

Ensayo de rectificación a la dietética humana

Por el Dr. Alfonso G. Alarcón *

En el curso del año académico próximo pasado, tuve el honor de presentar a la consideración de la ilustre Asamblea, una comunicación relativa a asuntos de dietética. 1

En un estudio, necesariamente breve, traté de resumir los principios que acerca del particular creí haber conquistado en el curso de mi experiencia clínica; mas como las verdades que en esa ocasión me permití exponer, reñían con principios dietéticos clásicos y con determinadas ideas reinantes en fisiología, mi estudio, terroroso por imperfecto, dada la modesta calidad científica y profesional de su autor, recibió el honor de ser discutido y comentado con interés.

Si yo no rubiera abrigado tan profunda y sinceramente la convicción de que lo observado por mí en la clínica, especialmente en la clínica infantil; si las leyes formuladas por mí, a fuerza de meditación y pulimento, respecto de la serie de casos que con espíritu crítico y afán investigador he podido coleccionar como médico aislado, en los mejores veinte años de mi vida profesional, si no hubiera llegado

por caminos de sorpresa hacia verdades que no había visto formuladas, este primer acto de severidad del medio académico en la fecha de mi verdadero ingreso a su ilustre seno, hubiera enfriado mis entusiasmos; pero sucedió lo contrario. Precisamente el que mi voz, llena de timidez, no se hubiera perdido en el vacío, sino que fuera tomada en consideración y seriamente escuchada y criticada por uno de nuestros mejores ingenios, me ha animado a insistir.

Con ese propósito vengo en esta fecha de mi turno de lectura, a renovar con más cuidadoso afán las ideas que constituyen el fondo y alma de mi *doctrina*.

La voz del instinto. Los reflejos.

— El hombre sabe, porque se lo dice el instinto con la elocuencia del apetito, que debe comer. A esta noción lo conducen los órganos de los sentidos y la corriente del instinto capital de la nutrición. Los órganos de los sentidos, como receptores de la nutrición. Los órganos de los sentidos, como receptores de sensaciones diversas, correspondientes a otras tantas calidades de onda, le ilustran respecto del medio que le rodea, proporcionándole nociones que se relacionan con sus actividades como ser adaptado a su propio medio o como producto y parte del mismo.

El concepto de necesidad alimenticia se ha formado en su cerebro por el ejercicio de ani-

* Leído en la sesión del 10 de febrero de 1937 y publicado en este número por acuerdo especial de la Academia.

1 «La dispepsia de los alimentos líquidos.» GACETA MEDICA DE MÉXICO. Tomo **LXVII**. Página. 42.

males guiados por los recursos normales de relación entre el ser y su medio, que son los reflejos. Estos, que son las unidades del instinto, son de dos grandes clases: *reflejos absolutos*, *reflejos condicionados* (Pawlow).

El capital reflejo, la calidad y cantidad de liga, la fortuna estable e inmortal de relación entre el animal y su medio, la posee el animal mismo y la constituyen los *reflejos absolutas*, que podrían calificarse, por su naturaleza, de las más diversas maneras: reflejos fundamentales, reflejos invariables o inmutables, etc. Estos reflejos pertenecen en propiedad directa a la especie. El animal no puede modificarlos por acción individual más que en una proporción infinitesimal, que el hombre no es capaz todavía, por la brevedad de su existencia consciente sobre la tierra, de comprobar por observación directa.

Los reflejos condicionados son de otra naturaleza; son propiamente los factores de relación destinados a la obra indispensablemente "maleable de la adaptación. De estos reflejos sí dispone el animal; y cuando se trata del animal inteligente, además de crearlos, los complica, combina o disuelve. La gloria del ilustre Pawlow está en haber descubierto y precisado al máximo los caracteres de estos reflejos. El instinto de nutrición se compone, como cualquiera otra forma de instinto, de las dos clases de reflejos. El reflejo de succión, que el recién nacido es capaz de ejecutar perfectamente desde el instante del na-

cimiento y que ejerce probablemente durante la vida intrauterina, es un reflejo específico típico. La especie sin él sucumbiría en el acto.

La corteza cerebral del recién nacido *es virgen*; pero tan pronto como el nuevo ser entra en contacto con la *¡Naturaleza*, las ondas de ésta se dirigen a los receptores del *-pequeño organismo* y se inicia la impresión de nociones, constituyendo los reflejos de la categoría de los considerados en segundo lugar: es decir, los reflejos condicionados, reflejos relativos, reflejos de adquisición individual, reflejos disponibles o de adaptación.

Se observa en el reino animal que sus 'Componentes ejercitan este instinto de manera que nos parece automática y sencilla. Por eso el hombre, que con todo y su inteligencia dispone de fuerte instinto, parece que no tendría por qué preocuparse demasiado por el arte de satisfacer el instinto que le conserva la vida. Es una guía para cada animal y tiene tales caracteres de seguridad, que difícilmente lo conducen a error; de manera que si se razonase con sencillez, podría convenirse sin esfuerzo, como lo hacen los naturistas, en que la mejor conducta nutritiva del hombre debe de ser la que parece cuidar de los animales: la de atenderse al instinto.

