

LA DIETÉTICA INFANTIL EN EL GALENISMO: LA PAIDEIA EN LA OBRA DE CRISTÓBAL DE VEGA (1510-1573)

Autor: Justo Hernández González

Facultad de Medicina, Universidad de La Laguna, Sta. Cruz de Tenerife

Introducción

Comenzaré justificando y explicando el título de este trabajo. Será preciso explicar qué sea el galenismo. Galeno de Pérgamo (129- c. 215) se convirtió a la vez en el recipiendario y en el legatario de la medicina clásica griega, mas su abundante obra, más una enciclopedia que un sistema, dejó varias contradicciones y lagunas, que fueron solventadas paulatinamente por sus discípulos: se llama galenismo a ese cuerpo de doctrina cerrado, inmanente y autosuficiente. Además, la palabra dietética no tiene en la actualidad el mismo sentido que tenía en la Antigüedad clásica. Dieta significa ahora <<régimen que se manda observar a los enfermos o convalecientes en el comer y en el beber>>¹. Sin embargo, la *díaita* de la medicina griega es el régimen de vida, es decir, afecta a todo el *modus vivendi* de la persona. De ahí que cuando hablo de dietética en el título me refiero a la clásica, no a la actual. Además, incluye todo lo que se refiere a su desarrollo moral e intelectual, a la *sophrosyne*, equivalente al *honeste vivere* latino, que consiste en el dominio en general del espíritu sobre el cuerpo. Emplearé el adjetivo infantil en sentido muy amplio, un periodo que abarcará en este tema desde el nacimiento hasta la adolescencia, entre otras cosas, porque la palabra pediatría sería un anacronismo emplearla aquí. Por último, éste régimen, como he apuntado antes, persigue el ideal de la excelencia griega, la *areté* (la virtud), la educación integral, la *kalokagathia* (belleza y bondad), en suma, la famosa *paideia*², la *humanitas* de los romanos. Mas no conviene olvidar nunca que esta dietética será siempre individual, para clases acomodadas, alta burguesía, nobleza y clero. El campesinado seguirá acudiendo a los barberos, a los empíricos y a los curanderos. Esto empezará a cambiar en el siglo XVIII.

Un régimen infantil de Galeno

Galeno escribió *Consilium de puero epileptico (post 190)* en el que prescribió el régimen apropiado para un niño epiléptico. En una carta expone a su padre una serie de indicaciones precisas sobre cómo atender adecuadamente al niño. Lo primero que le dice es que el niño no se vea inmerso en acontecimientos o en circunstancias inesperadas. Deben evitarse éstas en la medida en que sea posible. Si a pesar de todo, se dan esos acontecimientos extraordinarios que acaban produciéndole un paroxismo, una vez terminado éste, el niño deberá abstenerse de todo movimiento, de modo que pueda descansar adecuadamente y se le dará, además una alimentación muy ligera y suave. Se le deberá purgar al comienzo de la primavera, lo que es muy adecuado en enfermedades convulsivas. Una vez purgado, deberá seguir este régimen: 1) nada más levantarse, deberá caminar con moderación en el gimnasio hasta que vengan sus preceptores; y, 2) después de los estudios, realizará ejercicios

acompañado por un maestro de ejercicios [lo que hoy llamaríamos preparador físico]. Insiste Galeno que los ejercicios son lo más importante junto con el medicamento que en su día le proporcionó (preparado a base del bulbo de plantas del género *Scilla*, parecidas a la cebolla). El maestro de ejercicios debe ser un hombre prudente de modo que no le haga ejercitarse hasta que se agote y que a la vez el ejercicio caliente el cuerpo y provoque la eliminación de las superfluidades³. En este planteamiento de Galeno se ve su idea sobre la movilidad equilibrada del cuerpo para conservar una buena salud. En suma, la ciencia del régimen, como vemos, es el núcleo del saber médico integrado con una filosofía de la vida, sin los cuales no se podrá garantizar el bienestar del cuerpo y del alma⁴.

