DONOSTIAKO UDAL LIBURUTEGIA BIBLIOTECA MUNICIPAL DE SAN SEBASTIÁN

PAGINA MEDICA

LA TRAGEDIA DE LA OBESIDAD

Yo no quito un ápice en el calificativo.

Porque tragedia, clásica y auténtica tragedia que firmaría "muy a gusto" el propio Sófocles, es la que se produce en el hombre o en la mujer en el instante mismo que ésta o aquél ve reflejada su voluminosa figura en la mercurial superficie de su espejo.

Desde ese momento queda rota quizá para siempre, la rítmica monotonía de una existencia que veía caer con más o menos resignación, con mayor o menor paciencia, pero tranquilamente al fin, la arena del reloj de nuestro cotidiano vivir.

Pero entonces, ¡manes de Eurípides y Esquilo!, ¿qué sucede en aquel organismo para que de modo tan fulminante la intranquilidad y la desesperación se apodere de él ante el presente indudable y el futuro adiposo que le espera? Sencillamente: que ha surgido la tragedia. Que el individuo aquél se resiste a estar y a ser gordo, y busca, estudia, consulta, trata por todos los medios de perder kilos, oxidar grasas, recuperar, en una palabra, la "línea", que se esfuma como voluta de humo... Y acude al médico, en la esperanza de hallar en su consulta el remedio para detener un mal, el freno a la vertiginosa velocidad de su gordura. Pide, cuando ya desconfía ante la reiteración infructuosa de sus visitas, cualquier remedio, sea el que sea, una embrujada pócima capaz de contener el alarmante alarde progresivo de kilogramos. Todo, antes de continuar en aquel estado. Medicina o taumaturgia, metabolismo basal o redoma de hechicería, es lo mismo para quien explora, desesperado, en los caminos científicos y en los vericuetos profanos. ¡La tragedia en su "inmensa grandeza!

⁂

Para ellos, para mis buenos amigos los gordos, tan simpáticos, tan bonachones, tan cordiales, escribo estas líneas. Ven si es posible entresacar en su manifiesta vulgaridad pauta, guión o consejo que seguir. Si lo encontrarán —tal es mi propósito—, hallaría yo a la vez el más preciado galardón para mi intento.

Una persona obesa, hasta llegar a ese momento en que la grasa se apodera "resueltamente" de su economía, atraviese trts características fases: envida, primero; risa, después; más tarde, inspira compasión.

Es el primer período aquel en que el cuerpo "empieza" a ponerse grueso: las "formas" se redondean, los huecos "desaparecen". Un hombre corpulento, una mujer "llena". En esta fase, la juventud corre a la misma velocidad que la natural".

Llega el segundo momento. La risa es difícilmente contenida en presencia de un "gordo" en estafase de su obesidad. Sigue el aumento progresivo de grasa, y como todavía no se han presentado las complicaciones patológicas que esperan hacer su aparición en el período siguiente, surgen las chanzas, las fábulas y la rencial de un sujeto en esta etapa de su trasfases "humorísticas" ante la figura circunferencia ascendente.

No es nuevo. La risa es de todos los tiempos.

Del gordo Sileno se reía el pueblo cuando lo veía en aquellas famosas cabalgatas que organizaba en honor de Baco, su discípulo.

Falstaff, la encarnación popular de lo cómico, decía en sus lamentaciones: "¡Que un hombre de mi corpulencia soporte tan poco el calor como la manteca y viva entre semipternos derretimientos y evaporaciones!"

En esta fase, a pesar del aumento adiposo, el obeso puede hacer aún su vida casi de manera normal. Una ligera dificultad respiratoria en los pausados movimientos, fatiga siempre de origen funcional, ese lo que se aprecia.

¡Y llegamos a la tercera jornada! Al último o tercer período, cuando ya el "gordo" inspira compasión. Es la etapa en que tanto aumenta la adiposidad, que hace presa en los órganos respiratorios y circulatorios. El diafragma—músculo que separa el tórax del abdomen—queda empujado hacia arriba, a consecuencia del volumen del vientre. Los movimientos de respiración se dificultan más, aparecen de modo ostensible graves trastornos cardíacos. El obeso, cuando llega a esta desgraciada fase, no sirve para nada. ¡Hay que compadecerlo!

