

Medicina naturista

Pablo Saz (doctor en Medicina)

NATURISTIC MEDICINE. SAZ P.

Keywords: Naturistic Medicine, Complementary Medicine, History of Medicine

English Abstract: The criterion of naturistic medicine values that the health is maintained by the own body with their own systems. In illness

are these systems that are started by the named *vis natura medicatrix*, reaching almost always to the cure and to the balance. Current sciences like immunology and the general theory of systems support this medical interpretation. The medications and the procedures of the

naturistic medicine is some inespecific stimuli that start the possibilities offered by the nature with concerning the health and its re-establishment.

DEFINICIÓN

Hablar de Medicina naturista nos puede llevar primeramente a preguntarnos si toda la Medicina no es "natural". Para aclarar este concepto será bueno explicar qué se entiende por «Medicina naturista» o, mejor dicho, cuál es el criterio de actuación natural en Medicina ya que, como comenta el DR. PALAFOX en su traducción del libro *El método natural en Medicina* (SCHLEMMER), la Medicina Naturista es, ante todo, un criterio, una forma de actuación del médico ante el enfermo, y también una forma de vivir la salud y la enfermedad, y según su propia definición: «Una axiológica ordenación de los recursos curativos para facilitar la tendencia espontánea a la curación».

El DR. EDUARDO ALFONSO, en su libro *40 Lecciones de Medicina Natural*, recoge la definición dada por el DR. CONDE ANDREU sobre Naturismo en su folleto *Naturismo y Naturismo médico*: «...la ciencia que, oponiéndose al artificialismo, estudia las leyes naturales que rigen nuestra existencia y mediante el cumplimiento de dichas leyes, aspira al perfeccionamiento humano integral»; aquí se habla de distinguir entre lo natural y lo artificial. Un sistema médico fundado por Hipócrates que supone la existencia de una fuerza (*natura conservatrix et medicatrix*) de la que depende esta tendencia del organismo a conservar la salud y a recobrarla cuando la ha perdido.

También es conveniente oponerse a lo artificial o artificioso que, cuando

menos, puede impedir o anular incluso mecanismos específicos de defensa de nuestro organismo ante infecciones o reacciones. DELAVAL nos habla acerca de la decadencia de los automatismos biológicos en contacto con lo artificial, del fracaso del instinto, de la reacción de KONCHAKOFF ante la comida cocida, de las enfermedades de adaptación de las taras contraídas en la vida intrauterina (DELAVAL, 1970).

SILVA JARAMILLO ha presentado un patrón antropológico digno de tenerse en cuenta. Define la Medicina Naturista como un sistema médico-social, muy dentro del contexto de los adventistas americanos. En su planteamiento terapéutico considera que la salud se mantiene en base a una buena relación con el medio y, si se pierde, se recupera recuperando la relación con el medio ambiente. Propone:

- Alimentación
- Tierra
- Plantas medicinales
- Ejercicio físico
- Agua
- Cura mental
- Sol y aire

Todo ello es considerado desde un punto de vista de integralidad: el organismo está todo interrelacionado consigo mismo y con el medio ambiente. Define el naturismo como *un sistema homogéneo basado en la teoría y práctica de ideas para fomentar hábitos saludables*. También promueve una apertura a otros

sistemas médico-sociales: Homeopatía, Acupuntura.

El profesor BÜRING también nos da su definición: «*Está claro que ha habido siempre medicamentos naturales y curaciones naturales, es más, probablemente es la medicina más antigua que existe. Sobre todo ha habido siempre la curación natural, lo que es una curación espontánea sin más. La naturaleza se cura simplemente siempre por sí misma. Se denomina la terapia natural cuando esta terapia se aprovecha de unos procedimientos y al mismo tiempo intenta estimularlos e imitarlos. La medicina naturista es su enseñanza y su investigación*».

Pero quizás la mejor definición de este criterio o forma de actuación naturista la da el DR. HELLMUT LUTZNER (*Natura Medicatrix* n.º 15, 1987), en la cual expone que tratar según el método o criterio naturista significa tratar:

- a) con remedios de la naturaleza,
- b) en el sentido de la Naturaleza,
- c) adaptándose a la naturaleza del hombre; basándose en un principio fisioterapéutico fundamentado en la propia capacidad de autocuración.

