

HISTORIA DE LA PSIQUIATRÍA

Panorámica cultural de la obesidad: entre la armonía y la desmesura

A nadie se le oculta que la obesidad refleja, por lo menos en su forma exógena, la objetivación más genuina del sujeto que ha rebasado los límites del comer y que en su condición carnal desmedida proclama la evidencia de una imagen externa tan pródiga que parece resistirse a la moderación. Tal vez más que ninguno, el obeso descubre con su cuerpo el símbolo en bruto de la abundancia; en sus amplísimas hechuras, probablemente debidas a una historia personal abandonada a la satisfacción de las necesidades inmediatas, puede que no haya más enigma que la constancia y la vulnerabilidad ante el goce.

Este sujeto que nos ocupa –desde luego presente en toda la historia de la humanidad– de continuo ha estado sometido a la más rigurosa vigilancia. Víctima de una imagen corporal nunca contemplada como neutra, no ha podido eludir que sobre él se hayan proyectado todo tipo de atribuciones ni, tan siquiera, ha logrado soslayar los efectos de diversas actitudes contrapuestas. Denostado o admirado según las épocas y las culturas (objeto de espectáculo, revelación de poder, signo de prestigio social, testimonio de perversión, etc.), tampoco ha podido evitar el ser delator de patología. Paradójicamente, este sujeto que se instala en lo que permite que la vida sea materialmente posible, esto es, en la comida, al mismo tiempo ella es la que puede alejarle de la vida, puesto que tras-tocado por el exceso lo que en principio es necesidad vital, y por tanto germen de

vida, en él puede tomarse en germen de destrucción.

Al menos así aparece en los orígenes de la medicina griega porque mucho antes de que la moderna ciencia alertase sobre los peligros que emanan de la obesidad, ya en el siglo V a. C. Hipócrates¹ advierte del riesgo de esta situación cuando afirma: «Quienes por naturaleza engordan demasiado son más propensos a una muerte repentina que los delgados».

Pero esta exhortación del «autor» griego va más allá de la simple advertencia acerca de las influencias nefastas que tiene el sobrepeso. En la sombría amenaza de la literalidad del aserto se deja presentir la entraña misma de su pensamiento médico, pues, no en vano él es quien inaugura el saber racional que toma el cuerpo como objeto científico y, al tiempo, quien sienta las bases de una teoría de la enfermedad en la que la alteración del equilibrio, de la armonía, es la causa de la perturbación mórbida.

Tras la lectura de los *Tratados hipocráticos*² donde se afrontan las múltiples causas que determinan la pérdida de la salud, se puede comprobar el significado que para él tiene la enfermedad: como *metabolé* o cambio que altera el equilibrio de la propia *physis* en el sujeto, ya que todo exceso, todo desorden provoca la ruptura de las proporciones ideales, genera desequilibrio

¹ Citado por COE, R. M., *Sociología de la Medicina*, Madrid, Alianza, 1984, p. 197.

² *Tratados hipocráticos*, Madrid, Gredos, 1986.

y ello conduce a la instauración del trastorno. Y aunque no elabora ninguna teoría de la obesidad ni tampoco se detiene en precisar su etiología, es posible captar lo que es más esencial de su posición clínica. El advenimiento del mal es un hecho directamente relacionado con el exceso, con «lo demasiado» que es lo que provoca la pérdida de la salud y, por analogía, la presencia de la enfermedad, el riesgo. A partir de este supuesto, descubre la necesidad de mantener una actitud basada en la mesura invocando, cuando ésta desaparezca, la prescripción de la dieta (el otro elemento fundamental de su producción médica) que es lo que procura el restablecimiento del orden, el retorno al equilibrio y, en fin, la restitución de la salud.

Pero además en el pensamiento hipocrático laten otras ideas que guardan relación con este asunto y que debemos destacar. Si bien allí no se hace explícito ningún ideal de belleza y, aparentemente, en él sólo prevalece el ideal de la salud y la purificación del cuerpo por medio de la dieta para recobrar el equilibrio perdido, sus escritos mantienen una estrecha sintonía con la cultura clásica dominante que se plasma en todos los órdenes del saber aunque preferentemente en el arte y en la filosofía. Porque al igual que sus coetáneos, también Hipócrates, participa del principio unánime que concede valor absoluto al culto de las proporciones y al canon de belleza asentado en la armonía en tanto que ésta es la ley suprema de la naturaleza. En este sentido, el ideal estético aparece indisolublemente unido con el ideal de la salud y también con un nuevo ideal ético, ideal representado sustancialmente por el platonismo que en su propósito de dirigir moralmente al hombre aborda la necesidad de evitar la degradación humana por medio de las ideas:

éstas son las que pueden permitir encauzar la disposición viciosa, derivada del trato con lo sensible y dirigirla hacia la sabiduría, hacia el dominio de la razón, siempre y cuando los deseos se contengan dentro de los límites de la moderación.

Así pues, el mal, lo malo, lo feo, lo insano se constituye en el cómplice fatal del desequilibrio, es el fruto inevitable de la disarmonía y el resultado último del desorden, lo cual impide alcanzar la perfectibilidad humana. De esta manera, y aún considerando que los deseos son necesarios, éstos se tornarán en dañinos si el ánimo de la razón, por medio de la templanza, no logra dominarlos adecuadamente.

