi mismo mandaro(n) q(u)e el mayordomo del hospital de la Madre de Dios de al Bachiller Luis Vasquez de salario por este año res mill m(ar)avedie)s porq(ue) cure de curgía (sic), y otros tres mill al doctor Mendez

medico del d(ic)ho hospital, los q(ua)les ambos esta(n) proveídos por medicos del d(ic)ho hospital por este presente año».

La misma investigadora me amplió información sobre Cristóbal Méndez, en el sentido que perteneció a la conocida Santa Capilla de San Andrés, fundada en 1515 por don Gutierre González Doncel, protonotario que fue del Papa León X. No es este el sitio ni el momento de hablar de las finalidades de la citada Capilla de San Andrés, ni de las funciones de los cofrades de la misma. Pero por lo que conocemos, en ella siempre hubo una representación de personalidades relevantes de la sociedad de Jaén, como creo ocurre en la actualidad. Y los médicos no han sido excepción en esta cofradía de la Limpia Concepción de Nuestra Señora.

Por todo lo anterior, creo que Jaén mantiene una deuda importante con nuestro personaje. Por lo que desde aquí lanzamos nuestro alegato, a quien corresponda, dando a conocer a la sociedad de Jaén la importancia de un médico que ejerció en esta capital, junto al Arco de San Lorenzo, donde se ubicaba el citado hospital, y que presumió además en sus escritos de «vecino de Jaén». Tratando de hacer bueno el dicho tan conocido: «es de bien nacidos, el ser agradecidos».

Podríamos terminar nuestra intervención en este punto. Pero en la preparación de este trabajo se nos plantea alguna nueva incógnita. Especialmente en lo referente al motivo de su instalación en Jaén tras su regreso de la aventura americana. Resulta curioso que tras su crianza en la capital sevillana, no se quedara a residir allí. A este respecto no disponemos de datos ciertos. Tan sólo conjeturas acerca de la posible relación de Cristóbal Méndez con la familia de don Lope de Sosa, persona o personaje especialmente conocido por las estrofas de Baltasar de Alcázar en su famosa *Cena Jocosa*. Pero, como dice don Lope en las estrofas finales de la misma, ... «qué-dese para mañana». ◀

Antonio Salido Sánchez, *Licenciado en Medicina y Cirugía*. Ana José Salido Carrasco, *Diplomada en Fisioterapia*.