PRINCIPIO FISIOTERAPÉUTICO: VIS NATURA MEDICATRIX

El criterio médico naturista valora que la salud la mantiene el propio cuerpo con sus propios sistemas y que en la enfermedad son estos sistemas los que se

ponen en marcha con la llamada *vis naturamedicatrix* tendiendo casi siempre a la curación y al reequilibrio de los mismos. Ciencias actuales como la inmunología y la teoría general de sistemas apoyan esta interpretación médica.

Los medicamentos y los procedimientos de la medicina naturista son unos estímulos inespecíficos que ponen en marcha las posibilidades ofrecidas por la naturaleza con respecto a la salud y el restablecimiento de la misma; con otras palabras: la curación natural. La medicina romántica ya había formulado las llamadas fuerzas de autocuración y descrito el «médico interior».

Este médico interior forma parte de la «naturaleza» de una persona, de la *fisis* en su antiguo significado. Se estimula e influencia esta *physis*. La medicina naturista entiende de esta manera el concepto de fisioterapia. Los principios importantes de esta autocuración han sido analizados científicamente hoy en día.

Este principio fisioterapéutico sirve a menudo como característica básica de la terapia natural. Es más importante que los medicamentos prescritos por la naturaleza, con los cuales practicamos la fisioterapia y definimos los procedimientos de la medicina naturista. No estamos solamente interesados en la medicina y el procedimiento, sino sobre todo en el **cómo** y el **por qué** de su eficacia.

ASPECTO METODOLÓGICO. REMEDIOS DE LA NATURALEZA

La terapia natural está definida ahora en gran medida de una manera pragmática y metodológica, en lo que se refiere a sus medios y sus métodos.

Los **medicamentos naturales** o remedios son:

- luz – aire – agua – tierra – clima
- vegetales – animales (sanguijuelas) – productos animales (cuajada, miel)
- minerales
- movimiento – respiración – ritmo
- alimentación – excreciones
- tratamiento con las manos

Entre otras cosas, se trata de saber aprovechar el medio ecológico que nos rodea.

Sus **características**: sencillos, presentes en la naturaleza, en todo tiempo, a disposición de todos, inocuos; sin embargo, razonablemente activos sólo con exacto conocimiento de la técnica de aplicación.

Las formas terapéuticas o procedimientos de la medicina naturista se

refieren al trato apropiado de los remedios mencionados anteriormente y son: la fitoterapia, la balneoterapia, la climatoterapia, la helioterapia, la termoterapia, la hidroterapia, la terapia del movimiento, de la respiración, de la nutrición, entre otras. Muchos nuevos procedimientos, que han sido tecnificados parcialmente, completan la oferta. La neuralterapia y la acupuntura por ejemplo tienen ahora unos buenos principios clínicos. Hay otros factores interesantes que sin embargo primero tienen que dar buen resultado.

Terapias como la homeopatía, la medicina tradicional china y la acupuntura, la medicina ayurvédica y otras medicinas tradicionales tienen muchos puntos en común con la medicina naturista y ésta se mantiene como un sistema abierto a novedades terapéuticas, lo cual no quiere decir que en la medicina naturista se cuelen todas las pseudociencias.

PRINCIPIOS DE APLICACIÓN. EN EL SENTIDO DE LA NATURALEZA

En la literatura médica de alrededor del cambio de siglo –e incluso más tarde– se hace una diferencia bastante uniforme entre cuatro posibilidades de trabajo, es decir, principios de una terapia (véase tabla I): la eliminación directa de factores de enfermedad (principio de *eliminatio*), el recambio de lo que falta (*substitutio*), la dirección (*directio*) de las funciones del cuerpo y de los cambios de la enfermedad y el principio del estímulo «saludable», capaz de producir la reacción adecuada en el organismo (*stimulatio*).

Tabla I. Los cuatro principios de la terapia médica

eliminatio la eliminación de la enfermedad
substitutio el recambio de lo que falta y de lo que está enfermo
directio la dirección (por ejemplo farmacológica) de las funciones del cuerpo
stimulatio el estímulo «saludable» y la reacción
(según M. Bühring und R. Saller: Los principios de trabajo en la terapia física. Heidelberg, 1986).

Los tres primeros principios terapéuticos son el gran resultado de la medicina universitaria moderna que ha tenido éxito: la antibioterapia y la cirugía eliminativa (*eliminatio*), la sustitución de las vitaminas y las hormonas y la ortopedia moderna (*substitutio*) igual que los grandes éxitos de la influencia farmacoterapéutica de las funciones del cuerpo (*directio*).