Sucumbir a la tentación

Sin embargo, a pesar de las amenazas de la pérdida de la salud, del alejamiento estético y moral de la armonía, el hombre siempre puede caer en la desmesura. Seducido por la voracidad, entregado a la incontinencia del comer puede recurrir a la utilización activa de toda suerte de pociones (los antiguos griegos envidiaban de los micénicos el secreto de un bebedizo que permitía neutralizar todos los excesos alimenticios), o de vías tortuosas como los vómitos (la aristocracia romana reservaba una estancia de la casa *-vomitorium-* a tales efectos, para cuando el estómago estaba demasiado lleno) o a los ejercicios tal y como se nos dice de Sócrates, el cual todas las mañanas, al inicio del día, practicaba la danza para reducir el sobrepeso.

De hecho, estas tentativas no tienen otra finalidad más que la de procurar al hombre la defensa que precisa cuando comprueba, en sí mismo, que ha sucumbido a las incitaciones. Son el aliado burdo y, en ocasio-

HISTORIA DE LA PSIQUIATRÍA

nes, desesperado al que se recurre para ejercer la censura personal y mitigar, así, los efectos del desorden. Adquieren, pues, ese carácter protector, de salvaguardia, porque están destinadas a convertirse en elementos de auxilio ante las debilidades del alma. Necesariamente a todas, o por lo menos a alguna de ellas, tiene que recurrir la naturaleza humana con el fin de oponerse activamente al ardor de la pasión por comer.

Aunque muy alejada de la moralidad laica, propia de la cultura clásica, la tradición judaica (y toda la ética cristiana posterior) no renuncia a remitirnos la misma reflexión acerca de las bondades que dimanan del comportamiento moderado y del dominio de sí:

«No seas insaciable de todo placer
y no te abalances sobre la comida,
porque en el exceso de alimento hay
[enfermedad
y la intemperancia acaba en cólicos.
Por intemperancia han muerto muchos,
pero el que se vigila prolongará su vida».
(Eclo 37, 29-31)

En realidad el consejo tiene un cariz equivalente ya que en ambas culturas se apela a la templanza, sin embargo es posible apreciar una demarcación cualitativa esencial y que separa de forma nítida el pensamiento cristiano del sistema de valores del paganismo clásico. De un lado, el razonamiento cristiano incorpora una variante pedagógica individualizada: alude al uno mismo, a la singularidad del actuar de modo que si el hombre no puede aprenderse en lo colectivo, inevitablemente emerge en él la mala conciencia, la culpa. Por otra parte, si el reproche a la intemperancia entraña la promesa de la ampliación de la existencia material, la indicación divi-

na, aunque se hace a expensas de la salud, incluye también la exigencia personal de rehuir todo placer.

Así pues, lo que cambia profundamente en el mundo cristiano respecto del clásico es la actitud en torno al goce. La gula, convertida en pecado capital, es la expresión más clara del desorden, del vicio, la que conduce al hombre a la ruina moral y a la pérdida del paraíso. Baste para ello recordar la iconografía de la mayor parte de las representaciones que se hicieron durante la Baja Edad Media del *Juicio Final*, en las cuales los condenados, símbolos de la perversión, se dibujan como personajes adiposos y ventrudos, mientras que la representación de los elegidos, expresión de la pureza, contrasta por la ligereza y la armonía corporal. De esta manera, y durante mucho tiempo, quien se dice en verdad cristiano va a apoyar su moralidad en la marginación activa del placer porque es éste, el placer, el que carga con la culpa de todo el mal que afecta al hombre, es el que le precipita a toda suerte de extravíos y le aleja de la consecución de la virtud. Simultáneamente la contención del placer deviene en exaltación de la mesura, de la frugalidad, tal y como se plasma en la vida cotidiana de los cenobios y en la conducta de los eremitas (los proverbiales ayunos de San Jerónimo), revelando con ello la perentoria necesidad de que el cristiano huya de la seducción de los bienes materiales. Es así como se produce el retorno a un canon de sobriedad y de equilibrio en el comportamiento alimenticio en tanto que la parquedad, la contención y la renuncia a los requerimientos del cuerpo, viene a proteger al hombre de la amenaza de perdición espiritual.

Pero no siempre basta con la mera imposición del ayuno riguroso para que la omnipotencia del deseo pueda ser contenida. En

algunos eremitorios se propiciaba violentamente su cumplimiento mediante la actitud militante de algunos miembros de la comunidad, que exagerando la vigilancia podían llegar a conductas sensiblemente peligrosas. T. Egido³ recoge lo que podía comer (o como él dice «no comer») San Pedro Regalado (siglo XIV) en el monasterio del Abrojo, gracias a las medidas que toma el encargado de la cocina, celoso guardián de la virtud de los monjes: «Relata, con indisimulada fruición, cómo se las arreglaba cuando al eremitorio franciscano llegaba pescado bueno, o carne en canal, para convertirla en tasajos y ponerla al sol; ‘y aquello, con las cabezas y livianos traídos en domingo, en verano daba yo a los frailes trabajantes de sol a sol los jueves lleno de gusanos y hediondo, de manera que por consolación hubieran los frailes no comerlos nunca’».