⁂

¿Que por qué engordamos? ¿Qué debemos hacer para perder esa grasa que es dueña de nosotros y de nuestra vida? Comprendo vuestros razonados interrogantes y quisiera poder saciar anhelos tan justificados. Pero heme aquí ante un problema no exento de dificultades. Estos "chispazos" no quieren salirse del margen simplista y de vulgarización que encuadra su enunciado, ni yo al bilvanar meterme en científicas disquisiciones, muy lejos del objeto de estas columnas, tan acogedoras de mi prosa destartalada. Vaya, pues, de la manera más fácilmente comprensible y esquemática, la respuesta que pueda servir de orientación a un lógico deseo de conocer causas y buscar remedios.

Por motivos de "fuera" y trastornos de "dentro" se produce este engrasamiento. Individuos que comen demasiado, bastante más de lo que necesitan para su nutrición normal; que no realizan apenas ejercicios; que su desgaste de energías es inferior a sus ingresos orgánicos, engordan "normalmente". Tal el motivo que "viene de fuera".

Dos personas que hacen la misma clase de vida y trabajan con la misma intensidad. Aun más: un flaco que come mucho y no engorda, y un obeso que no come casi nada y engruesa de una manera extraordinaria. Aquí el trastorno que se produce "dentro", ¿cuál su porqué? Basta con que sepáis que tenemos en nuestro interior unas glándulas, que por diferentes hechos patológicos disminuyen o pierden totalmente su función secretoria, siendo ello causante de la exagerada formación adiposa y de las graves complicaciones metabólicas que originan tales defectuosas secreciones.

Y, por último, no olvidemos el facor interesante de la predisposición congénita que se observa, no sólo en una serie de familias, sino que se hace extensiva a pueblos enteros y a determinadas tribus. ¿Tratamiento? Tampoco en este capítulo, extenso y prolijo, quiero ni debo ahondar en los intrincados departamentos dietéticos y terapéuticos. El médico a quién debéis acudir os dará, en el concreto marco de su misión facultativa, normas determinadas y científicos consejos para curar vuestro mal. Yo, desde estas columnas, limito mis aspiraciones a recordar, para el tratamiento de la obesidad—localizada la etiología de la afección—los regímenes severos, la escasa bebida, la disminución considerable de grasa en los alimentos, llegar incluso a su total supresión—cura de Banting—, como igualmente restricción de féculas, dulces y en general la "buena mesa": recomendar, por último, ejercicios moderados y pasios. En cuanto a medicación y procedimientos técnicos, en la opoterapia grandular y metabolismo hallamos principalmente el encasillado terapeútico para combatir las adiposidades que os atormentan.

Gordo amigo: Si me has hecho la merced de llegar hasta aquí, olvida el nombre del autor de estas líneas y recoge lo que creas puede serte útil.

¡Quién sabe si tendrá que olvidarlo todo!

Dr. Manuel FERNANDEZ-CUESTA.

OFICINAS PROVISIONALES de "EL PUEBLO VASCO":
Fuenterrabía, 8. Teléfono 1-08-12

UNA SINGULAR FAMILIA DE OBESOS

EL FRIO Y LAS ENFERMEDADES

UN POCO DE HISTORIA

La "influenza" o "gripe" no es una enfermedad que pueda tratarse a la ligera. En razon del caracter epidémico muy acusado que suele tomar, son muchas las personas que se preguntan por qué los médicos no la combaten con más energía. Se comprenderá mejor el problema señalando algunas de las dificultades que se presentan para llegar a positivos resultados.

Ya uno de los nombres de la enfermedad nos hace recordar que algunos médicos italianos del siglo XVII atribuían la influenza a una influencia de las estrellas. Y no nos encontramos hoy mucho más adelantados que los que en otros tiempos acusaban a una influencia maligna, colocada fuera del control humano, como causa de la afección.

