

La Medicina Hipocrática



Octavi Piulats (Ldo. en Filosofía)

En las publicaciones de tipo médico y naturista se ha hallado siempre presente el nombre y los aforismos de Hipócrates, y escasos artículos dedicados a temas de medicina natural han dejado de mencionar algunos de sus principios médicos. Es pues probable que los lectores se hayan preguntando a menudo por los fundamentos y principios generales de aquella primera escuela médica y por su exacta relación con el naturismo moderno.

A estas tácitas preguntas trata el presente artículo de dar una primera respuesta; sin embargo existe un problema, diríamos que “adyacente”, que también concierne a nuestro tema. La medicina alopática oficial suele tener a Hipócrates y a la medicina griega como sus fundadores. Otro tanto sucede con la Escuela naturista. Responder a este aparente dilema será pues ineludible. En esta introducción a la medicina hipocrática aceptamos en la medida de lo posible el mencionado desafío. Por supuesto que abordar un tema tan complejo, extenso y apasionante como es el de una introducción a Hipócrates en unas pocas páginas es tarea difícil; pido pues de antemano a los lectores comprensión por las limitaciones y hasta por las omisiones que algunas partes no esenciales de la doctrina hipocrática han sufrido bajo mi afán de poner el acento sobre la divulgación y la comunicación en detrimento, quizá, de la minuciosidad y la exhaustividad —que no en la rigurosidad.

HIPÓCRATES

Hipócrates de Cos vivió aproximadamente desde el año 460 a. de J.C. hasta el año 377 a. de J.C. Es pues una figura histórica y no semi-mítica como sucedía en el caso de Asclepios. De su biografía nos interesa en especial las fuentes de sus estudios y aprendizajes. A destacar que Hipócrates nació en el seno de una familia de médicos; su padre era médico-cuidador del Templo de Cos dedicado a Asclepios. Desde su primera infancia se familiariza con enfermos y enfermedades. Éste es un hecho importantísimo, ya que durante su pubertad y juventud recibe la sabiduría y la herencia de las escuelas asclepiades griegas.

El próximo acontecimiento a destacar son los viajes de formación profesional e intelectual que lo pondrán en contacto primeramente con las escuelas médicas pitagóricas y con los conocimientos empíricos del viejo Egipto. Como ya mencionábamos en el anterior artículo dedicado a los orígenes de la medicina en Grecia, la tradición insiste que un pitagórico, Heródicos de Selimbria instruye a Hipócrates sobre los principios dietéticos que los pitagóricos habían desarrollado. Por lo que respecta a la tradición egipcia y su excepcional importancia para la formación del joven Hipócrates, indicaremos que los médicos sacerdotes de la “Casa de la Vida” conocían per-

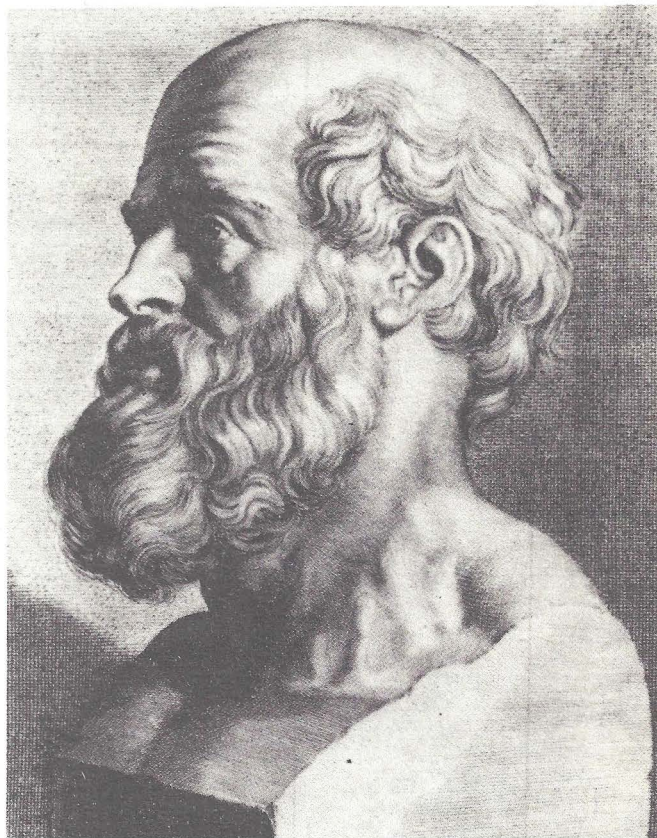


Imagen de Hipócrates según un dibujo que Pedro Pablo Rubens realizó de un busto antiguo de mármol. *National Library of medicine, Bethesda.*

fectamente la importancia de la alimentación, de la “mucosidad”, de las “crisis” en la gestación, evolución y terapia de las enfermedades, y además habían bosquejado ya una primera teoría de los humores que si bien todavía se hallaba indiferenciada del elemento mágico de la concepción de la enfermedad, era de una talla teórica respetable.

La medicina hipocrática va a nacer pues de las confluencias de esas tres tradiciones: la Asclepiada, la Pitagórica y en menor tono la Egipcia. Un cuarto elemento hay que tener en cuenta, el cual ya tratamos en el anterior artículo: la filosofía y ciencia presocráticas (1). Esta fuente y su influencia incidieron sobre la medicina hipocrática a través del concepto de *Physis* (naturaleza en griego) y a ella hay que remitir a todo el que quiera reconstruir los fundamentos filosóficos del hipocratismo.

Brevemente hay que destacar asimismo el problema que plantean los textos llamados “hipocráticos” que han llegado hasta nosotros. De hecho, y a pesar de los minuciosos trabajos dedicados al tema, todavía hoy no podemos tener certeza sobre cuáles fueron escritos por sus

discípulos o seguidores. Por consiguiente, a partir de ahora, usaremos siempre el término “escuela hipocrática” cuando nos refiramos a los libros comúnmente llamados de “Hipócrates”.