Otro expresivo ejemplo de lo que comentamos lo podemos encontrar en los consejos que da San Vicente Ferrer⁴ a sus monjes. Es el repliegue del placer, por su indisociable unión con la noción de pecado, el que le asiste a la hora de proponer las siguientes recomendaciones: «...y considera con temeroso corazón que te sientas a comer los pecados del pueblo. Asimismo prepárate para oír con atención la lección que en la mesa se leye. Y si no hubiese lección, previénete con una Santa Meditación, para que no entregues todos tus sentidos a la comida, sino que, dando al cuerpo su mantenimiento corporal, goce también el alma del espiritual».

Como puede apreciarse, las indicaciones

³ EGIDO, T., *San Pedro Regalado*, Valladolid, El Norte de Castilla, 1996.

⁴ Ver al respecto el artíc. de MARTÍN, J. L., «Simbolismo y comportamiento en la mesa», *Historia* 16, n.º 216, 1994, pp. 67-85.

del Santo se hacen sin ningún disimulo. El poderoso ensimismamiento que produce el refugio en la meditación y la lectura, es a lo que se recurre para que ello actúe a modo de conjura contra la despreocupación y la entrega al denostado deseo. Sin embargo, también es posible oponerse a sí mismo mediante la renuncia activa al placer de los sentidos: «Siempre que al final de la comida te sirvieran algo que te diese gusto, dejalo por amor de Dios y no lo comas. Asimismo, el queso, fruta y otras cosillas semejantes, las cuales para la salud de tu cuerpo humano no son necesarias; antes bien, las más veces son dañinas, o al menos no son de provecho alguno, aunque sepan bien y deleiten el gusto. Si estas cosas dejas por Cristo, no hay que dudar sino que Él te concederá una vida de consuelo espiritual de inefable dulzura en aquellos pobres manjares con los cuales te contentaste por su amor».

En los dos textos el dictado es claro y sin fisuras: ahuyentar el placer aunque ello suponga una violencia personal, una tensión dolorosa puesto que el esfuerzo representa el logro de una conducta que brilla ejemplarmente por su virtud. El espíritu triunfa pero el cuerpo gozoso queda anulado.

En este orden de cosas, no resulta demasiado aventurado considerar que, tal vez, fuera la imposibilidad de reconciliación entre placer y pecado (y la constante tensión entre ambas instancias) lo que facilitó el resurgimiento, en el mismo tiempo histórico, de otra prioridad cultural: la salud. A este respecto, el reconocido medievalista Montanari⁵ comenta, sin asomo de duda, que «En la Edad Media, disminuida o anu-

⁵ MONTANARI, M., «Convidar, convivir», *Historia* 16, n.º 223, 1994, pp. 22-34.

lada la legitimidad ética o cultural del placer, la salud adquirió una importancia desmesurada», y aduce como prueba la abundancia de tratados en los que, con el pretexto del arte de la cocina, se reclama la posibilidad de eliminar el obstáculo interpuesto, el placer, en aras de la salud. Este mismo autor cita a modo de ejemplo la obra del humanista Bartolomé Sacchi, llamado Platina, *De honeas voluptate et valetudine* («El placer honesto y la buena salud») en la cual sollicita el retorno del placer por tratarse de un elemento decisivo para la consecución del equilibrio personal.

Ahora bien este nuevo valor, la salud, que se presenta como contrapunto del placer, también puede ser instrumentalizado. El extendido aforismo médico, en ocasiones utilizado arteramente, «más mata la comida que la espada, más muertos produce la gula que el cuchillo», pretende a través de las amenazas obligar a que el cristiano se contenga. Pero ello no impide que tales admoniciones puedan ser desoídas. Siempre pueden existir profanadores como es el caso de un glotón eclesiástico recogido por Eixemenis⁶ (siglo XIV) en *Lo Crestiá* que sollicita del médico su consejo acerca del régimen que seguía: «Sabed, señor, que no estoy bien de salud y apenas puedo comer, porque casi nunca tengo hambre. Os cuento mi régimen alimenticio para pedir os consejo sobre el régimen que llevo. Cuando me levanto, como algo de pan reciente con una taza de vino cocido o de vino griego; a mediodía tomo siempre pan candeal y varío de carne según el tiempo: en verano, pollos tiernos y preparados

de diversas formas –asados, con arroz, en olla con salsa de agraz, y empanados–, cabrito y ternero de leche, cordero lechal y perdigones; en invierno gallinas gordas, pollas, capones, cordero de pasto, perdices, palominos. No utilizo todas las salsas, sino sólo las espesas hervidas... Como postre: flanes y quesadas o queso frito con manteca o fundido al fuego, cubierto de azúcar sobre pan tostado... Mi bebida, por lo que se refiere al vino blanco es ésta: en verano, vino griego, en invierno, cocido, moscatel, malvasía, tribia, corso, candia o vernacha, y al final, durante todo el invierno, claro con obleas bien cocidas y ligeramente gruesas; los tintos de la tierra no puedo beber y los sustituyo en verano por el calabrés de San Honorato, turpia o trilla, picapoll de Mallorca, rosados y claretos de Aviñón; en invierno, por los de Madrid de Castilla o los finos españoles o los de Gascuña o el Monasterio del Ampurdán..., a los que se añaden jarabes, julepes y licores diversos antes, durante o después de las colaciones».