La gripe no es una enfermedad moderna. Ya en 1403 y en 1557 vemos que a causa de ella los Tribunales de París debieron suspender sus sesiones, y en 1557 las toses y estornudos en las iglesias obligaron a interrumpir las predicaciones y a abandonar las misas cantadas.

EL BACILO DE PFEIFFER Y LOS VIRUS FILTRABLES

En la lucha contra este azote deben considerarse dos factores: la resistencia del cuerpo y el agente infeccioso. En lo que concierne a este último, el bacilo descrito por Pfeiffer en 1892 como "causa" de la influencia, quedó completamente desacreditado cuando, en 1918, no pudo ser revelado en muchos de los casos de la extensa epidemia de este año. Las teorías modernas se inclinan en favor de un virus de un tipo filtrante y tan tenue que es invisible con el microscopio ordinario. El cultivo de este microbio fuera del cuerpo humano ha encontrado, por otra parte, hasta nuestros días, muy grandes dificultades. A este propósito, será bueno advertir que, con muy raras excepciones, sólo el hombre parece vulnerable a sus ataques y con ello se hace más difícil un estudio exacto de la enfermedad.

DEFENSA ANTIGRIPAL

En lo que concierne a la resistencia del cuerpo, poco es también lo que puede afirmarse. Precisamente lo que caracteriza a la influenza, o gripe, es que no perdona a nadie, y que un primer ataque no inmuniza para otros posteriores. No hay, sin embargo, ninguna duda de que la enfermedad se trasmite por los estornudos y accesos de tos del enfermo portador de gérmenes y se tienen así algunos datos sobre la manera de dominar esta forma de contagio:

1.° El primer punto, de una importancia considerable, es el mantener una ventilación conveniente, muy particularmente en aquellos lugares en que debe reunirse un gran número de personas.

2.° Será conveniente gargarizarse para mantener la garganta y nariz en el más perfecto estado higiénico que sea posible y que no se favorezca el desenvolvimiento del microbio.

3.° Un buen régimen alimenticio y la evitación de exageradas fatigas y ayudarán a mantener el organismo en un estado de defensa eficaz.

4.° Se tendrá en cuenta que la penetración del cuerpo por el microbio de la gripe, cualquiera que sea su naturaleza, abre el camino a otros microbios y que son estos organismos secundarios los que originan las complicaciones que algunas veces se registran. La gripe sin estas complicaciones y en su forma habitual, rara vez es peligrosa, y será fácil evitar la pulmonía o cualquier otra complicación con la precaución de mantenerse en la cama hasta dos días después de haberse normalizado la temperatura. Por otra parte, no existe ningún otro tratamiento específico de la gripe fuera del de permanecer acostado. El riesgo de recaídas, con serias complicaciones, constituye el principal peligro de la afección. Será muy útil no perder de vista esta verdad. La prolongada debilidad y la depresión nerviosa que la siguen frecuentemente son una de las características más molestas de la gripe. En cualquier punto de vista que nos coloquemos, la gripe es una enfermedad que no debe descuidarse.

GRIPE Y CATARRO

La gripe es frecuentemente confundida con el catarro ordinario aún más extendido y casi no menos importante por los inconvenientes que representan las horas de trabajo que hace perder y el debilitamiento general que arrastra. No se sabe tampoco gran cosa del microbio del catarro; pero se conocen bastante bien las condiciones fisiológicas que favorecen la declaración de la enfermedad.

Los catarros son siempre debidos a una infección del organismo. Si se toma frío o se pone uno en contacto con la humedad, esta infección se desenvuelve rápidamente. La primera medida, por lo tanto, para evitar los catarros será resguardarse de la humedad y de los enfriamientos.

LOS NIÑOS, LAS ESCUELAS :-: :-: Y LA GRIPE :-: :-:

Un niño que sale un día de sin las debidas precauciones tendrá pronto empapados en agua sus ropas y calzado. Si se encuentra en buen drá, sin duda alguna, mientras se mantenga en movimiento, compensar la pérdida de calor que representa la evaporación. Pero una vez en la inacción de la escuela, será peligrosísimo que conserve sobre su cuerpo las prendas húmedas. Al coincidir su inacción física con el momento en que la evaporación comienza a hacerse, sufrirá un considerable gasto de calorías a expensas de su organismo. Y roto el necesario equilibrio, se pondrá en condiciones particularmente favorables para que se declare el catarro.