La Medicina Naturista contempla y lleva a cabo en sus terapias todos los principios terapéuticos que se enumeran a continuación en la tabla II.

Tabla II. Varios principios de trabajo o procedimientos individuales de medicina naturista

eliminatio:

- el evitar (por ej. venenos, alérgenos)
- el cuidar (por ej. descanso del cuerpo, programas de nutrición)
- el «eliminar» (por ej. ayunar)
- el enfriar (en el caso de los procesos inflamatorios)
- la anestesia local terapéutica, la neuralterapia

substitutio:

- varios programas nutritivos, «sustancias vitales»
- suaves tratamientos de entrenamiento
- helioterapia (vitamina D)
- alimentación térmica
- aspectos de la fisioterapia

directio:

- medidas con acción refleja (calor, frío, masajes, actuación con aparatos)
- procedimientos que estimulan la piel
- acupuntura
- homeopatía
- fitoterapia

stimulatio:

- hidroterapia, balneoterapia, climatoterapia
- terapia del movimiento
- aspectos del ayuno, el régimen crudo
- helioterapia (quemadura de sol)
- homeopatía
- aspectos de la fitoterapia

ADAPTÁNDOSE A LA NATURALEZA DEL SER HUMANO

La terapia naturista se adapta a la naturaleza del ser humano, respetando su equilibrio en todo momento y ayudando a las fuerzas curativas. Basa su arte, sobre todo, en los principios terapéuticos del estímulo y la adaptación.

El estímulo fisioterapéutico

La terapia del estímulo y de la reacción tiene sus propias leyes. Se refieren tanto a la práctica como al efecto de tales tratamientos. Algunos datos prácticos:

El estímulo terapéutico debe ser sobre todo natural y seguir un proceso natural, y eso en varios aspectos:

1) Debe corresponder a influencias y procedimientos naturales que son propios para el ser humano. El hombre por su parte debe poder reaccionar al estímulo; se podría decir que está acostumbrado a ello. En caso de una aplicación repetida debe existir la posibilidad de una adaptación. La elección de medicamentos naturales y de la naturaleza de los procedimientos se refiere a esta exigencia.

2) Este estímulo de la «naturaleza» debe corresponder a una enfermedad. Debe estimular procesos que corresponden a las posibilidades de un «médico interno» (véase más arriba) y de la *vis medicatrix* de esta naturaleza. A este respecto hay que tener en cuenta la clase de enfermedad, la fase de una enfermedad y sobre todo también las características de cada enfermo. La terapia del estímulo y de la reacción es una terapia muy individualizada y personal.

Al principio el estímulo natural puede provocar también una enfermedad del organismo con una reacción primaria desfavorable del paciente. Los fenómenos de la crisis de la curación y del entrenamiento, de la reacción al clima y del empeoramiento inicial homeopático son la expresión de esta «enfermedad saludable». Si conocemos los mecanismos que el cuerpo pone en marcha en la enfermedad, ayudamos a esos mecanismos: fiebre, astenia, anorexia.

3) El tratamiento con medicamentos naturales es la homeoterapia, igual que el principio de Samuel Hahnemann en la medicina. Relativamente tarde ha intentado fortalecer los poderes de curación de sus medicamentos, de potenciarlos, como se ha convertido en el principio de la homeopatía actual. Un C30 era para él la 30.^a fuerza, no la 30.^a dilución de un medicamento.

Reactio = adaptatio

La respuesta corporal y funcional a la terapia del estímulo en serie es la adaptación. Con la adaptación podemos recuperar la normalidad después de producir una reacción y también podemos mejorar las funciones.

La terapia del estímulo y de la reacción sigue otras leyes distintas que la dirección farmacológica unidireccional. Un ejemplo: una misma terapia del movimiento, exactamente igual, mejora en el caso de diabéticos del tipo II la regulación metabólica, equilibra los trastornos del metabolismo de la grasa, ayuda al paciente coronario en la prevención secundaria, aumenta la defensa inmunológica en el caso de una resistencia de infección disminuida, tiene un efecto hipotensivo con enfermos de tensión alta (en el caso de hipotonía el efecto es más bien hipertensivo), en el caso de osteoporosis estabiliza los huesos, en el caso de una depresión tiene un efecto muy positivo.

También hay principios terapéuticos específicos, como por ejemplo el hielo usado como antiinflamatorio y analgésico, el té negro como anticólera (MARCEN LETOSA), el baño caliente en el cólico nefrítico por litiasis renal, e inespecíficos, tratamientos sintomáticos y causales.