Como cabía esperar la respuesta del médico ante tal sarta de despropósitos tiene el tono de crítica severa por su desmedida conducta. Con vehemencia condena tamaña sinrazón prescribiéndole, por la vía de la abstinencia, el retorno a otras costumbres alimenticias que le permitan la vuelta a un orden natural y de ese modo salvar la vida: «habéis perdido el norte y ni siquiera sabéis dónde estáis... Cuando decís que coméis tales y tales cosas y bebéis tales y tales vinos, os aseguro que son para vos mortales, y si queréis mi consejo, volved a los elementos con los que crecisteis».

En este caso, la únicas advertencias que hace el médico son las relativas a los peligros físicos; ninguna de sus palabras está teñida de condena moral alguna, el repro-

6 La referencia relativa al escritor catalán Eixemenis y a su obra de divulgación religiosa y moral se ha extraído del trabajo de MARTÍN, J. L., «El vino, alimento, medicina, alegría», *Historia 16*, n.º 223, 1994, pp. 102-112.

che no se materializa en una ascesis para vencer el placer, ni la culpa se exterioriza en la falta de dominio que conduce depravadamente al goce. Lo que se invoca, naturalmente, es la salud que por vía de lo excesivo pone en peligro la existencia terrenal ya que la enfermedad y la muerte se producen solamente como consecuencia de la exageración, de la desmesura.

Avidez y hartura

Sin embargo, la presencia de estos datos no puede hacernos olvidar que al lado de esta moral cristiana de contención existe otra moral, la denominada «bárbara», que hace alarde del exceso. Por contraste a una ética que convierte la moderación en una virtud y que deplora en el hombre la caída en lo voluptuoso, origen de todos los males incluido el de la salud, la ética del «mucho comer y más beber» se señala como el signo más notable del prestigio y del poder: lo que para unos es revelador de decadencia moral y destrucción, para otros se torna en expresión de gallardía y potestad.

A este respecto el propio Montanari⁷ afirma: «en las sagas célticas la palma del héroe espera al guerrero dotado del mayor apetito», y pone como ejemplo la admiración de Carlomagno por los grandes comilones y su desconfianza por los morigerados en el comer. Aporta el hecho de cómo «el duque Guido de Spoleto fue rechazado como rey de los francos (a causa de su moderación alimenticia) porque se suponía que comía y bebía poco». Todo ello induce

a considerar que «en la Alta Edad Media, los modelos aristocráticos obligaban a comer y beber en cantidad».

Paradójicamente, y frente a una moralidad dominante, esta cultura de la desmesura propia de los pueblos célticos y germánicos que asocia el valor guerrero y el brillo del poder con la voracidad, ejerce no sólo una función modélica sino que, al mismo tiempo, se transforma en un elemento más determinante de pertenencia a una clase social: la nobleza.

En lo sucesivo continuará subrayándose la misma profunda tensión entre valores contrapuestos y enfrentados, a saber, la obstinada contradicción entre comer equilibradamente, signo de virtud y salud, y su opuesto, la servidumbre a la satisfacción glotona de los apetitos y el riesgo de destrucción material.

Probablemente la evidencia más transparente de la imposibilidad de conciliar estos supuestos se hace expresiva en la conducta insaciable de Carlos V. Por lo menos desde esta perspectiva, gran parte de su vida es un exponente claro de la contradicción entre ser emperador cristiano –y por ello estar obligado a transmitir, en razón de su rango, una imagen virtuosa de templanza– y, a la vez, no ser capaz de resistir las perentorias demandas de una naturaleza tan incontenible que le conduce a peligrosos quebrantos en su salud. Ante esta disyuntiva moral, se ve abocado a solicitar prebendas oficiales a fin de no renunciar a su avidéz, a su glotonería, y tan desmedida es su voracidad que en Yuste –dice García Simón⁸– «no le preocupa la prescripción de unas horas de ayuno antes de recibir la comunión tal como establecía la

⁷ Para una mayor información acerca de la historia de la alimentación en Europa, puede consultarse MONTANARI, M., *El hambre y la abundancia*, Barcelona, Crítica, 1993.

⁸ GARCÍA SIMÓN, A., *El ocaso del Emperador*, Madrid, Nerea, 1995.

HISTORIA DE LA PSIQUIATRÍA

Iglesia Católica. Consiguió la dispensa extraordinaria por bula de Julio III, expedida para él el 19 de marzo de 1554».

Este beneficio papal sólo se justifica por una existencia dominada por la incontinen- cia y el hartazgo: «Por lo que se refiere a la comida el Emperador siempre ha cometido excesos... tenía la costumbre de tomar por las mañanas, apenas se despertaba, una escudilla de pisto de capón con leche, azúcar y especias... A mediodía comía una gran variedad de manjares, merendaba por la tarde y cenaba a primera hora de la noche, devorando en estas diversas comidas todo género de alimentos propios para engendrar humores espesos y viscosos... Salvo manifiesto empeoramiento de su salud, no perdona el cordero asado; el buey o la ternera al horno, hervidos o cocidos; conejos y capones al horno; liebres, perdices, truchas, pescado fresco si lo hubiere; arenques y anchoas en conserva...; toda clase de repostería, dulces, compotas, mermeladas, barquillo, y en su temporada, los melones, que él mismo siembra en su jardín de Yuste».