Los directores de las escuelas y los profesores podrán igualmente colaborar muy útilmente en la lucha contra la gripe y los catarros.

Siempre que sea posible, es muy deseable que los escolares dispongan en el colegio de un par de calcetines y de zapatos bien secos, que les permitan sustituir, en los días de lluvia, los que traen de la calle. Cuando esto no sea posible, podrá también evitarse un gran número de enfriamientos si se autoriza a los escolares a secarse a su llegada cerca del fuego. Todos estos medios evitarán que los enfriamientos no pasen de una manera harto onerosa en el sistema de regulación del calor del cuerpo humano.

Dr. FERNAN PEREZ.

Hotel Jauregui
RESTAURANT
Teléfono 1626. —:— Florida, 28. VITORIA
PROXIMA APERTURA

EL VINO Y LA HIGIENE

Con la palabra aperitivo se denomina todo aquello que es capaz de despertar el apetito. No puede, pues, aplicarse esta palabra para designar una cosa que, a la hora en que todo el mundo siente la necesidad de tomar alimento, no hace más que quitar las ganas de comer. Esta falsa acepción nos ha sido importada del extranjero por algunos señoritos españoles que renunciaron no sólo a su españolismo, sino hasta a su "europeismo", dándoselas de americanos, intoxicándose con bebidas exóticas de esas que se han ideado, naturalmente, en países que no producen buen vino.

Nosotros los españoles meridionales, más conservadores de nuestro idioma y de nuestras tradiciones, más sinceros y más conocedores de todo lo que hay bueno en esta bendita tierra, sabemos desde tiempo inmemorial qu un poco de buen vino con algún "empapante", tomado un poco antes de almorzar, estimula en el hombre sano las secreciones del estómago, preparándolo para hacer una buena digestión, y por eso, a los que estos malos españoles llaman "aperitivo", lo llamamos "tomar las once", no porque se haya de tomar a esa hora precisamente, sino porque lo que se toma tiene once letras: "Vino de Montilla, Vino Condado, vino Moriles, vino de Jerez", y hasta "aguardiente). Esto es una cosa útil, lógica y no se engaña a nadie, todo lo contrario de lo que supone envenenarse con ajenjo, "whisky", ginebra y "cock-tail", con todos los ingredientes insanos que contiene. ¡Habrá que oír lo que diga un españolísimo langostino cuando le den un baño con cualquiera de esos venenos, palabra con que se debe conocer esos líquidos que cuatro niños mal educados en el Extranjero nos han impuesto de moda.

Ahora bien: sépase lo que eso significa: Primero, constituye un atentado contra la riqueza nacional, puesto que viviendo más de cuatro millones de españoles de ese inimitable producto del suelo de la patria que se llama vino, lo sustituyen con otro producto extranjero que pagan mucho más caro.

Segundo, en España jamás, mientras se bebió vino, hubo alcoholismo, pues bien demostrado está que esa intoxicación donde se padece de una forma alarmante es en todos los países que tienen la desgracia de no tenerlo. Bien reciente está la experiencia de los Estados Unidos de América. El alcohol en los buenos vinos de uva disuelto al 10, 12 y hasta el 15 por 100, que es como los tienen en España los vinos de presa, tomado en cantidad de 100 gramos diarios y en dosis fraccionadas, como se toma en nuestro país, no sólo constituye una bebida higiénica, sino un alimento nutritivo, en el que toma parte todos los componentes de dichos vinos. Claro es que si se abusa de ellos, aun en estado sano, pueden ser perjudiciales; pero así lo pueden ser igualmente alimentos tan importantes como la leche, los huevos, la carne, el azúcar, y nada hay que decir de estos efectos en ciertos y determinados enfermos. En cambio, los alcoholes procedentes de otras frutas que no sean las uvas y, sobre todo, los que proceden de semillas y otros mucho peores, que son los que se utilizan para la composición de todas esas bebidas exóticas mencionadas, son siempre perjudiciales para el hombre sano, aun en pequeñísimas cantidades.