Condición previa importante para la entrada en acción de remedios curativos específicos es, a menudo, la terapia inespecífica dirigida a sistemas orgánicos (terapia de base (ARTECHE, 1991). Ésta actúa a través de:

—La ordenación y el cuidado de las funciones básicas (movimiento-respiración, circulación, nutrición, excreción, mantenimiento térmico, funciones cutáneo-mucosas) y

—Como terapia reguladora, que desbloquea los circuitos funcionales trastornados (foco, campo, trastornador, inhibiciones psicosomáticas) y proporciona impulsos para regulaciones debilitadas y amortigua formas reaccionales superdisparadas.

LA MEDICINA NATURISTA ANTE LA ENFERMEDAD

La medicina naturista tiene un análisis propio de la enfermedad el cual complementa a la medicina universitaria. La Medicina Naturista :

—Contempla al hombre enfermo como un hombre completo en su unidad corporal-anímica-espiritual

—Propone una terapia a nivel superorgá-

nico, «Terapia de la totalidad» por ello, estrictamente individual (diagnóstico de reacciones, de funciones en cada individuo).

—Ve en la enfermedad formas de reacción a los estímulos ambientales filogenéticamente grabadas y las aprovecha para la curación. También respeta y aprovecha las reacciones defensivas y las tendencias autocurativas cooperantes, así como los procesos de autorregulación. Por ello, en la crisis, respeta la *vis medicatrix* o la fisiología de autoorganización biológica.

En amplios círculos de la población, de los estudiantes y también de los médicos, se puede observar que existe un gran interés por las escuelas y sistemas de pensamiento completos.

Una expresión de ello es por ejemplo el interés estudiantil por la medicina tradicional de fuera de Europa, por la homeopatía y la antroposofía. La medicina se esfuerza para lograr un «cuadro más amplio del hombre, según el principio de la medicina naturista» (HUSEMANN, Stuttgart 1956).

Para médicos y estudiantes se trata de algo más que de la técnica y el poder de curar aún más rápido, más adecuado y menos nocivo, ya que predomina una convicción idealista con un interés filosófico acentuado —y a veces no muy perfilado.

La escuela universitaria se encuentra en una situación muy difícil. Desea una medicina seria, científicamente fundada e investigada. La medicina se debe poder objetivar y enseñar objetivamente, y la formación universitaria debe estar fundada en un pensamiento inteligente y racional; pero la escuela universitaria tiene aquí una gran responsabilidad; no está bien preparada para el nuevo interés estudiantil.

Los intentos para alcanzar una antropología y nosología —en lo que se refiere a la medicina naturista— con el fin de entender mejor la terapia naturista, significan un estímulo intelectual para la medicina naturista y un reto científico para esta asignatura.

El problema de Placebo en la Medicina Naturista

En principio se ha querido desprestigiar el placebo y la sugestión como algo que hay que suprimir para resaltar el estudio farmacológico, con dobles y triples ciegos. Pero el placebo y la sugestión son parte del tratamiento médico y la misión del mismo es estimular el placebo e impedir el nocebo.

El ámbito del tratamiento naturista abarca no sólo la personalidad del paciente sino también la del médico. La cuestión es transmitir la terapia emocionalmente al paciente. Para ello se permite la práctica de la sugestión.

En los últimos tiempos se ha generado una crítica sobre el efecto del placebo, que pone en entredicho el carisma y la personalidad del médico. En unas condiciones favorables y con el debido respeto por la personalidad del enfermo, esta curación no tiene nada que ver con engaños; ni en la medicina universitaria ni en la medicina naturista.

La terapia física nos ha enseñado a diferenciar entre medidas pasivas y activas para el paciente. Sus efectos psíquicos son mimadores y regresivos por un lado y estimulantes y activadores por otro lado. Existen diferentes posibles influencias ánicas. Por ejemplo para tratamientos de baño se están investigando ahora en la clínica psicosomática y en la psicología de rehabilitación unos contenidos de experiencias y efectos psíquicos que quizás sobrepasan los efectos somáticos en gran medida.

Y la experiencia nos enseña que la enfermedad somática casi siempre muestra una participación psíquica y que tiene una influencia sobre el estado anímico del paciente. De todos modos, la crítica de una influencia ánica no tiene importancia alguna para el tratamiento corporal.