A pesar de la tenacidad y tozudez de espíritu, rasgo señalado por los estudiosos de su figura, el Emperador cristiano que se sitúa tanto ideológica como políticamente entre la Edad Media y el Renacimiento, era completamente ajeno a la renuncia no pudiendo superar, aunque fuera un pecado, las exigencias de un apetito inextinguible hasta la repleción.

Modos de retroceder al caos

Pero de esta lucha un nuevo hecho nada desdeñable se impone con la pretensión de conciliar ambos opuestos y, también, como rasgo distintivo tanto de clase social cuan-

do de una mayor sensibilización del hombre ante el comportamiento alimenticio. Nos referimos al concepto de *civilidad* acuñado por Norbert Elias⁹ para dar cuenta de la enorme transformación social que se produce en el siglo XVI con la emergencia de una nueva clase social: la aristocracia cortesana, y que se plasma en la aparición y difusión de obras en torno a las buenas maneras donde se abordan diferentes actividades de la vida cotidiana (el juego, la higiene, la urbanidad, los ademanes, etc.) entre las cuales se encuentran indicaciones oportunas y matizadas sobre los modales en el comer: «En el curso del Siglo XVI comienza a establecerse una jerarquía social fija, más o menos rápidamente según los lugares y bastantes altibajos en todas partes hasta bien entrado el siglo XVII, cuando ya se configura una nueva clase alta, una nueva aristocracia con elementos procedentes de las más diversas extracciones sociales. Precisamente por esto se agudiza más la cuestión de la unidad de los buenos modales en especial a causa de que cada uno de sus miembros se encuentran sometidos a la presión de los demás, así como a los controles sociales, en una medida desconocida hasta la fecha».

De todas las producciones que han recogido el interés por el análisis de esta cuestión, quizás sea el escrito del humanista Erasmo¹⁰ *De civilitate morum puerilium* dirigido al príncipe niño Enrique de Borgoña, el más relevante. A través de este opúsculo de buenas costumbres, expresión clara de la civilidad, se hace particularmente comprensible la manera en que ésta, la civi-

⁹ ELIAS, N., *El proceso de la civilización*, Madrid, Fondo de Cultura Económica, 1988.

¹⁰ ERASMO, *De la urbanidad en las maneras de los niños (De civilitate morum puerilium)*, Madrid, Ministerio de Educación y Ciencia, 1985.

lidad, se convierte en el síntoma decisivo de un importante proceso de transformación social: el despliegue de la individualización. Pero además –y aquí reside gran parte de su valor– el texto penetra de lleno en el modo como la dicotomía propia del universo feudal entre el bien y el mal, el placer y el displacer, queda matizado por la presencia de las buenas maneras, por la misma civilidad, que es lo que permite la ruptura definitiva con la tradición medieval y, al tiempo, el inicio de la concepción moderna del bien vivir.

Más concretamente, esta obra eminentemente educativa destaca, a través de una serie de preceptos, las normas que deben presidir el comportamiento del «bien criado» que por lo que respecta al comer, el niño que tal calificativo recibe no puede ser ni impulsivo, ni voraz, ni bruto ni glotón: «Algunos devoran más bien que comen, no de otro modo que si al punto como dicen, fueran a llevárselos a la cárcel; propio de bandoleros es esa tragontonería. Algunos, tanto a la vez meten por la boca que los carrillos se les hinchan por ambos lados como fuelles».

La llamada a la moderación, signo de buenas maneras, debe dirigir todos los actos; y frente a la pasividad, propia de los indolentes y maleducados, se hace preciso desarrollar la voluntad intencionada y decidida, aunque siempre discreta, de la renuncia: «Si el convite se fuera prolongando más de lo propio a la tierna edad o pareciera que va tirando a excesos, al momento que sientas que ya se ha satisfecho la natural necesidad, o a hurtadillas o tras haber pedido venia retírate».

Esta buena crianza, que requiere de un aprendizaje temprano para que sus efectos sean duraderos y armen de por vida el comportamiento de quien se califica educado,

repudia ante todo la anarquía en el comer por ser costumbre que afecta negativamente tanto al cuerpo del niño como al ánimo: «Aquellos que a la edad pueril la reducen a ayuno o dieta, a mi juicio al menos, están locos, y no mucho menos los que a los niños con comida demasiada los atiborran; pues así como aquello debilita las pocas fuerzas del tierno cuerpecillo, así esto otro derrueca el poder del ánimo. Con todo, la moderación ha de aprenderse desde muy pronto. Sin tocar los límites de la total hatura ha de restaurarse un cuerpo de niño, y más bien frecuente que copiosamente. Algunos no saben de sí que estén saciados hasta que está a tal punto la panza distendida que corre peligro de reventar...».

La exigencia pedagógica de que los mayores eduquen a sus vástagos en la moderación permite que el niño sea paulatinamente consciente de la necesidad de abandonar el mundo de la sensación para entrar en el mundo social de civilidad, y de pertenencia a una clase social. En otras palabras, la civilidad se muestra, al mismo tiempo, tanto como una trayectoria que pretende separar al niño de lo sensitivo, de lo primario, de lo animal, como también un instrumento, o tarjeta, que le dota del crédito necesario para, de este modo, transformarse en un sujeto perteneciente a otra clase social distinta de las populares.