TEORÍA DE LA SALUD Y LA ENFERMEDAD

El punto de partida de nuestra investigación se centrará en divulgar la teoría de la salud y la enfermedad de aquella medicina; en reconstruir siquiera brevemente las bases filosóficas y epistemológicas (2) que sustentaban aquellos conocimientos.

En el artículo precedente vemos que los primeros médicos griegos, los Asclepiades, se hallaban en posesión de gran cantidad de conocimientos médicos empíricos; los primeros médicos hipocráticos aprovecharon sin lugar a dudas esta herencia intelectual. Sin embargo la diferencia esencial con los Asclepiades es metodológica; mientras los primeros recurrían en parte a esquemas míticos y mágicos para explicar la enfermedad y proceder a la terapéutica, los hipocráticos, influidos por el movimiento intelectual de los filósofos presocráticos, interpretan la realidad “patológica” desde esquemas racionales y lógicos. Es decir, los hipocráticos habían observado minuciosamente el comportamiento y la reacción de todo organismo vivo, fuera hombre o animal, frente a la enfermedad: fiebre, vómitos, sudores, evacuaciones frecuentes o astringencia, espasmos, ayuno y otros síntomas; asimismo, habían comprendido que dichas reacciones y signos tienen un sentido, una evolución, un comportamiento espontáneo y un ritmo. La finalidad de todas estas reacciones del organismo vivo y enfermo, apuntaba en principio a la “expulsión” de sustancias internas. Si el organismo conseguía esa expulsión venía la calma y el restablecimiento del equilibrio roto, es decir, la salud; si el cuerpo no conseguía esa “expulsión” acontecía la muerte o ocurría el equilibrio en lucha que se transformaba en una enfermedad crónica.

Partiendo de todo ese comportamiento espontáneo de todo *ser vivo*, los médicos hipocráticos elaboran una teoría racional, un esquema lógico y empírico que explica y aclara todos esos sucesos y constituye la primera etiopatogenia de Occidente: la famosa teoría de los humores que constituye la parte más importante de la fisiología hipocrática.

TEORÍA DE LOS HUMORES (3)

El cuerpo humano se halla esencialmente compuesto de:

- Sangre (Haima). Lo caliente y lo húmedo (la sangre es caliente y húmeda).
- Pituita o Flema (Phlégma). Lo frío y lo húmedo.
- Bilis amarilla (Xanthé khole). Lo caliente y lo seco.
- Bilis negra (Melaina khole). Lo frío y lo seco.

La enfermedad se iniciaba en el interior del cuerpo humano cuando la mezcla armónica y proporcional de dichos humores se altera. Como consecuencia inmediata de la desarmonía humoral solía producirse una acumulación de sustancias provenientes de la desarmonía en determinados lugares del organismo, lo que la tradición hipocrática llama un “depósito”. Este “depósito” debía 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 designa el momento álgido de la expulsión se traduce exteriormente en una *crisis*; y todo este proceso sucede con un ritmo. La expulsión de la desarmonía se produce pues por las vías eliminatorias: piel, heces, sudores, etc.

Sin embargo, esta primera etiopatogenia hipocrática sólo es el primer paso hacia la respuesta a la pregunta “¿Qué es la enfermedad?”.

La pregunta pertinente reza ahora: “¿por qué y cómo sucede la desarmonía entre los diversos humores?”. La respuesta hipocrática concluye: “a través del desarreglo dietético”.

El concepto de “dieta o diatia” en griego, es pues la clave de la etiopatogenia hipocrática. La palabra “dieta” ha de ser entendida aquí, en su sentido original heleno, como un concepto que abarca simultáneamente a los *alimentos y al ejercicio físico*. Es decir, la causa primordial de la alteración humoral que conduce a la enfermedad son la cantidad y calidad de los alimentos, su digestión, su absorción y eliminación residual, así como el gasto de la energía de los mismos a través de la actividad y el reposo.

En este punto hemos de hacer una precisión. En los textos hipocráticos se citan como elementos etiológicos junto con la dieta, la respiración, los traumas, el clima y las emociones internas o los venenos, en el apartado de causas externas. También se nos habla de *causas internas*, y entre ellas se menciona la “disposición biotípica”, el sexo, la edad y por supuesto el factor hereditario. No obstante (4), tras una lectura global de los textos se dedu-



Relieve interior de un cáliz que muestra a un hombre vomitando como un medio eficaz de liberar al cuerpo del exceso de humores.
Martin von Wagner Museum, Würzburg University.

ce que las mencionadas "causas" de la enfermedad generalmente (a excepción de un factor hereditario claro o un trauma) lo son como factor suficiente o desencadenante de la enfermedad, y no como factor necesario. El acento y la predominancia se halla pues fijado en el concepto de dieta.

He querido hacer hincapié en este aspecto, porque en la mayoría de las historias oficiales de la medicina suele desvirtuarse este aspecto fundamental del concepto de dieta en la medicina hipocrática. Más adelante volveremos a hablar sobre este tema.

Demos ahora la palabra a los mismos hipocráticos. Ellos indican que la "hygieie" (salud) es el más alto de los dones; la salud la califican como "dikaios" (justa) como "kalos" (bella) y "katharos" (pura), por el contrario, la enfermedad, que normalmente se menciona con el término "pathos" o "nosos", es vista como una desarmonía, como algo injusto, como "rebelión", "fealdad" o "impureza".

Continuando con la reconstrucción "viva" del mundo y la época hipocráticas, quizá sea también ilustrativo para el lector exponer siquiera someramente cómo actuaba el médico hipocrático en casos concretos. Tenemos algunas fuentes literarias a través de las cuales podemos acceder a una reconstrucción plástica y literaria de la fijación de un diagnóstico por un médico de la escuela que nos ocupa.