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Este arte de tratar está en correspondencia con las necesidades naturales del hombre y trata de imitarlas, pues aporta ante todo una ayuda sencilla, con remedios naturales, fomenta su colaboración activa y su comprensión; transmite fielmente los principios curativos a la mano del paciente a través de la propia experiencia y práctica y lo hace con ello compañero en el plan de curación.

Atendiendo a la educación del paciente, proponiéndole cambios higiénicos en su vida y en su conducta diaria: el médico como educador es partícipe de esta conducta higiénica con sus hábitos diarios. Asimismo, la educación del paciente le lleva a respetar y cuidar el medio ambiente como parte importante de la salud.

Otro aspecto importante, no sólo para la Medicina Naturista sino para la salud en general, es lo que dice JOSEPH CALIFANO, ex-Secretario de Salud, Educación y Bienestar Social de los Estados Unidos:

Tabla III. Aspectos de una ciencia «alternativa»

	MODELO NO-ORTODOXO	MODELO ORTODOXO
Las dimensiones de la ciencia	modelo «alternativo»	modelo «cartesiano»
Relación Hombre-Naturaleza	el hombre como parte de la naturaleza, comunicación	el hombre como contraste de la naturaleza, dominio
Relevancia del conocimiento	orgánico, énfasis en la totalidad	mecánico, énfasis en los elementos
Métodos	cualitativo, hermenéutico	cuantitativo, experimental
Validez del conocimiento	subjetivo e histórico, moral, estética, valoración	objetivo
Valores del conocimiento	orientado hacia el valor, confuso, responsable	políticamente neutro, funcional
Integración social	Ciencia participatoria (cultura de laicos)	Ciencia profesionalizada (cultura de expertos)

Según Van Den Daele: Z.f. Sociologia 16, 403, (1987)

«Nos estamos matando solos con nuestros malos hábitos, nos estamos matando con la irresponsable contaminación del medio ambiente, permitiendo que persistan condiciones sociales nocivas, como hambre, ignorancia. El conocimiento médico y científico no resuelve automáticamente los problemas actuales de salud. Cabe preguntarse si tenemos la suficiente disciplina personal y la voluntad política para resolver estos problemas. Usted, como individuo, puede hacer más por su propia salud que cualquier hospital o aparato médico. La disciplina personal y la voluntad política

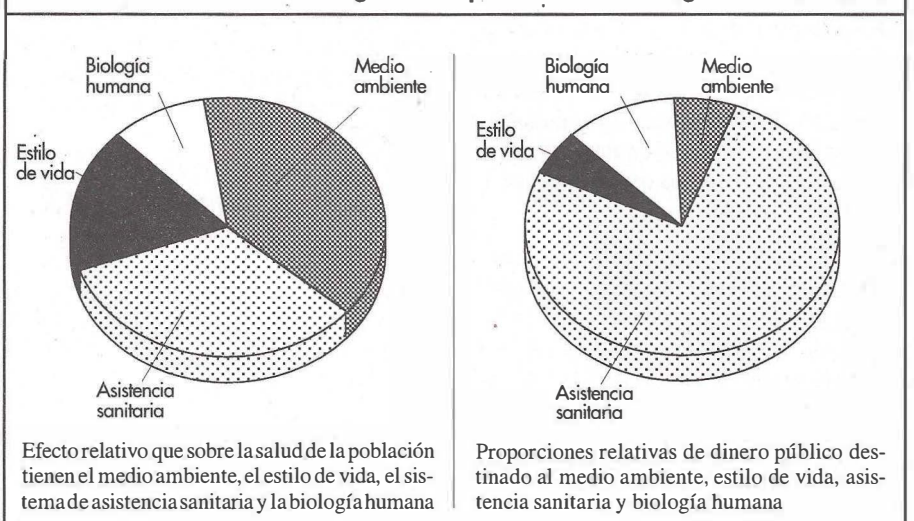
de mejorar salud y medio ambiente son pilares de la salud».

Así, las ideas de CALIFANO (1979) dan importancia a la educación personal y al medio ambiente como ya lo hiciera anteriormente LALONDE (1975).

Pero se trata de más: la literatura anglosajona ha formado el concepto de una *self-competence* para nuestro paciente. Además de la autoayuda tiene que ver con la independencia del paciente, el poder de sí mismo y por lo tanto la dignidad del ser humano.