Tercero, de lo anteriormente expuesto se deduce que sólo el vino natural de uva es el que debe tomarse en todas las ocasiones de la vida del hombre; y en aquellos países que no tengan vino como el de España, ya saben de dónde lo han de llevar más sano y más agradable que todo lo que ellos producen para sustituirlo sin conseguirlo. La variedad de vinos en España es tal, que no puede igualarla ningún país; sobre todo, los buenos vinos dulces son casi exclusivos de nuestra tierra y de nuestro sol.

Esas malas costumbres de beber vinos extranjeros empiezan a producir el daño que es lógico produzcan, aumentando el alcoholismo en estos últimos años hasta en la mujer, que en España jamás lo padeció. Añádase a esto la nueva maldita costumbre de que fumen las mujeres, las indumentarias masculinas que se van poniendo de moda, y día llegará en que no sepamos si cortejamos a una dama o a un carretero. Yo, por de pronto, para que no se dude de mi sexo, gasto barba y no fumo, y los que no lo hagan así, ya verán a lo que se exponen.

Las autoridades debieran ordenar que en tabernas, colmados, botillerías y cafés se beban vinos españoles con los límites que una buena higiene aconseja, como, por ejemplo, que se despachen los vinos de poca graduación, como son los corrientes de la Rioja y Castilla, por copas. El obligar esos comerciantes a sus parroquianos a tomarlos por botellas, si los quieren beber, predispone al abuso, no habiendo razón para que los vinos finos de marca se vendan por copas, y los tintos y blancos de pasto sólo se vendan por botellas.

Los españoles, por patriotismo y por higiene, debían beber vinos de España hasta en el Extranjero; se lo agradecerían mucho el bienestar de su cuerpo, de su espíritu y el de su patria.

Un obrero que toma con un marisco una copa de vino blanco de Rueda, Rioja o Sanlúcar, según la región donde se encuentre, por contribuir al aumento del poder digestivo de su estómago, tomar una bebida mucho más agradable que las extranjeras y favorecer la riqueza de su país, es más sensato, más elegante y más bien nacido que el desgraciado que siendo, por ejemplo, natural de Cádalso de los Vidrios, por dárselas de mundano, martiriza su estomago y todo su cuerpo con "whisky" o "cocktails"; y de curso, no hablemos. Me recuerdan estos elegantes modernistas a un cateto que enviaron sus padres a Sevilla para "rematar" un trato con cierto aristócrata propietario. Salieron hasta la carretera a despedirle todos sus familiares, recomendándole, ante todo, que si le invitaba el prócer, pidiera "bebia liña", y no aguardiente o vinaza, del que tenía costumbre beber en el pueblo. Tan impresionado quedó el hombre de la recomendación que había de ponerle a la altura de un cortesano, que cuando llegó el momento, con voz atiplada pidió una copita de "agua de Colonia".

Dr. DECREF.

¿Será posible vacunar contra el cáncer?

La Prensa diaria nos ha comunicado la noticia de que el director del Laboratorio anatómico, del Instituto Biológico del Reich, von Brehemer, acaba de anunciar en la revista científica "Medizinische Welt" que ha conseguido descubrir el agente del cáncer y cultivar organismos microscópicos procedentes de sangre y tejidos de un enfermo, organismos que no existen nunca en la sangre o tejidos de un hombre sano.

Este descubrimiento científico, de ser cierto, nos trae la esperanza de una radical curación del cáncer por vacunas y sueros.

Para curar un mal parece necesario conocer la causa de él. Principio elemental, sin ser absoluto. Hace tiempo se ha tratado con gran éxito el paludismo y la sífilis; el primero, por la quinina; la segunda, por el mercurio, antes de ser descubierto el hematozoario y el treponema.