El médico hipocrático llamado por el paciente solía en primer lugar y antes de visitar al enfermo, obtener un conocimiento detallado de las fuentes de agua potable del lugar, de la climatología de la región y la orientación geográfica de la vivienda del mencionado enfermo. No sólo las relaciones del paciente con el medio ambiente eran tenidas en cuenta, sino que también las relaciones del mismo con la sociedad eran objeto de atención; opiniones de amigos y conocidos sobre el carácter y las reacciones del enfermo en su salud y enfermedad eran sopesadas por nuestro médico, sin descuidar la clase de conducta y los hechos sociales del mismo.

Luego se iniciaba la visita médica propiamente dicha, que normalmente empezaba con una conversación entre médico y paciente en la que el segundo exponía su historia clínica y la evolución y signos de la enfermedad; es decir el *escuchar* el conocimiento subjetivo del paciente era piedra básica para el futuro diagnóstico. A continuación, o durante la conversación, el médico hipocrático partiendo del tipo, el temperamento y el carácter del paciente empezaba a analizar los signos clínicos; es decir, observaba ademanes y expresión facial, palpaba al enfermo, tocaba el pulso, auscultaba los gorgoteos del intestino, analizaba a simple vista los excrementos, la orina y las expectoraciones del paciente, y según su criterio llegaba a olerlos o manipularlos. Parte central de la conversación con el paciente —caso de que éste pudiese soportarla—, era por supuesto la alimentación, es decir la dieta del enfermo; la clase de régimen y la frecuencia de los ejercicios físicos eran minuciosamente anotados y sopesados. Tras el análisis de todos esos signos clínicos emitía nuestro médico un diagnóstico, luego un pronóstico y finalmente un tratamiento del que a continuación nos ocuparemos.

BASES Y PRINCIPIOS HIPOCRÁTICOS

Esta ilustración en torno a un diagnóstico en la escuela hipocrática nos conduce a exponer sucintamente las bases epistemológicas del mismo. Los conceptos básicos del hipocratismo son por un lado los de "totalidad" e "interdependencia entre las partes que forman esa totalidad"; es decir, "sintetismo o integralidad"; por otro lado el criterio hipocrático de diagnóstico y tratamiento se mueve siempre en el marco de lo "subjetivo" y lo "interno". Ejemplificaremos esto: no le bastaba al médico hipocrático hallar la causa de un cálculo renal en la alteración de humor, sino que trataba de localizar la causa profunda que había llevado a la alteración de aquel humor o humores determinados, primero dentro del "todo" del cuerpo, ya que cada parte se halla en relación estrecha con la otra, pero además con el todo externo, es decir con el medio ambiente. Con el tratamiento se efectuaba un proceso parecido: al efecto de reinstaurar el equilibrio del riñón no se ceñía el médico hipocrático a este órgano, sino que, para fortalecerlo, en primer lugar fortalecía el todo, el organismo humano, la totalidad del mismo, y en segundo lugar prevenía la relación del organismo humano con el medio ambiente para que no volviese a sucederle algo similar. Y siempre en el tratamiento, y eso es importante, el mencionado fortalecimiento general del organismo se llevaba a cabo a través de la fuerza *interna* del mismo, de su energía *subjetiva*; en aquella medicina no sucedía como en la medicina actual positivista que trata con su terapia medicamentosa de fortalecer al organismo desde el *exterior*, dándole sintéticamente elementos químicos.

Esto nos lleva por último al concepto de *Physis* o Naturaleza. Para los griegos la *Physis* era lo primigenio, el origen del Todo. La Naturaleza era para ellos algo animado, poseedor de una fuerza, una energía vital, que era la portadora de la vida, del movimiento y de la finalidad; era la "divinidad", algo por encima de los dioses clásicos que las sagas y mitos griegos nos transmiten.

Dentro de este marco la enfermedad no era algo arbitrario, sino la consecuencia lógica de la transgresión de las leyes que regían la *Physis*; la enfermedad era pues una *Némesis*, una venganza proporcional al mal hecho a sí mismo o a los demás. Un griego de la época que resucitase en nuestro siglo nos diría que el cáncer y el resto de las enfermedades de la "civilización" es el tributo justo que tenemos que pagar a la *Némesis* vengadora.

En cuanto un organismo individual enfermaba, su parte de energía interna, que era la expresión máxima de su naturaleza, iniciaba el camino de la recuperación, pugnaba por recuperar el equilibrio perdido a través de los procesos antes mencionados. El médico hipocrático había aprendido a respetar esa fuerza, esa famosa "natura medicatrix" que llevaba consigo el objetivo de curarse. Las expresiones "conforme a la naturaleza" o "contra la naturaleza" las hallamos con gran profusión a lo largo de los textos hipocráticos.

No siempre la energía interna del organismo individual conseguía la curación; de hecho, dependía mucho del tamaño y la medida de la transgresión de las leyes de la naturaleza. En algunos casos, decían los hipocráticos, regía "Ananké", es decir, Necesidad; en éstos era inútil cual-

quier intervención por parte del médico, ya que el fatal desenlace era inevitable; mas la mayoría de las veces regia "Thyché" es decir "Destino, Azar" y en éstos la intervención del físico como ayudante de la Naturaleza era esencial. Sin embargo para apoyar a la acción de la naturaleza, para cooperar con la energía interna, se debían conocer las leyes de la misma.