El niño en el galenismo árabe

El *Canon medicinae* (c. 1020), escrito en árabe por Avicena (980-1037), contiene cuatro capítulos sobre el régimen del recién nacido así como del tratamiento de las enfermedades de la infancia: <<el régimen en la infancia –el periodo desde el momento del nacimiento hasta el comienzo del destete: muchos médicos sabios declaran que cuando nace un niño de buena constitución se le ligará el cordón umbilical a cuadro dedos del ombligo con un lazo limpio de lana. Luego, con rapidez, se endurecerá la superficie de la piel ligeramente con agua salada hasta que se seque el cordón. Después de esto, se bañará al niño en agua tibia, limpiando la nariz con los dedos, cortando las uñas e instilando un poco de aceite en los ojos. Deberá movilizarse el orificio anal, manipulándolo con el dedo índice, de modo que se abra. Una vez que el cordón se ha separado -lo que ocurrirá a los tres o cuatro días-, su muñón será tratado con una medida de ceniza de hueso o con vino con polvos de óxido de plomo>>. Para ceñir los miembros, éstos serán manipulados con mucha suavidad: <<cada parte debe ser moldeados según su forma apropiada>>. A la hora de dormir <<el niño será ubicado en una habitación ventilada con aire no demasiado frío. Dicha habitación deberá estar sombreada>>. En relación con el baño <<en verano con agua tibia y en invierno con caliente. Lo ideal será lavarle dos o tres veces al día>>. Respecto a la lactancia <<donde sea posible, el niño deberá mamar la leche de su madre. Entre todos los alimentos éste es el que se asemeja más, en cuanto a la sustancia, a los nutrientes que el niño ha recibido durante su estancia en el útero. Debería ser suficiente que el niño mamase dos o tres veces al día al principio sin permitirle que ingiera demasiada leche. Además de todo esto, dos cosas más deben tenerse en cuenta para fortalecer la constitución del niño: debe ser acunado suavemente, tarareando música o alguna vieja canción, o balbuceando al niño, conservando la costumbre mientras se le coloca en su cuna. El movimiento beneficia a su cuerpo y la música a su alma>>. En cuanto a las nodrizas <<si hay algún inconveniente que impida que la madre pueda dar de mamar a su hijo, deberá elegirse una nodriza. Después de mamar el niño debe dormir pero su cuna no debe ser mecida con intensidad pues se le podría revolver la leche en el estómago. Se le debe acunar muy suavemente. La lactancia durará de ordinario dos años y el destete no deberá hacerse bruscamente>>⁵.

El galenismo latino y los regímenes medievales

Los textos de regímenes llegarán a su apogeo en el Occidente latino convirtiéndose en un género literario médico independiente. Entre estos cabe destacar los compuestos por dos grandes maestros universitarios: Maino de Mainieri (+1368) y Bernardo de Gordon (1260 - c. 1318). De ahí que sus textos sobre este tema se llamen regímenes universitarios. Estas obras tienen dos partes bien delimitadas: una que podríamos llamar general, donde se aborda el régimen de las personas normales y otra, especial, donde se trata de aquellas personas que no pueden llevar el *modus vivendi* general: en este caso se encuentran los niños. A este respecto, cabe señalar que los historiadores generales interesados en lo que atañe al niño en la Edad Media no han sabido aprovechar la rica, valiosa e inestimable información que estos regímenes proporcionan.