No en vano un autor español, Gracián Dantisco¹¹, retoma años después esta postura de Erasmo y expone de forma expresiva lo que no puede hacer el bien criado: «A aquellos que vemos a manera de puercos con el hocico en la comida, del todo metidos..., y con entrambos carrillos llenos, que es como si tañesen trompeta o soplasen la

¹¹ Citado por J. VARELA, en el comentario a la obra de ERASMO.

lumbre, esto, por cierto, no sería comer, sino engullir... los tales no deberían ser recibidos no sólo en ninguna casa polida, pero deberían ser echados de entre los hombres bien acostumbrados».

En cualquier caso, la interiorización de estas normas dominantes protege a la nueva clase emergente de la asimilación a las clases populares. Las buenas maneras se convierten en rasgo de distinción puesto que están destinadas a bruñir a quienes por su origen son considerados los destinatarios «naturales» de los más elevados destinos.

Pero al lado y detrás de todas estas constancias –salud, placer, buenas maneras– que históricamente se desvelan o se esconden, aisladas o superpuestas y que ofrecen nuevos espacios de luz para el estudio del comportamiento alimenticio, otro elemento más próximo a nuestros días viene a hacer más complejo el análisis de esta conducta y, a su vez, más laboriosa la consecución de la medida y el equilibrio en el comer. Nos estamos refiriendo al sentido del gusto, sentido privilegiado tanto por las sensaciones que procura (sabor, fragancia, temperatura, textura, etc.) como porque, además, permite otras posesiones múltiples y sutiles (recuerdos, emociones, deseos, etc.).

Cuando Brillat-Savarin¹² introduce en los inicios del siglo XIX este fenómeno en la cultura del comer, se lamenta de la posible «confusión de la 'gourmandise' con la 'glotonería' y la 'voracidad'» y considera que se trata de «una cualidad preciosa que muy bien podría ser una virtud y que por lo menos es, de seguro, el manantial de nuestros más puros goces... la gourmandise es una preferencia apasionada y habitual por

las cosas que agradan al gusto... es enemigo de los excesos; cualquier individuo que se indigesta... debe ser borrado de las listas», y aún todavía insiste «cuando se convierte en voracidad y crápula pierde su nombre».

Una vez más la aventura del que come en exceso se ve truncada por las llamadas a la moderación. La irracionalidad que podía ser superada por el miedo tanto al pecado, como a la enfermedad, o bien a la asimilación con una procedencia social poco estimada, vuelve a ser rechazada por ser contraria al gran goce que depara lo exquisito cuando se consume equilibradamente (no en vano los grandes cocineros alertan siempre de que el secreto de la buena cocina reside no sólo en la calidad en los alimentos sino en las proporciones en que éstos se manejan).

Porque quien se expone a lo excesivo, quien se deja dominar por el desorden, quien se llena hasta la hartura trastoca el sentido humano del comer y, en consecuencia, borra cualquier diferencia con la especie animal: «se ha dicho con razón que uno de los privilegios de la especie humana es comer sin tener hambre y beber sin tener sed; y efectivamente, ese privilegio no puede pertenecer a las bestias, porque nace de la reflexión sobre el goce de la mesa y el deseo de prolongar su duración».

A partir de esta circunstancia, el acto humano de comer se sitúa en otro nivel puesto que el mundo de la pura necesidad es superado por el deseo, por el «saber» comer gozoso resultado de una actividad reflexiva que consigue transformar lo que pudiera ser una conducta embrutecedora de saciación en algo sublime habida cuenta la extremada satisfacción y el deleite que proporciona la comida apetecida. Existe pues otro criterio para escapar del desorden y del

¹² BRILLAT-SAVARIN, A., *Fisiología del gusto*, Madrid, Aguilar, 1987.

caos. Desde el momento que el sentido del gusto, que requiere la connivencia del juicio ya que la comida necesita «apreciarse», se introduce, éste imprime su huella e impregna a la indomable necesidad de comer del matiz preciso para hacerla humana: el placer de la buena mesa.

Aunque Brillat-Savarin representa la quintaesencia de la dicha de comer y el deleite en la mesa, su obra, verídicamente hedonista, nos trae al recuerdo otros ejemplos anteriores en los cuales también se revela de manera notable el aprecio, sobre todo de algunos grupo sociales, por la buena mesa. Tal es el caso de los canónigos de Cenarruza –referido por Fernández de Pinedo¹³–, quienes «consumían una gran cantidad de productos importados: abadejo de Virginia, bacalao de Noruega, sardinas, salmón, aceite, canela para chocolate, azúcar y azucarillos, azafrán, cacaco de Caracas... A estos hay que añadir una gran cantidad de carne... que regularmente compraban en la carnicería» (con la salvedad de que según el autor el consumo de carne por día y canónigo era en el año 1754 de 354 gramos).