Sobre las leyes, los elementos, la estructura y composición de la *Physis* se abrió un debate clásico en el seno de la cultura griega que, en especial, hizo furor entre los filósofos y científicos presocráticos. Partiendo de esas líneas básicas que anteriormente hemos expuesto, cada escuela presocrática (Pitagóricos, Eleatas, Milesios y otros) (5) dio su visión personal de la composición de la *Physis*; es lo que en filosofía se conoce como el problema del "Arché", del principio. Aquí nos limitaremos a continuar exponiendo solamente la visión hipocrática. De hecho será en parte un resumen de temas que ya hemos expuesto, pero esta recopilación filosófica es necesaria si deseamos luego dirimir y ajustar cuentas con los fundamentos científicos de la medicina oficial.

Empezaremos diciendo que para los hipocráticos la *Physis* tiene un "logos", es decir su actuación es racional, está sujeta a unas pautas lógicas no irracionales.

En segundo lugar nos referiremos a la problemática de la composición y principio de la *Physis*. En este tema no existe un acuerdo completo entre las diversas escuelas hipocráticas; algunos textos nos hablan de dos Elementos (p.ej. fuego y aire) originándose los humores del organismo a partir de esa Dualidad. Sin embargo, hacia el período de maduración del hipocratismo hay una tendencia en algunos autores a recurrir a cuatro elementos: agua, tierra, fuego y aire, probablemente bajo influencia del filósofo Empedócles de Acrágas. Cada uno de esos elementos es luego identificado con un humor y con un estado de temperatura.

El cuerpo humano es pues una mezcla de esos cuatro elementos-humores. Y esa mezcla es antagonica y armónica a la vez; es decir, los elementos son opuestos entre sí, y se hallan en una tensión, en una lucha móvil ("¿cómo conocer la salud sin conocer la enfermedad?" reza un proverbio presocrático). Sin embargo esa tensión de opuestos tal como acabamos de decir es armónica; esa mezcla es proporcional, no es caótica, por encima de la tensión rige la armonía de la misma; cuando esa tensión antagonica se desequilibra por insuficiencia o por demasia, aparece el desorden y la enfermedad. De aquí se deduce que el concepto clave terapéutico griego sea el de *medida* o *proporción*. A través de una dieta proporcionada se restablece la armonía simultáneamente entre los humores del organismo, y entre el "todo del organismo" y el "todo del medio ambiente" que le rodea.

Finalmente hay que recordar que la *Physis* no es el mero resultado de la adición mecánica de los cuatro elementos entre sí; si los europeos modernos juzgamos así espontáneamente es por las estructuras profundas que desde nuestra niñez nos ha inculcado el positivismo. Cada elemento es portador de una fuerza subjetiva animada; la suma de los cuatro da a la Naturaleza su estructura y su energía vital, su fuerza de carácter *subjetivo, viviente* y teleológica, es decir, que persigue un fin: la autocura-

ción.

Toda esta avalancha de conceptos abstractos era necesaria antes de efectuar la comparación de estructuras profundas entre naturismo, hipocratismo y medicina escolástica. Agradezco al lector por la paciencia de haberme seguido hasta este punto. Le pido ahora que me acompañe a una nueva reflexión, esta vez más ligera y llevadera.

HIPÓCRATES Y LA MEDICINA OFICIAL

Las "Historias de la Medicina" oficiales suelen destacar como rasgo central de la importancia de la medicina hipocrática su racionalidad desde un prisma histórico. Se alaba con grandes piropos al médico de Cos por haberse desprendido de los esquemas míticos y haber fundado por vez primera en Occidente una etiopatogenia racional, una fisiología, una anatomía, una técnica de diagnóstico, una terapéutica y así sucesivamente. Pero aquí suele terminarse el mimo y la admiración por lo que respecta no a la "forma" sino al contenido del mensaje hipocrático; es decir, la teoría humoral, el papel de la "dieta" en la etiología y en la terapéutica, etc. son condenadas a un silencio absoluto. Todos estos conceptos son para la medicina actual piezas de museo; algo superado, presto para archivar y manosear como una vieja reliquia.

El origen de esta valoración negativa de la tradición hipocrática la hallamos a principios del siglo XIX; en el instante en que la sociedad europea lleva a cabo la primera revolución industrial capitalista, nace inseparablemente unido a este fenómeno la filosofía positivista. Dicha cosmovisión positivista del mundo y la naturaleza irrumpen pues también en la medicina de la época y es la responsable de que la misma abandone de un plumazo toda la tradición hipocrático-galénica que, con más o menos altibajos y con mayor o menor pureza, había regido hasta entonces.

Los médicos de la época que se ocupan de las bases científico/filosóficas de esta revolución (6) exhortan a que la medicina se convierta por fin en una ciencia, indican sin descanso que la misma ha de seguir los pasos de la física y de la química, que se debe fundamentar una fisiología científica basada en un riguroso empirismo de laboratorio, en hechos comprobados, y destacan la necesidad de que la medicina use también del método matemático y siga el modelo científico hipotético/reductivo que a partir de Galileo empieza a imponerse en la civilización occidental (7).

Determinar con exactitud los porqués y las causas profundas de la irrupción del positivismo en la medicina y su aparente triunfo social sería objeto de otro artículo; aquí sólo me limitaré a indicar que la naciente sociedad industrial, orientada hacia una relación de dominio y explotación de la naturaleza desconocida en las sociedades pre-capitalistas, advirtió muy pronto la importancia que tenía el método positivista en medicina para solucionar teóricamente los problemas sociales con los que se debatía y *reforzó* socialmente el ascenso del positivismo. Pronto la visión positivista de la enfermedad y de la salud conquista las facultades de la época y en un corto espacio de tiempo la tradición hipocrática es relegada al ostracismo, se convierte en un elemento contracultural.