Siguiendo una larga tradición vivida también en el mundo árabe, el médico - debido al tabú de no tocar los genitales de la parturienta- no solía estar presente en el momento del parto a no ser que existiese un parto con una importante distocia. A la madre la asiste la comadrona (*obstetrix*), que también atenderá a la nueva criatura. Lo primero que se hace después del parto es ligar el cordón, no muy lejos de la piel del vientre. Se hace con un hilo de lana retorcido, untado en aceite de ricino. Luego se corta, dejando un margen de cuatro dedos de extensión. Para facilitar la cicatrización de la herida es conveniente espolvorearla con sustancias astringentes como la sangre del Drago o la mirra. Maino cuenta que <<tras la escisión del cordón, las mujeres francesas acostumbra a poner únicamente saliva, otras ponen ceniza de conchas o de plomo, o de caña quemada o de calcáneo de ternero>>. Luego se procede a lavar al recién nacido con agua ni demasiado caliente ni demasiado fría. Su finalidad es limpiarlo de las suciedades que el niño ha arrastrado durante su paso por el canal del parto. Se asean los ojos, instilando en ellos unas gotas de aceite de ricino; se succionan las orejas y se limpia el conducto auditivo externo con el dedo meñique; con el mismo dedo se limpian los orificios de la nariz y con la uña, del dedo pulgar, se escinde el frenillo bajo la lengua. Se reconocen las extremidades y se procede a la limpieza del ano y a la evacuación de la vejiga. En algunas regiones de Francia, según Maino, se suele frotar el cuerpo del niño con sal finamente triturada y aceite, para consumir las humedades y para endurecer la piel.

Como ropa se utilizan unos trozos de tela de lino, de color blanco, con los que se envuelve al niño, fajándolo convenientemente. Hay que evitar que estos pañales puedan comprimir los miembros de la criatura. Después el niño se depositará en la cuna para que pueda dormir. Para ello se sugiere una habitación en penumbra. Se busca lograr un ambiente lo más parecido posible al claustro materno. La cuna debe estar lejos del fuego del hogar y de la luz del sol que pueda entrar por una ventana, ya que los médicos tienen miedo de que el niño se vuelva estrábico si una parte de su cara está más iluminada que la otra.

En relación con la lactancia, es preferible que su madre lo alimente, pues su leche tiene el mismo origen que la sangre que lo ha nutrido en el interior del

útero. Pero además, a través de la leche se transmiten hereditariamente una gran cantidad de factores, por lo que ser amamantado por una persona extraña a la familia, puede introducir en el nuevo ser modos de comportamiento y maneras de ser diferentes, a las que por nacimiento le corresponden. Sin embargo, llama la atención de la insistencia de los médicos en que los niños sean amamantados por su propia madre cuando en medios pudientes siempre lo hace la nodriza. Sin embargo, en los primeros momentos del nacimiento no debe ser la madre la que alimente al niño. Pues la madre está muy alterada por el parto y la leche que puede haber en sus mamas, lo más probable es que esté corrompida, cómo es evidente que está alterado su color. Por otra parte, hay que esperar, en la mayoría de los casos, a que se produzca la subida de la leche, que no es algo instantáneo. Así Gordon ofrece una receta para alimentar al niño que está compuesta de una mezcla de azúcar blanco, finamente molido, miel muy pura y aceite de ricino. Este compuesto líquido se puede poner cerca de la boca del niño para que lo chupe poco a poco. Es un preparado muy nutritivo que puede servir al niño durante los dos primeros días. Para favorecer la subida de la leche de la recién parida, se aconseja que alguien chupe de los pezones de la madre, ya sea una persona del servicio, o un niño que se traiga del hospicio. Esto es muy común en Francia, tal como cuenta Maino: <<las mujeres francesas hacen sorberse la leche por alguna mujer de baja condición>>. De todas formas, a veces ocurrirá lo que dice Gordon: <<hay muchas mujeres que son delicadas y nobles, o temen los trabajos o no tienen leche o su pezón es muy corto o porque están enfermas y así muchas causas similares y no pueden lactar al recién nacido, por lo que conviene poner remedio y buscar una buena nodriza>>.