No obstante y a pesar de la mediación del gusto, el carácter ilimitado del deseo puede arrastrar al hombre al desequilibrio enfrentándole con un hecho inaceptable del que desea verse libre, la obesidad. El propio e insigne médico Brillat la describe de la siguiente manera: «Entiendo por obesidad ese estado de congestión grasosa en el que sin que el individuo esté enfermo, los miembros aumentan poco a poco de volumen, y pierden su forma y armonías primitivas». Más adelante apostilla: «la obesidad

perjudica la belleza al destruir la armonía de proporciones primitivamente establecida; porque todas las partes no engordan por igual. La perjudica también llenando cavidades que la naturaleza había destinado a estar siempre en sombra; así es tan corriente ver fisonomías antes muy atractivas y que la obesidad ha convertido en insignificantes».

De manera rotunda el autor citado edifica su concepción de la obesidad en términos exclusivamente estéticos. Lo que invoca no es la enfermedad puesto que ésta se ve desplazada por otra razón: la ausencia del atractivo por la desfiguración del cuerpo (concebido a modo de un depósito que caprichosamente se llena de forma desigual), lo cual pone en riesgo, otra vez más, la consecuencia de la armonía que interpretada como sinónimo de belleza, exige de una actitud perseverante de tensa vigilancia a fin de que el mucho comer no altere la gracia corporal.

Tal es la forma como responde M. Greffulhe (uno entre tantos cautivo de la buena mesa) a Brillat después de que éste le hubiera indicado con rigurosa exactitud las normas que debía seguir para evitar su obesidad y recuperar su atractivo: «Señor –dijo– he seguido vuestras prescripciones como si de ello hubiese dependido mi vida; y he comprobado que, en este mes, el peso de mi cuerpo ha disminuido tres libras o acaso un poco más. Pero para llegar a este resultado he tenido que contrariar mis gustos y mis hábitos con gran violencia. En una palabra he sufrido tanto, que, agradeciéndoois inifinito vuestros consejos, renunció al bien que de ellos pueda obtener; y, para el futuro, me abandono a lo que la Providencia disponga».

Con estas palabras se puede comprender la contumaz resistencia individual del

¹³ FERNÁNDEZ DE PINEDO, E., *Crecimiento económico y transformaciones sociales del País Vasco (1100-1850)*, Madrid, Siglo XXI, 1974.

HISTORIA DE LA PSIQUIATRÍA

obeso para prescindir del gusto aunque la ansiada armonía quede ahogada. Prima más la resignación a un posible destino adverso, en este caso en manos del Otro, que la reforma personal para encontrarse a sí mismo como sujeto deseable puesto que por encima, y más allá, del desorden corporal está la desdicha y el sufrimiento que produce una renuncia a la satisfacción de lo que uno mismo desea.

Una continencia obligada

De esta somera mirada sobre el pasado puede apreciarse la continuada y recurrente variabilidad de criterios y actitudes que asoman a lo largo de la historia para dominar o exaltar a los que se exceden en el buen comer. Pero después de este recorrido, una serie de interrogantes sobrevienen de modo inevitable: ¿Dónde están los pobres? ¿Es que ellos son ajenos al temor de la enfermedad, del pecado? ¿Su condición de pobres les impide anhelar un cuerpo armonioso? ¿O es que no están capacitados para ser tentados por el gusto? ¿La pobreza por sí misma lleva inherente la renuncia y la racionalidad en el comer?

Este encadenamiento de preguntas se interponen bruscamente en el relato solicitando siquiera algún comentario. Aunque existe suficiente información historiográfica y literaria sobre el consumo alimenticio de los más menesterosos no parece, hasta fechas muy recientes, que en ellos pudiera instalarse la obesidad. Muy al contrario, durante demasiado tiempo el hambre y la delgadez constituyen el sino fatal e ineluctable que les consagra en su enclasmiento social. Y es que exceso alimenticio y pobreza no parecen fácilmente conciliables; en los pobres no tiene cabida la renun-

cia porque lo que prevalece es la carencia y por tanto la imposibilidad de elección.

A este respecto, en la Edad Media, comenta N. Elías, «el consumo de carne de la clase baja de los campesinos, suele ser muy limitado, pero no en función de una necesidad espiritual, de una renuncia relacionada con Dios o con el más allá, sino a causa de la miseria. El ganado es muy valioso y, en consecuencia, está reservado desde siempre a la mesa del Señor. Cuando el campesino cría ganado... (éste es) destinado a los privilegiados, a la nobleza y a la burguesía, sin olvidarnos del clero».

En lo que atañe a la ciudad de Valladolid en el siglo XVII, por precisararlo con un ejemplo, el estudio de Gutiérrez Alonso¹⁴ muestra esta realidad. Haciendo un cálculo sobre el consumo de alimentos del Hospital de Esgueva pone de manifiesto que «cada enfermo ingiere unas 825 calorías, el 50% en forma de hidratos de carbono, el 15% en forma de proteínas, fundamentalmente de origen animal y el 33% en forma de grasas», siendo, además, la monotonía del menú el rasgo más sobresaliente.