Con las teorías bacteriológicas de Pasteur y la celular de Virchow —por citar meramente lo más esencial— se echa al desván de los recuerdos a aquella medicina dialéctica, finalista, epistemológicamente subjetiva, que comprendía a la enfermedad como algo profundamente relacionado con el todo, con la sociedad y sus últimos fines, y creía en la relación con la naturaleza, armónica y proporcionada, para la curación de los organismos; para ser a su vez reemplazada por una medicina analítica, de reconstrucción externa y objetiva de la realidad y que servilmente no se pregunta por las últimas causas de la enfermedad ni por el papel que ejerce el todo social en su origen.

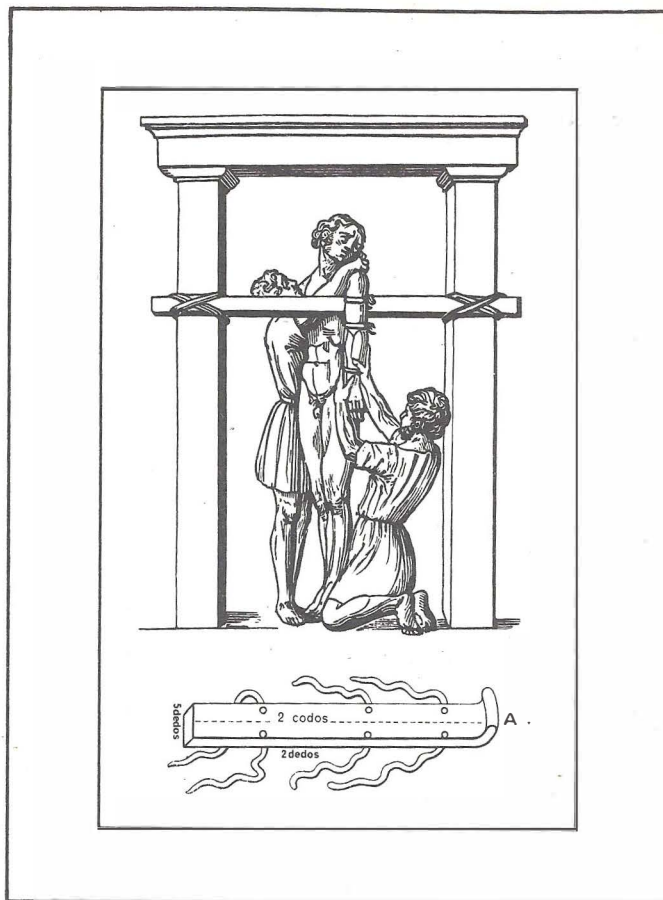
EL NATURISMO MODERNO

Para todos aquellos lectores que crean que el abandono de la tradición hipocrático-galénica reside en última instancia en el nuevo éxito de la reciente medicina positivista, es decir en los datos y estadísticas de curaciones; les recordaré que aproximadamente en la misma época en que en las facultades se destierra a la tradición antigua y por lo general (8) los médicos de oficio empiezan a no tener acceso a los conocimientos naturistas hipocráticos, en Europa se redescubre el hipocratismo por medio de la fundación del naturismo moderno en los países de habla germana. Es decir, históricamente hay poca diferencia temporal entre el atareado Pasteur y su microscopio y el joven Priessnitz, que observando el comportamiento instintivo de un gamo herido redescubre antiguos conceptos hipocráticos y los empieza a divulgar con un éxito inquestionable.

Es pues un hecho que induce a reflexión comprobar que en el instante en que los médicos de oficio “olvidan” el arte hipocrático aparece en el área práctica de la curación un espacio en blanco, un clamor de enfermos no sanados que sólo recibe satisfacción y curación cuando un puñado de simples laicos —a veces sin ninguna formación cultural— se pone a ejercer “de físicos”. Recordemos brevemente los nombres de Priessnitz, Kneipp, y tantos otros que no saben una palabra de fisiología moderna y nunca han visto un laboratorio pero que han aprendido a comprender cómo se comporta lo Viviente en su relación espontánea con su medio natural.

El naturismo moderno es pues un redescubrimiento de las bases médicas pitagórico-hipocráticas del mundo antiguo. Las bases científico/filosóficas profundas sobre las que se apoya el naturismo en nuestros días se remiten consciente o inconscientemente a la teoría de la enfermedad y la salud hipocráticas. El concepto central de naturaleza que maneja el naturismo actual, sin haberlo sistematizado, es una reproducción bastante exacta del primitivo concepto de *Physis* tal como lo entendían los hipocráticos.

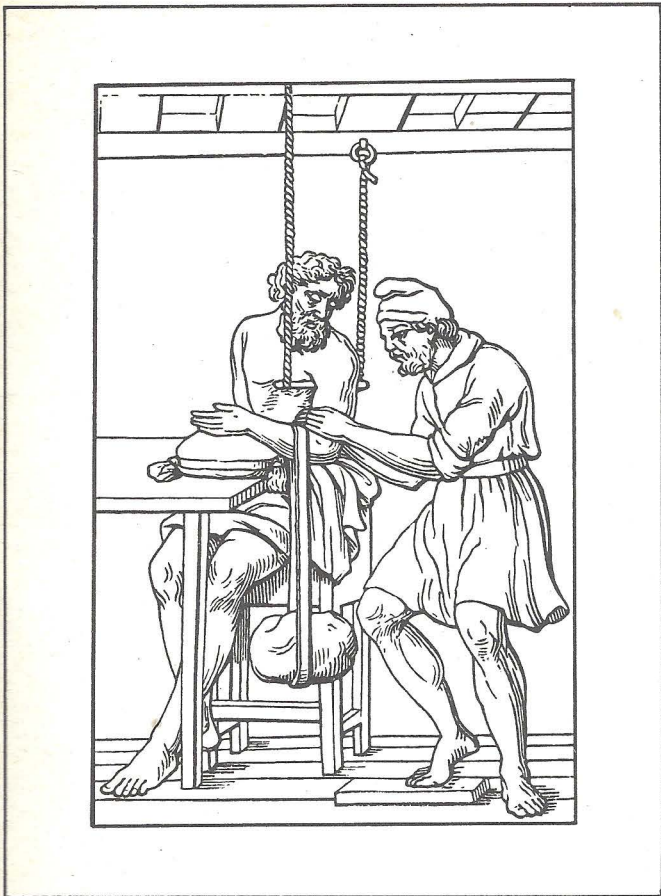
La visión naturista moderna de juzgar a la enfermedad como un intento del cuerpo de reestablecer la armonía del organismo a través de la energía subjetiva que todo cuerpo posee y recibe de la naturaleza, es una herencia absolutamente hipocrática. El criterio etiológico hipocrático basado en la Síntesis y en la Totalidad de las relaciones individuo y medio ambiente es una constante en todo intento teórico moderno sobre naturismo. El que la