Y como ocurre siempre, las madres campesinas salen perdiendo pues no sólo deben amamantar a sus hijos sino también a los de los nobles. La elección como nodriza recaerá una de ellas, la que los médicos juzguen mejor dotada para tal oficio. La nodriza deberá reunir las siguientes condiciones: que sea sana, de buena complexión [constitución] y de buenas costumbres; de entre 25 y 35 años de edad, llamada en estos textos la edad perfecta; ni demasiado gruesa ni demasiado delgada; lo mismo se exige a las mamas, pues las nodrizas de grandes pechos no son las mejores, las mamas deben ser intermedias entre blandas y duras; que haya tenido un parto eutócico y dado a luz a término y a un varón; entre mes y medio y dos meses después del parto; la leche no debe ser ni demasiado sutil ni demasiado gruesa y no tendrá un sabor muy fuerte ni un olor excesivamente intenso; deberá abstenerse de relaciones sexuales pues provocaría la aparición de leche con sabores fétidos y podría quedarse embarazada; tampoco deberá menstruar; de buen carácter; no debe airarse; no debe ser miedosa; no debe tender a la tristeza; y tampoco ni fatua, ni golosa y, sobre todo, que no sea borracha; deben ingerir alimentos de temperamento ni demasiado cálidos ni demasiado fríos; finalmente, deberán hacer ejercicio antes de comer.

Comenzado el periodo de la lactancia, que dura dos años, la vida del niño transcurrirá entre el baño, la comida y el sueño. Lo primero es la limpieza. Los médicos recomiendan bañar al niño en agua templada dos veces al día. El momento más oportuno es antes de que el niño coma, con el estómago vacío. Pues la leche, a causa del baño, podría corromperse en el estómago

produciendo obstrucciones. El baño que se acompaña de friegas o masajes deberá durar hasta que la piel comienza a ponerse sonrosada, esto es, hasta que se produzca una ligera vasodilatación. Luego, una vez seco, el niño será alimentado. Es conveniente que lloré un poco antes de mamar, pues es conveniente para el desarrollo armónico de los órganos armónicos y para que las humedades de la cabeza se evacuen a través de las lágrimas. Gordon propone el siguiente plan de alimentación: <<la nodriza, hacia el comienzo de la lactancia, deberá alimentarlo dos o tres veces al día, y no debe mamar más que una vez en cada sesión y no se le debe llenar demasiado el estómago de forma que tenga angustia o náuseas. No debe permitir que el niño mame de manera continua; pues debido a la gula pueden llegar a dolerle las fauces>>. Maino, en cambio, propone alimentar al niño tres o cuatro veces al día. Sin embargo en otra parte del texto parece inclinarse por la lactación a la demanda.

La cuna del niño tiene un lugar reservado en la habitación, lejos de la luz; y con una orientación determinada. Además debe estar bien abrigado. Si el niño no se duerme se procurará mover la cuna levemente, con un pequeño movimiento de vaivén. Otras formas para conseguir que se duerma son cantándole una nana o con un chupete. Lo que está prohibido es que se le acueste en la cama de la nodriza, pues ésta con algún movimiento inconveniente podría asfixiarlo. El niño tampoco debe llorar demasiado pues, sobre todo si es varón, podría herniarse.

Si la lactancia la lleva a cabo una nodriza, ese periodo puede extenderse hasta los tres años. Pero, para Gordon, si es un niño, conviene lactarlo durante tres años enteros, y si el final de ese periodo coincide con el verano, debe esperarse a que termine la estación. Mas, si es una niña basta con que la lactancia dure dos años o a lo sumo dos años y medio. La razón es que la mujer no necesita la fortaleza del varón, pues su función es únicamente custodiar la casa. Cuando aparecen los primeros incisivos la alimentación comienza a ser mixta. La comida tiene que tener unas cualidades similares a las de la leche y no exigir masticación. La lista de Maino incluye pan disuelto en agua de miel o en caldo de carne, papillas de harina de trigo y de leche animal, o el famoso pan disuelto en vino aguado. La aparición de los caninos cierra el periodo de la lactancia. Para conseguir que el niño deje de mamar se aconseja untar el pezón con mostaza, ajo o cualquier otra sustancia de sabor desagradable.

Acabada la lactancia, se incorpora a la vida familiar. A los seis años comenzará a ir a la escuela o, en el caso de los niños pertenecientes a clases bajas, pasará a desempeñar un trabajo: pastor, campesino, carpintero, etc. La escuela culmina a los catorce años, con la elección que ocupará en la sociedad. Según Gordon, puede elegir tres caminos, enumerados por este orden: las armas, es decir, la caballería; las artes mecánicas; y, la filosofía o la vida intelectual⁶.