El cáncer es una enfermedad grave que ha sido durante mucho tiempo considerada como incurable. Se creía hace unos años que era una dolencia de viejos exclusivamente. En realidad, no hay edad exclusiva para el cáncer. Pasados los sesenta y cinco años llega a hacerse raro; pasados los setenta, casi no existe. Por el contrario, se ha descubierto algunas veces en niños y adolescentes. De hecho, la edad media del cáncer se establece entre cuarenta y sesenta años. Desde el punto de vista del sexo, los tumores malignos se revelan más frecuentemente en las mujeres.

La patogenia del cáncer ha preocupado desde hace tiempo a los investigadores; pero las hipótesis formuladas son numerosas y contradictorias. Hay una teoría embrionaria, desarrollada notablemente por Cohnheim, Ledulle y Ribber; una teoría celular, muy en boga, hoy mantenida por Virchow, Bard y Ménétrier, y, en fin, otra teoría microbiana o parasitaria de la que el representante más destacado es actualmente el profesor Borrel, de Estrarburgo.

Se pretende llevar la causa del cáncer al ciclo pasteuriano, haciendo un infinitamente pequeño microbio o parásito.

Entre los que han buscado en este sentido podemos citar a Dollén, Rappin, y los inventores de los coccirlos, Malassex, Albarrán, Jaobulav, etc. Los coccirlos, tomados por parásitos intercelulares, no son en realidad sino cuerpos extraños incluídos en las células, fragmentos de núcleos, de cromatina, de queratina, etc.

El problema a resolver es averiguar por qué esta célula adquiere en un individuo dado propiedades extraordinarias caracterizadas por un desenvolvimiento anárquico que la hace multiplicarse al infinito, invadir los ganglios y las metástasis, cosas todas que acaban por matar al paciente.

El profesor Borrel cree en la existencia de un agente microbiano excitador — desconocido todavía — que permanece en el intestino, como el bacilo tetánico, y que, llevado por un parásito o hallando en ciertas partes del cuerpo terrenos favorables, hace degenerar las células normales de los tejidos en células cancerosas dotadas de ese poder anárquico y destructor que las caracteriza.

En resumen, hasta la fecha, la duda se cierne sobre estas cuestiones, y el problema planteado para buscar la causa determinante del cáncer sigue sin resolver. Los bacteriólogos y patólogos de todo el mundo, que realizan las más laboriosas investigaciones para descubrir el origen del cáncer, están divididos en dos grupos: los que defienden la creencia de que estos tumores son producidos por un microparásito, bien sea una bacteria o un animal inferior, como un protozoario, y otros que creen de manera firme que el cáncer es debido exclusivamente a una alteración de las células independientes de toda intervención de parásitos o microbios.

Hoy en día el cáncer es una enfermedad curable radicalmente en muchos casos, cuando se establece un diagnóstico y un tratamiento precoz por los medios terapéuticos modernos. Los métodos de combate abarcan desde la quimioterapia a la radioterapia, pasando por las sales de magnesio, el veneno de la serpiente de cobra, la cirugía, el radium y la electrocoagulación, procedimientos todos valiosísimos que cada uno, independientemente, cuenta con estrictas indicaciones.

Obrar específicamente sobre las células cancerosas por una medicación interna apropiada constituye evidentemente el ideal de la terapéutica. Si esto lo hubiese conseguido el profesor Brhemer y el cáncer fuese causado por un agente microbiano conocido, dentro de muy poco tiempo se llegaría a encontrar la vacuna o el suero que inmunizase o curase al ya atacado de una manera radical.

Dr. Luis N. de CASTRO.

Es preferible mirar hacia adelante y tomar
BOVRIL
que no echar la vista atrás y lamentarse no haberle tomado
El mérito del Bovril no sólo descansa en su poder para restaurar las fuerzas y energías después de la enfermedad, sino también en su reconocida eficacia para crear fuerzas que resistan la infección, evitándole llegue a ser una de sus víctimas. No espere hasta que la enfermedad haya minado su salud; refuerce desde ahora su organismo, tomando habitualmente Bovril
Agentes: A. Conrad y Compañía, S. en C. Bilbao