La traumatología y el tratamiento hipocrático: reducción de una luxación del húmero mediante la tabla tallada.

“dieta” en sentido original griego sea la clave que permita entender y curar esta “relación” entre Hombre y Naturaleza es un postulado que si bien en los primeros años del redescubrimiento del naturismo por laicos no fue suficientemente aceptado (9), hoy es refrendado prácticamente por la totalidad de las escuelas o bloques naturistas (el anglosajón, el germano-centroeuropeo, el latinoamericano y el eslavo).

Sin embargo, el legado hipocrático más precioso quizás sea, como continuamente mencionamos, su peculiar fisiología. Este es un punto que el naturismo moderno ha asumido, más bien inconscientemente, pero sin extraer las últimas conclusiones de las enseñanzas hipocráticas. Hipócrates parte de la base de que todos los procesos fisiológicos de lo viviente son dirigidos por una Energía Vital que en Grecia es llamada *Energeia* (energía), de carácter subjetivo, interno e inconsciente. Esta energía vital se expresa o reside en los humores y en especial en la sangre oxigenada, es prácticamente la expresión aquí y ahora de la *vida*; de hecho es lo mismo que el *prana* hindú, o el concepto de *ser* de los filósofos posteriores atenienses. Durante todo el artículo se ha hecho hincapié en el concepto “subjetivo” para indicar que esta Energía Vital no es la mera suma de los procesos físico-químicos celulares del organismo; es algo más, algo irreductible (10). La tradición hipocrática nos legó pues todo un estudio de las pautas de comportamiento de



Reducción de una fractura del húmero según la medicina hipocrática.

esta fuerza y de su naturaleza y reacciones; sólo el que conozca cómo esa Energía se conduce espontáneamente posee el arte de curar.

A partir de la tradición hipocrática toda esa comprensión peculiar de la fisiología fue enriqueciéndose y revisándose. Retornando al tema que nos ocupa, es decir, relación entre Hipocratismo y Naturismo moderno, observamos que la parte central de esta fisiología, la Teoría de los Humores (la discusión en torno a la cantidad de humores, composición y relevancia de los mismos), ha sido y continúa siendo, para la etiología profunda, un tema inagotable a través de los siglos con más o menos divergencias. Destacaría de entre las muchas revisiones de aquella teoría primitiva hipocrática a dos nombres germanos: Gustav Schliekeyssen y Ragnar Berg, que partiendo de metodologías distintas (11) renovaron profundamente aquellos postulados en el siglo XIX el primero y en el XX el segundo.

TRATAMIENTO HIPOCRÁTICO Y NATURISMO MODERNO

a) Dieta

Finalmente nos resta pasar al tratamiento que la tradición hipocrática daba a la enfermedad y observar brevemente las relaciones de aquella terapia con el naturismo actual. Debido a lo complejo del tema y a lo limitado de

nuestro espacio me contentaré con dibujar algunos esquemas.

Como ya mencionamos el mismo criterio etiológico dirigía el tratamiento hipocrático de la enfermedad. Es decir, en lugar preferente se hallaban las maniobras dietéticas en sentido amplio. En los textos hipocráticos se afirma la superioridad de la alimentación como elemento del tratamiento sobre cualquier clase de fármaco (12). Por lo tanto, los hipocráticos sabían perfectamente que la armonía y composición de los humores dependía primordialmente del régimen alimenticio, de su cantidad y calidad; de las cualidades de los alimentos, ya fueran estos astringentes, o laxantes, ácidos o alcalinos, húmedos o secos entre otras propiedades.

En concreto, las maniobras dietéticas eran las siguientes: el ayuno ocupaba un lugar central, sobre todo en las enfermedades agudas; el semi-ayuno combinado con la famosa "tisana" (13) hipocrática era también muy empleado. Luego tenemos toda una serie de alimentos tales como ajo, cebollas, apio, pan integral y muchos más, que van siendo administrados, según precise el curso de la enfermedad, emolientes o laxantes o diuréticos, o en caso de franca recuperación, energéticos. Hallamos pues en las indicaciones terapéuticas hipocráticas, toda una serie de conocimientos trofológicos, que completa las enseñanzas primitivas pitagóricas y que son los verdaderos precedentes de la escuela naturista trofológica latinoamericana de gran tradición en nuestro país.

Llegados a este punto hay que destacar que en ninguna parte de los textos hipocráticos hay una alusión directa al vegetarianismo como medio de curación. Es cierto que en algunos pasajes se nos habla sobre la fortaleza e indigestibilidad de la carne de ternera y de buey; y en algunas ocasiones se alude incluso a las contraindicaciones que para la salud tienen en ciertos momentos regímenes cárnicos; sin embargo, una declaración expresa a favor de una alimentación vegetariana en sentido moderno o pitagórico no se halla en la medicina hipocrática. Tampoco hallamos en los textos puntualizaciones directas y expresas en torno a lo "crudo" como arma terapéutica; no obstante aquí debemos recordar que la alimentación corriente de la antigua Grecia se basaba esencialmente en alimentos en estado crudo o semi-crudo; alimentos tales como higos frescos, queso fresco, dátiles, soja, apio, ajos, cebollas, olivas, miel, raíces, ensaladas y manzanas constituían la base alimenticia de aquellos pueblos, sin olvidar por supuesto los cereales.