Galenismo humanista: el *de victu infantium* de Cristóbal de Vega

El catedrático de la Facultad de Medicina de la Universidad de Alcalá Cristóbal de Vega (1510-1573) escribió un tratado de toda la medicina cuyo libro segundo tal vez sea el *regimen sanitatis* más completo de la medicina renacentista según los presupuestos del galenismo humanista que pretende la vuelta a los clásicos pero expurgados de todos los aditamentos bárbaros, es decir, medievales y arábigos. La característica fundamental es que la paideia volverá a ocupar un lugar predominante. Respecto al régimen es llamativo que comience con el estudio del propio de la gestante porque *dum infans in utero continetur, tota victus ratio ad matrem dirigenda est*. Esto no aparecía en los regímenes infantiles medievales que se han estudiado en este trabajo. Vega recoge la tradición clásica de estudiar a la vez la madre y el niño y de unir la obstetricia con la pediatría, cosa que vemos por ejemplo en Sorano de Éfeso, un autor del siglo I cuyo tratado incluye las dos materias. Respecto al régimen del niño, lo que dice es muy parecido a lo que ya se ha visto. Tal vez debe señalarse que acepta pacíficamente el uso de la lactancia mercenaria. Recomienda que la nodriza lo mueva, o en una cuna, o en una pequeña litera suspendida que las españolas llaman *columpio*, o bien en brazos. Insiste en que la nodriza no tome ajo pues su sabor pasará a la leche y el aliento del niño olerá a ajo. Y en seguida pasa a la paideia: <<yo, ciertamente, si se me encomendase el cuidado de príncipes desde su misma infancia, los pondría inmediatamente en manos de un maestro, de un pedagogo y un médico. Un maestro muy sabio, que ilustrara su ánimo con formación. Un pedagogo, que le inculcara las buenas costumbres. Un médico, que conociendo su temperamento, moderase toda inclinación de su ánimo hacia los vicios, todo mal afecto y toda perturbación de la mente: pues en un ánimo depravado y servidor de los vicios del cuerpo, no puede tener su asiento la sabiduría y la integridad de costumbres>>. Es probable que cuando Vega escribió este jugoso texto ya había sido nombrado médico de cámara de don Carlos de Austria, pero ésta es otra historia.

Otro aspecto sobresaliente es lo que dice sobre el consumo de alcohol en los niños. Insiste en que no debe darse vino a los niños y, para ello, se basa en el libro *Las Leyes* de Platón. Citando a este filósofo, sostiene que los niños no deben probar el vino hasta los 18 años, pues no se debe añadir fuego al fuego, al alma y al cuerpo que todavía no son aptos para cumplir trabajos: <<porque es necesario prevenir el hábito furioso de la juventud. Luego se usará moderadamente hasta los treinta años. Sin embargo, absténgase totalmente los jóvenes de la ebriedad y de llenarse de vino. Cuando lleguen a los cuarenta años, acudan entonces más libremente a banquetes, invoquen de una parte a otros dioses, de otra a Dionisio para las cosas sagradas y juegos de los ancianos, el cual distribuyó el vino con largueza a los hombres como remedio de la dureza de la senectud para que parezca que rejuvenecemos, y nos olvidemos del abatimiento, y la misma afección del ánimo sea llevada, como el yerro en el fuego, desde la dureza hasta la blandura, y se hace más flexible>>.

Además de recomendar el vino a los ancianos, Vega cuenta que ha conocido a no pocos niños que por beber vino antes de los siete años, cayeron en la epilepsia, otros padecieron fiebres ardientes, y otros pulmonía, y cómo algunos otros, que desde los siete a los 20 años estuvieron muy enfermos.