Se trata del *point of determination*: ¿es cuestión del médico o también del

Gráfico. Informe Lalonde: diagramas representativos de algunas conclusiones



implicado, del enfermo mayor de edad? La terapia naturista y la medicina naturista les suministran los medios necesarios. Son generalmente accesibles. También el enfermo puede comprender las medidas simples y lógicas y eso le da confianza.

La educación, la ecología y el medio ambiente han estado claramente unidos al concepto de salud en la Medicina Naturista, ya antes del Informe Lalonde, del cual exponemos unos diagramas representativos de algunas de sus conclusiones en el gráfico I, al pie de la página anterior.

INVESTIGACION Y DOCENCIA

Es interesante recoger la opinión que el Profesor Buring aporta en su libro.

La terapia naturista y la medicina naturista son una asignatura bien establecida y clínicamente exitosa. La población la acepta bien. En este campo se dan unas posibilidades de abaratamiento de costes tanto en la prevención como en el tratamiento individual de la enfermedad. En el caso de los colegios de médicos y en los círculos estudiantiles se encuentra un gran interés, tanto práctico como filosófico. Es incomprensible que la representación científica de esta asignatura apenas haya encontrado eco en la universidad hasta ahora.

La Medicina Naturista contribuye de una manera importante al tratamiento de los enfermos. Esto constituye el valor pragmático de esta asignatura. Pero también se puede estimular el pensamiento fundamental con respecto a la enfermedad y la salud, la teoría de nuestra medicina, así como el trabajo científico.

Y así llegamos a la gran problemática de una investigación específica orientada hacia la medicina naturista y de un método de investigación dentro de la medicina científica.

La medicina naturista debe desde hace mucho tiempo un reconocimiento importante a la medicina balnearia y sobre todo a la medicina deportiva. Para la actividad corporal se investigó, además del efecto de ejercicio, el sustrato del cambio vegetativo y endocrino. Se han encontrado unos principios muy importantes en la estructura receptora periférica. Existen numerosos cambios y una bioquímica post-receptora cambiada (metabolismos en la célula estimulada) y por lo tanto podemos hablar de una sensibilidad vegetativa y endocrina modificada.

Se pueden esperar unos efectos simi-

Tabla IV. Cambio de paradigma dentro de la Medicina

CONCEPCIONES DEL ANTIGUO PARADIGMA	CONCEPCIONES DEL NUEVO PARADIGMA
<i>Tratamiento de los síntomas</i>	Además de tratar los síntomas, interés por detectar pautas y causas
<i>Especializada</i>	Integrada, preocupada por el paciente en su totalidad
<i>Énfasis sobre la eficacia</i>	Énfasis sobre los valores humanos
<i>Neutralidad emocional del profesional</i>	La actitud del profesional es un factor de curación
<i>El dolor y la enfermedad son totalmente negativos</i>	El dolor y la enfermedad son fuentes de información sobre el conflicto y la desarmonía subyacente
<i>Intervención principalmente por medio de medicamentos y operaciones quirúrgicas</i>	Intervención mínima con «tecnología apropiada», complementada con arsenal completo de técnicas no invasoras (psicoterapias, dieta, ejercicio)
<i>Cuerpo considerado como una máquina en buen estado</i>	Cuerpo considerado como un sistema dinámico, como un contexto o como un campo energético dentro de otros
<i>Enfermedad e incapacidad vistas como cosas, como entidades</i>	Enfermedad e incapacidad vistas como procesos
<i>Preocupación por eliminar los síntomas, la enfermedad</i>	Preocupación por alcanzar un máximo de bienestar, una «meta salud»
<i>El paciente es dependiente</i>	El paciente es (o debería ser) autónomo
<i>El profesional tiene autoridad</i>	El profesional es un compañero terapéutico
<i>El cuerpo y la mente están separados; la enfermedad psicosomática es mental, corresponde al psiquiatra</i>	Continuo cuerpo-mente; la enfermedad psicosomática entra en el campo de todos los profesionales de la salud
<i>La mente es un factor secundario en las enfermedades orgánicas</i>	La mente es un factor primario o equivalente a los demás en toda enfermedad
<i>El efecto placebo demuestra el poder de sugestión</i>	El efecto placebo demuestra el papel de la mente en la enfermedad y en la curación
<i>Confianza principalmente en la información cuantitativa (diagramas, pruebas, datos)</i>	Confianza principalmente en información cualitativa: informaciones del paciente e intuición profesional; datos cuantitativos son auxiliares
<i>La «prevención» se centra fundamentalmente en lo exterior: vitaminas, descanso, ejercicio, inmunización, no fumar</i>	«Prevención» coextendida a la totalidad: trabajo, relaciones, objetivos, unidad cuerpo-mente-espíritu

Según Marilyn Ferguson, *La conspiración de Acuario* (1985)

lares para los procedimientos termoterapéuticos (por ejemplo la hidroterapia), aún cuando las condiciones experimentales elegidas hasta ahora corresponden solamente a la terapia física.