La impresión tras una primera lectura de los textos hipocráticos me lleva a afirmar que si bien la tradición hipocrática conoce y usa las virtudes terapéuticas de una alimentación alcalinizante, es decir, de un régimen basado en ayuno y alimentos atóxicos, emolientes y ligeros, aplicados según la constitución del individuo; el mismo sólo es empleado temporalmente y en relación con el curso de la enfermedad, para volver luego a una alimentación usual fijadora de nitrógeno, pero evitando los excesos anteriores. Dentro de las variadas maniobras dietéticas el acento recae pues más sobre las propiedades laxantes, emolientes y diuréticas de los alimentos que en otras propiedades de los mismos.

Lo que sí se deduce de la exposición anterior es que la

importancia que en las diversas escuelas del naturismo moderno han ganado los conceptos de "Vegetarianismo" y "Crudivorismo", significa un retorno a la primitiva visión dietética pitagórica más que una herencia hipocrática. Por lo menos así lo entendieron los impulsores del vegetarianismo científico moderno, desde Hahn hasta Waerland.

Con respecto al uso del "ayuno", al parecer es Hipócrates en persona quien sistematiza las ideas de la época sobre el mismo (la prehistoria del ayuno hay que buscarla en las primeras figuras semi-míticas europeas y en las actividades alimenticias de profetas y predicadores del fértil creciente) y lo usa conscientemente dentro de unas coordenadas científicas. Será precisamente la tradición anglosajona la que dará un nuevo impulso a las antiguas ideas hipocráticas, en especial los médicos naturistas norteamericanos Hooker y sobre todo Dewey.

Como ya indicamos con anterioridad, al hablar del concepto griego de "Diatia", el ejercicio físico tenía una importancia extraordinaria en el tratamiento hipocrático de las enfermedades.

En los textos hallamos recomendaciones expresas en torno a la duración y ritmo de los paseos, la gimnasia, descansos, sueño, reposos y actividades físicas; muchos de estos tratamientos se hallan en estrecha relación con la respiración y la sudoración. El peso que en casi todas las escuelas del naturismo moderno tiene el "ejercicio físico" como arma terapéutica, se relaciona pues indiscutiblemente con la tradición hipocrática. De nuevo el "olvido" forzado de la tradición hipocrática en medicina llevará a laicos a reedescubrir el concepto de gimnasia que Hipócrates había recibido de su cultura helena. En este sentido hay que mencionar la figura del poeta nórdico Henrik Ling, fundador de la famosa "gimnasia sueca", como renovador de la tradición antigua.

b) Otras terapias

Una vez que hemos indagado, siquiera muy superficialmente, en el concepto de dieta hipocrática y la "dieta" naturista moderna; podemos fijar nuestra atención en las terapias complementarias de aquella medicina. La primera en importancia es sin lugar a dudas la *Hidroterapia* (14). Todos los descubrimientos hidroterápicos que el naturismo moderno de Europa Central realiza a lo largo del siglo XIX por medio de figuras tales como Priessnitz, Kneipp, Hahn, Ch. Oertel, hasta Kühne, se hallan ya más o menos sistematizados en los textos hipocráticos. Las propiedades caloríficas del baño parcial o total con agua fría eran empleadas por los hipocráticos con enorme esmero y cuidado en relación a la fortaleza y tipología del paciente; igualmente sucedía con el baño o las compresas de agua caliente o tibia; en especial se destaca del mismo su poder analgésico, relajante y sudorífico. El baño caliente o tibio recibe generalmente más atención en los textos de la época que su homólogo frío. Baños de vapor, masajes y unciones se hallan asimismo dentro o en relación con la hidroterapia en los textos hipocráticos.

Casi un capítulo aparte merecería la "*Thalatherapia*" o curación por agua de mar. En los textos leemos a menudo la acción curativa que el agua marina posee sobre heridas y enfermedades de la piel. La importancia de los

baños de aire (*Eoloterapia*), sobre todo las tomas matinales, para la recuperación de la salud se halla claramente destacada.

De hecho, en el capítulo de la hidroterapia, es quizá Louis Kühne el único naturista moderno (aparte de algunos consejos del abate Kneipp) que aporta una verdadera innovación a las técnicas hipocráticas, al parcializar enormemente la aplicación del agua en el cuerpo humano.

La *helioterapia* ocupa también un lugar destacado en los textos Hipócrates parece partidario de las tomas de sol en "movimiento" sobre las tomas efectuadas en "reposo". En el siglo XIX será Arnold Rikli, el laico que reedescubrirá la importancia de la acción terapéutica solar, sobre todo en las enfermedades del metabolismo. Rikli emplea con gran éxito los baños de sol matinales y tardíos para la eliminación de toxinas en el organismo de pacientes afectados por tuberculosis, escrufulosis y afecciones reumáticas. Los efectos solares combinados con una dieta atóxica son asombrosos.

Finalmente nos ocuparemos de los *fármacos* (15). Las historias oficiales de la Medicina suelen hacer hincapié en el hecho de que la tradición hipocrática hace gran uso de los mismos. Sin embargo, en cuanto se leen atentamente los textos se constata que cualquier fármaco es siempre un elemento secundario dentro de las maniobras dietéticas, y cuando se emplea alguna vez con decisión, se dirige esencialmente a provocar con rapidez efectos astringentes o laxantes, vomitivos o diuréticos; es decir, la farmacología hipocrática siempre (exceptuando traumas o heridas) apunta a facilitar la expulsión de los humores tóxicos del organismo. Por otra parte, hay que tener en cuenta que la mayoría de los fármacos hipocráticos son, o bien un derivado o compuesto de productos alimenticios, o en última instancia un compuesto fitoterápico. Los fármacos hipocráticos de origen mineral (en especial los hallamos en el capítulo de las pomadas) se encuentran siempre muy en minoría frente a los fármacos de otras procedencias.