Pero no todos los grupos sociales comparten la misma parquedad alimenticia a que están sometidos los enfermos. En estas mismas fechas, se recoge también la comida ingerida por los sectores más privilegiados de la sociedad vallisoletana: el 24 de febrero de 1681, varios regidores del Ayuntamiento de la ciudad acompañados de su séquito (trece personas en total), desplazados al pueblo próximo de Puente-duero consumieron en un día los siguientes productos: «tres perdices para tres caballeros, ocho libras de carnero, 2,5 libras de

¹⁴ GUTIÉRREZ ALONSO, A., *Estudios sobre la decadencia de Castilla. La ciudad de Valladolid en el siglo XVII*, Valladolid, Universidad de Valladolid, 1989.

tocino para la olla, dos chorizos, seis libras de salmón fresco para los caballeros, seis libras de escabeche, ocho huevos frescos para los señores, cinco libras de pescado seco, una docena de huevos para la gente, espinacas, puerros, ajos y garbanzos para el potaje, 1,5 libras de aceite, 8 naranjas y 6 limones, 1 libra de bizcochos y otra de almendras, 2 cuartelas de panecillos para los señores, 8 panes grandes para la gente, 0,5 cántara de vino para los señores, 1,5 cántaras de vino para la gente, 1 libra de queso».

Las diferencias son tan notables que no se precisa de comentario alguno. Sin duda este dispendio en el consumo es inútil buscarlo entre los pobres. La suficiencia económica que hace posible este privilegio se opone radicalmente al rigor extremo que acompaña a los que carecen de todo, incluso de lo más necesario para seguir viviendo.

Pasado el tiempo, dos siglos después, otro tanto puede decirse acerca de la persistencia de las desigualdades tanto en lo que afecta a la cantidad como al tipo de alimentos que consumen las clases más populares. En la memoria de la Junta municipal de sanidad de 1896, realizada por Sierra y Muñoz Ramos¹⁵ para la ciudad de Valladolid, se da cuenta entre otros asuntos de lo que denominan *la alimentación del obrero* que aunque pueda resultar ocioso decirlo se caracteriza por su frugalidad: «Consiste generalmente en el pan como base principal, legumbres y verduras a las que añaden poquísima cantidad de aceite o sustancias grasas para su condimentación. Y vino que siempre tratan de tener, aunque no tanto

como fuera su deseo. De sustancias animales, como carnes y pescados, poquísima cantidad o nula, por su elevado precio. La alimentación indicada es en general de buena calidad pero insuficiente».

Los límites impuestos por la escasez de recursos obligan necesariamente a la contención, y nada más que lo necesario puede distraerse para la comida. La comida es, en efecto, aquello que se precisa para la supervivencia, lo que procura las fuerzas necesarias para desarrollar un trabajo, en ocasiones extenuante, de forma que la posibilidad de otras satisfacciones queda anulada por ser incompatible con una economía de penuria.

Así pues, en el transcurso de la historia, se constata la primera recurrencia: el cuerpo maltrecho y disarmónico del pobre se opone a la disarmonía del opulento. Sólo será posible, bien entrado nuestro siglo, en las llamadas sociedades de «consumo» cuando asistiéramos, no sin asombro, a la paradoja de la presencia de la obesidad en el seno de las clases más bajas. Paradoja que no deja de generar confusión, sorpresa e incluso resistencia tal como afirma H. Bruch¹⁶: «En 1930, en una clínica neoyorquina, cuando seguía el tratamiento de niños obesos, a menudo me veía obligada a entrevistarme con sus madres. Estas mujeres provenían, todas ellas, de medios pobres o modestos; muchas habían conocido la vida de los emigrantes sin recursos y habían sufrido durante su infancia. No llegaban a entender que se pudieran tratar como enfermos a niños hermosos de mofletes tan rollizos; ¿no era ésa, por el contrario, la prueba de que no les faltaba de nada y de que sus padres habían triunfado?».

Ciertamente estas mujeres para las cua-

¹⁵ SIERRA Y VAL, S.; MUÑOZ RAMOS, E., *Memoria de higiene y estadística de la ciudad de Valladolid*, Valladolid, Impta. de Jorge Montero, 1896.

¹⁶ BRUCH, H., *Les yeux et le ventre*, París, Payot, 1975.

les la obesidad es el significativo inequívoco de salud y prosperidad tienen ahora que considerarla bajo otro prisma tan radicalmente distinto que quiebra sus iniciales esquemas. La tranquilidad materna que creían conquistada por el hecho de tener unos hijos en verdad robustos (testimonio elocuente de sus desvelos) se desvanece y se ven compelidas, otra vez más, a comportarse restrictivamente. A pesar de las consideraciones amenazantes acerca del riesgo que corren sus hijos no pueden presentir las consecuencias malignas de esta realidad, y por ello, la perplejidad se deja entrever en sus conductas.

De esta manera el círculo cerrado de la reiteración se consuma. Teniendo por fon-

do el planteamiento hipocrático, la nueva retórica de la salud asociada al culto al cuerpo se apodera de todos los medios de comunicación e invade hasta los más intangibles e imaginarios espacios de la cultura contemporánea. Y es así como de nuevo la salud aparece en el interés pero, esta vez, de los expertos que con machacona insistencia hacen uso de su saber y lo disponen al servicio del bienestar colectivo. Lo que al principio eran advertencias, indicaciones, conjeturas, en la actualidad adquiere el rango de justificación objetiva, de certeza científica, desde el momento en que la obesidad se constituye en una perturbación delatora de una futura morbilidad por lo cual se va a requerir el establecimiento de una

* Fecha de recepción: 6-IV-1998.