Esta pretensión sirve por supuesto para toda la medicina, pero la medicina universitaria occidental no sufre tanto de la falta de un acceso científico más amplio como el que sufre la medicina naturista. La medicina universitaria ha logrado muchos éxitos con el método moderno y objetivo y sigue teniéndolos. Ha «enseñado», para que todo el mundo pudiera aprovecharse de ello. Para la medicina naturista llegamos sin embargo al sueño de una ciencia «alternativa», como VAN DEN DAELE ha titulado su interesante labor con respecto a este tema (Tabla III).

Se trata de una alternativa además del método válido ahora, el cual le llama el método cartesiano. Tomo como ejemplo el ideal de explicación orgánico frente al mecánico, lo especial del método herme-

néutico, no solamente los objetivos, sino también la valoración moral y estética de las relaciones, igual que la consternación del investigador como contraste a la postura neutra. Para la medicina, la defensa de una cultura laica frente a la cultura de expertos es también importante.

La medicina práctica clínica ayuda mucho a este intento de ciencia alternativa. La intuición del médico abierto hacia nuevas tendencias, la empatía con el enfermo, el trabajo en un grupo Balint son los típicos principios de esta clase. En la medicina orientada hacia la medicina naturista goza de una buena tradición.

Como motor para la ciencia alternativa VAN DEN DAELE observa una «crítica básica de nuestra sociedad industrial». Los autores de esta crítica son los «jóvenes formados» de nuestros tiempos.

En los últimos tiempos la universidad ha recibido mucho esta crítica. No ayuda

ni soporta a sus jóvenes formados cuando interpretan su malestar solamente políticamente, por ejemplo izquierda-intelectualmente. Las necesidades estudiantiles para una enseñanza alternativa y una investigación alternativa (por ejemplo en la medicina) provienen de una dudameramente filosófica y moral. ¡Este hecho no es rojo, ni verde ni negro!

No quiero dudar en la utilidad de una investigación extendida y en el valor de estos resultados. Pero estoy completamente convencido que se pueden investigar estos factores con los métodos modernos de la ciencia natural. Sobre todo en la medicina. La medicina naturista necesita este control y la disciplina científica. Me apoyo sobre B. RUSSELL (ZIMMERMANN: *Lenguaje en la época técnica*, 28, 41, 1990): «Esel instinto, la intuición, la comprensión que nos lleva primero a unas imaginaciones que más tarde pueden confirmarse o negarse. Quisiera añadir: deben confirmarse o negarse».

Me sorprende el hecho de que hay a menudo contradicciones en esto. Incluso los críticos con buenas intenciones objetan que la terapia naturista puede perder en el estudio controlado y el experimento científico su encanto, su *touch* específico. El médico puede perder su poder carismático. En mi opinión, esta objeción ya no tiene sentido en nuestra época.

Propongo seguir avanzando en este camino. Ya es hora para la medicina naturalista. Ganamos en seguridad y seriedad. Nuestra oferta terapéutica ganará. Pero también perderemos algunas cosas.

Tratamos la difícil pregunta de por qué una ideología orientada hacia la medicina naturista. Debemos aclarar si un convencimiento diferente realmente está basado sobre una opinión preconcebida, el fanatismo y la fantasía, o sobre la experiencia y el esfuerzo. Tenemos una gran responsabilidad tanto para nuestros enfermos como para los medios públicos que gestamos. Pero también para la totalidad del pensamiento médico y para la cultura en la medicina.

NUEVOS PARADIGMAS

El hecho de que este criterio vuelva a ponerse de moda o sea útil en la sociedad actual se debe a muchos factores, pero

sobre todo a que los paradigmas de la Medicina están cambiando y el criterio naturista, al igual que otros criterios llamados «alternativos» tienen muchos puntos en común y aportan ideas enriquecedoras a los nuevos «paradigmas médicos». Esta palabra, paradigma (que significa modelo o patrón -del griego *pará*, a un lado, y *deiknynai*, enseñar) alude a un esquema de referencia, para entender y explicar ciertos aspectos de la realidad; la expresión fue introducida por THOMAS KUHN en su libro *La estructura de las revoluciones científicas*, publicado en 1962. El mismo término se utiliza en la actualidad en otros campos como Educación, Economía y Medicina.