CONCLUSIONES

Muchos temas hipocráticos, tales como su anatomía, o la metodología de la terapéutica hipocrática (el tratamiento de lo semejante por lo semejante algunas veces y en otras por lo contrario) o la famosa deontología (el juramento hipocrático); han debido de permanecer en el fondo de las alforjas. Esto era inevitable debido a las limitaciones mencionadas en el inicio del artículo.

Con seguridad, el lector atento se preguntará por una aparente contradicción que se desprende de la exposición de Hipocratismo y Naturismo moderno que acabamos de realizar. El lector crítico cuestionará, con razón, por qué el médico hipocrático, tras curar a un paciente por medio de una dieta individualizada, según carácter y temperamento, básicamente atóxica y ligera, no recomienda una vez vencida la dolencia una vida dietética basada en el Vegetarianismo y el Crudivorismo.

Este es precisamente el punto donde el Naturismo moderno ha avanzado sobre la concepción dietética hipocrática. La mayoría de las escuelas naturistas actuales, han ido aceptando las primitivas tesis pitagóricas; es decir,

han ido poniendo el acento no sólo sobre la curación sino sobre la prevención o mejoramiento absoluto de la salud a largo plazo, y en este sentido han ampliado el concepto dietético hipocrático con las tesis vegetarianas sobre la alimentación. La construcción de un Vegetarianismo científico ha sido el gran logro del Naturismo moderno sobre la tradición hipocrática.

Finalmente podríamos decir que mientras la Medicina Oficial pocos "títulos" tiene sobre la tradición hipocrática (creo haber demostrado que históricamente es una ruptura con los postulados esenciales que animan a la medicina hipocrática), el Naturismo moderno tal como se comenzó a fundar en el siglo XIX y tal como luego ha ido evolucionando en el siglo XX, es un verdadero *Rena-cimiento inconsciente*; es decir, sin un contacto directo con los textos de la medicina griega, lleva a cabo un redescubrimiento general de las tesis que pitagóricos e hipocráticos habían desarrollado en el mundo antiguo. Hipocratismo y Pitagorismo son hoy las bases, los presupuestos generales, sobre los que se asienta la filosofía naturalista actual.

NOTAS

(1) Con el nombre genérico de "filósofos presocráticos" se designa a todos los filósofos griegos en general que vivieron antes del nacimiento de Sócrates. Sus biografías y enseñanzas transcurren en torno a los siglos VII, VI, y V a.d.c. y son los primeros pensadores de la cultura occidental.

(2) Epistemología: Con este concepto se suele designar en filosofía el estudio de las bases y presupuestos de cualquier conocimiento.

(3) Uno de los problemas a los que se enfrenta cualquier estudioso de la tradición y textos hipocráticos es la diversidad de opiniones y escuelas a lo largo de los mismos. Con respecto a la "teoría de los humores" existen diferentes ensayos y exposiciones de la misma; el cuadro que aquí expongo pertenece a una presentación tardía de la citada teoría, y ha de

comprenderse como un intento de algunos hipocráticos unificar la misma.

(4) Sobre el tema de la importancia y papel del concepto "dieta" dentro de la medicina hipocrática, ver el texto "Sobre la Medicina Antigua".

(5) Sobre estos temas, consultar las primeras páginas de cualquier Historia de la Filosofía; p.j. la de Abbagnano, Nicolás, editada en Ediciones Muntaner. Barcelona.

(6) En especial me refiero a los postulados del médico Francois Magendie.

(7) Sobre esta problemática consultar una buena "Historia de la Ciencia" p. ej. la de Taton, editada por Editorial Destino (Ancora y Delfin) Barcelona.

(8) La tradición hipocrática siempre se mantuvo en algunos grupos de médicos latinos, por ejemplo el nehipocratismo del siglo XIX.

(9) El acta de nacimiento del naturismo moderno, que tiene lugar en el área germana europea, sucede con la Hidroterapia, y han de pasar algunos años hasta que la alimentación tome importancia como tratamiento de las enfermedades.

(10) Esta problemática nos lleva directamente a la polémica entre idealismo y Materialismo, cuya resonancia empapa toda la Historia de la Filosofía Occidental.

(11) Gustav Schlieckysen, en su libro "Fruta y pan" se mueve en el terreno de la antropología comparada y la biología darwiniana, mientras que Ragnar Berg es químico de profesión.

(12) Sobre este punto ver el corto texto hipocrático "Sobre la alimentación".

(13) Para toda esta problemática consultar el libro hipocrático "Sobre la dieta en las enfermedades agudas", un verdadero clásico de la medicina.

(14) Ver el pequeño texto hipocrático "Sobre el uso de los líquidos".

(15) En griego "tó pharmakón".

Nota final: Las Obras completas de Hipócrates no existen en traducción castellana o catalana, que yo sepa; hay sin embargo algunos libros traducidos en diversas editoriales. El lector interesado en una lectura profunda de Hipócrates tendrá que remitirse a la Edición clásica francesa de "Littré". Otra edición bilingüe como la anterior, también en lengua francesa, no completa pero muy cuidada se encuentra en la editorial Les Belles Lettres. Gallimard, París. Está a cargo de varios especialistas en la materia y constantemente es ampliada. Dada la dificultad de acceso que presenta la primera edición mencionada ("Littré"), aconsejo a los lectores interesados manejar la segunda, a pesar de que no sea completa.