Por último, el texto más significativo se refiere la visión que Vega tiene de la paideia. Explica que el niño debe educarse <<hasta los siete años en alegría y tranquilidad, sin que esté sujeto a ninguna ley, excepto en su formación religiosa, moderando el pedagogo con suaves palabras su ímpetu y su inclinación a los vicios; salvo que sea un niño muy indómito, de modo que necesite también el látigo cuando se haga necesario; recibiendo fricciones y haciendo ejercicio sin esfuerzos durante toda su puericia. Cuando cumpla los siete años, instrúyasele en las disciplinas humanas [gramática], merced a un maestro alegre, benévolo, modesto, nunca severo o que atemorice, estudioso y experto. Después de los catorce años, cuando esté versado en lenguas y no antes de que entienda latín y griego, aplíquese a las disciplinas matemáticas, y a la filosofía desde los 18 años: absténgase totalmente del vino y aparte su ánimo de los estímulos venéreos. Mientras tanto, si decide dedicarse a las armas, monte a caballo, sude ejercitando las armas, y no desprecie las disciplinas matemáticas, y estudie filosofía de los 18, que conviene a todos los buenos varones, sin descuidar ni preterir estas dos primeras partes del arte de la medicina, que en gran manera llevan a reconocer la constitución del hombre [filosofía natural] y a conservar la salud [higiene]. Además, desde los siete años sea instruido en las buenas costumbres con la industria de un pedagogo, recomendándole memorizar las leyes y advirtiéndole que las cumpla. Apártese los niños de todos los excesos de las inclinaciones de la naturaleza, absteniéndose también de relacionarse con jóvenes mal educados, y haciéndolo con los estudiosos: pues dijo Teognis que *el bueno te formará bien y te enseñará la virtud*. Moderen sus intemperancias con alimentos, bebidas y ejercicios, y con ocupaciones honestas que alejen los vicios. Pues en los malos afectos del cuerpo, no puede asentar fácilmente la virtud, y las buenas costumbres no admiten la relación con hombres torpes. Desde los 20 años aprenda filosofía natural, moral y teología, y no descuide los ejercicios corporales, y cumpla cada uno sus propias obligaciones, guardando las reglas que atañen a las causas no naturales que hemos establecido más arriba, hasta la vejez, siendo dirigidos en todas estas cosas por un médico prudente y experto en el arte>>⁷.

Conclusión

Ya se ve claramente que estos planes tan ambiciosos no son para un niño normal sino para un pequeño príncipe o en el caso de los regímenes medievales para niños linajudos. El caso es que el niño raso no será tenido en cuenta realmente hasta el siglo XVIII, cuando se comenzarán a instaurar medidas adecuadas para aminorar la mortalidad perinatal e infantil junto con la síntesis de una educación medicinal con una educación moral. Evidentemente, no debe olvidarse del papel que la paideia podría haber ejercido a distancia en la configuración de esta síntesis. Pero tampoco se piense que estas medidas estaban encaminadas al bienestar del niño por sí mismo sino porque eran un bien del Rey: deberían crecer sanos y fuertes porque se convertirían pronto en buenos marinos, buenos soldados y buenos campesinos⁸.

-
- ¹ http://buscon.rae.es/drae/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=dieta
 - ² Jaeger W. Paideia: los ideales de la cultura griega. México: Fondo de Cultura Económica, 1990.
 - ³ Temkin, O. Galen's "Advice for an Epileptic Boy". Translated from the Greek. Bulletin of the Institute of History of Medicine. 1934; 2:179-89.
 - ⁴ Capriglioni JC. La *diáita* secondo Galeno. CFC: *egi*. 2000;10: 155-72.
 - ⁵ Duna PM. Avicenna (AD 980-1037) and Arabic perinatal medicine. Arch Dis Child. 1997;77:75-6.
 - ⁶ Gil-Sotres P. Les régimes de santé. En: Grmek MD editor. Histoire de la pensée médicale en Occident. Vol. 1. París: Seuil, 1995. p. 255-81.
 - ⁷ Vega C. de. Liber II. En: Liber de arte medendi. Lyon, Guillaume Rouillé, 1564, p. 189-406.
 - ⁸ Seidler E. El desarrollo de la pediatría moderna. En: Laín P director. Historia Universal de la Medicina. Tomo VI. Barcelona: Salvat, 1974. p. 203-15.