MARILYN FERGUSON, periodista norteamericana, en su libro *La conspiración de Acuario* habla de cambios de paradigmas dentro de la Medicina, de nuevas maneras de ver, percibir y expresar la salud y la enfermedad, de nacer y de morir. En la tabla IV se ofrece una comparación muy simplificada entre antiguos y nuevos paradigmas de la Medicina.

MEDICINA GLOBAL

Uno de los aportes del criterio médico naturista a la Medicina es el sostener una Medicina total de globalidad. Sin abandonar ninguno de los tratamientos de la Medicina, sino proponiendo la globalidad, la capacidad de integrar todos estos sistemas y llevarlos a la práctica médica y a la educación de los comportamientos sociales del medio que nos rodea.

La Medicina Naturista tradicional y actual defienden todo el concepto de terapia global y de salud global, y la participación en la salud desde los puntos de vista de otras especialidades, médicos, e incluso de otros profesionales parasanitarios que pueden trabajar en este concepto de salud global desde el criterio médico naturista. ○

BIBLIOGRAFIA

ALFONSO Y HERNAN Eduardo. «40 lecciones de Medicina Natural». Ed. Kier. Buenos Aires, 1976, 4ª ed., 688 p.

ALFONSO Y HERNAN, Eduardo. «Mis recuerdos». Ed. Autor. Madrid, 1.986.

ARTETXE, Aletxu. «La Hidroterapia como ejemplo de terapia inespecífica». Inédito.

AMEZWA VIEDMA, Cesáreo. «Medicina conductual». Rev. JANO. ENERO 1.992. VOL. XLII, Vol. XLII, n° 480 pp.29-63.

BÜRING, Malthe. «Naturheilkunde. Grundlagen, Ideen, Konzepte». Stuttgart: Urachhaus, 1991.

CALIFANO, J. «Healty People Report». US.Dept.of Health, Education and Welfare. Public Health Service, 1.979.

CONDE ANDREU, José. «Naturismo y naturismo médico». Madrid, Tip. Guillen, Julio 1.925.

DELAVAL Albert. «La Naturaleza no está de acuerdo o el espejismo del progreso». Sintés, 1.981.

FERGUSON, Marilyn. «La conspiración de Acuario». Ed. Kairós. Barcelona, 1.985, 531 p.

GARCIA LOPEZ. «Hidrología y Climatología Médicas». Madrid, 1.875.

GARCIA LOPEZ. «Lecciones de Homeopatía». Madrid, 1.872.

GONZALEZ DE PABLO, Angel. «Los orígenes de la Dietética y la Higiene actuales: La Dietética como régimen de vida. JANO, Marzo 1.992. Vol. XVII n° 985. pp. 51-82.

LAIN ENTRALGO, P. «La Medicina Hipocrática». Madrid, Alianza, 1.982..

LALONDE. «A new perspective on the Health of Canadians. 1.975.

LÜTZNER, Hellmut. «Métodos naturistas de curación». Rev. Natura Medicatrix. Primavera 1.987, n° 15, p.29.

MARCEN LETOSA, J.J. «Estudio de sensibilidad del bacilo del cólera ante infusiones de té negro». Inédito.

PANIAGUA J.A. «Las pautas higiénico-dietéticas medievales. JANO 1.985, 646 H. p 63-71

PORFIRIO. «Vida de Pitágoras». Madrid. Grados, 1.984, pp.25-59.

RIVES, F. «Tratado de Higiene terapéutica» Imp. Manuel Alvarez. Madrid, 1.864, 784p.

SILVA JARAMILLO, S.R. «Naturismo, Sistema Sanitario Social». L'Eina Editorial, Barcelona-89.

SCHLEMMER A.»El Método Natural en Medicina».Ed. Alhambra S.A.1.985.517p.

SOLSONA, Fernando. «Manual de Terapéutica Física Natural. Ed. Heraldo de Aragón. Zaragoza, 1.979.

TOSCANO AGUILAR, Manuel. «La Homeopatía española en el siglo XIX. Madrid 1957. Tesis doctoral inédita.