Intervención de la inteligencia y la voluntad.—Pero el hombre se diferencia de los demás animales; por eso la fisiología experimental tiene tales y tan graves tropiezos y lo induce a incurrir en tan lamentables errores.

Se supone que primitivamente todos los animales hayamos pertenecido a una sola y única especie, pero lo que se ve es que ahora, en el transcurso de los milenios, los animales no se parecen ya sino en caracteres generales que corresponden al medio común.

Por eso el hombre no puede quedarse solo con su instinto; tiene interpuesto en el proceso de su evolución como especie, un factor que no puede él mismo eludir en el ejercicio de su fisiología, porque también es un producto natural físico-químico de las actividades de su propio medio: este factor es la voluntad.

En el orden de la alimentación, el instinto conduce al animal ciegamente hacia el alimento específico. El hombre con voluntad, el hombre maduro, puede torcer esa línea recta. Si quiere la sigue y generalmente lo hace; pero puede estorbarla por mil circunstancias que hacen o que harán que el animal en estas condiciones no realice el acto instintivo. Como el elemento principal de la atracción nutritiva es el gusto y como tratándose del sabor que es la no-

ción respectiva, hay una infinita variedad, el hombre *crea* con facilidad que satisfaciendo su gusto, cumple con su instinto.

Esto sería verdad y lo es para los animales de instinto puro; pero para aquellos en que la voluntad está bajo la luz de la inteligencia, a veces brillantísima, los caminos del instinto están sembrados de encrucijadas que pueden conducir al error.

Al hombre le pasa esto de manera progresiva. Se lamenta él mismo de ser menos feliz y menos saludable a medida que es más civilizado. Se considera más enfermo o más obligado a perseguir la salud artificiosamente, a medida que más se ingenia para la vida cómoda y la aptitud de la molición.

observa con desencanto y terror, que su ingenio científico lo precipita cada vez con más impulso hacia la degeneración o quizá su desaparición de la superficie del mundo.

¿Será que al hombre le estorban la inteligencia y la voluntad para el ejercicio del instinto de nutrición? Posiblemente.

(Continuará)

NOTAS

En viaje de salud salió para Rochester, Minnessota, nuestro consocio el Dr. Ricardo D. Alduvin.

reuniones médicas que tendrán verificativo en este mes nuestro buen amigo el Dr. Antonio Prazza de San Pedro Sula.

Para Alemania se embarcó con el objeto de asistir a las

Ocupando un alto cargo en el Hospital de Puerto Castilla se

encuentra desde el mes de julio el Dr. Alfredo G. Midence.

Recibimos en calidad de obsequio del Servicio de Profilaxis de la Fiebre Amarilla de Venezuela el hermoso impreso titulado ACTUALIDAD DEL PROBLEMA DE LA FIEBRE AMARILLA, escrito por los Drs. Arturo Guevara y A. González Puccini.

Nuestro amigo,, el notable escritor y cirujano de la marina chilena, Dr. Juan Marín Rojas nos envió su última publicación titulada ASPECTOS MÉDICO-SOCIALES DEL PROBLEMA DE LA TUBERCULOSIS, escrito por él y su hermano Manuel. Sobremanera nos interesó su lectura porque parece que los datos estadísticos los hubieran tomado los autores en nuestro país. Es muy agradable leer documentos tan llenos de dolorosa realidad, abordados con tanta valentía y en forma que no deja lugar a ninguna duda. Siempre hemos gozado leyendo los escritos del Dr. Marín y hemos reproducido algunos de ellos porque lo consideramos un patriota sincero y esforzado.

En calidad de Canje hemos recibido las siguientes publicaciones médicas: Revista de Medicina y Cirugía de Barranquilla, Colombia; Revista dos Cur-

sos, órgano de la Facultad de Medicina de Porto Alegre, Brazil; Boletín de la Escuela de Odontología de la Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Mayor de San Marcos, Lima, Perú; Anales de la Sociedad de Puericultura de Buenos Aires; Revista de Terapia Parentérica del Laboratorio Loeser de New York.

A todas agradecemos su atención y corresponderemos gustosamente.

En viaje de estudios salió para los Estados Unidos el Dr. Manuel Larios con la intención de asistir también al próximo congreso de Radiología que tendrá lugar en septiembre en Chicago,

La Dirección de Salubridad Pública del Estado de Minas General Geraes del Brazil ha tenido la gentileza de enviarnos el Anuario de Estadística Demográfico-Sanitaria publicado en 1931 y los Archivos de Salud Pública correspondientes a junio de 1937.

En el presente número concluimos la publicación de los bellos capítulos extractados de la Semiología Urinaria del canadiense Osear Mercier, discípulo aventajado y muy apreciado del Profesor Marión de París que por varios meses llegaron a nuestros lectores por considerarlos de extrema importancia;