

# HAMBRE ARTIFICIAL

Al devorar las sustancias más superfluas y eliminar las que podrían ser nocivas, el organismo produce una operación de limpieza y de reactivación de las defensas. Esta es la base de la curación por el hambre artificial: una terapéutica nueva...

**E**N la habitación en penumbra aparecía el viejo médico familiar, posaba la mano sobre la frente calenturienta, tomaba el pulso mientras miraba atentamente su reloj Roscoff, pedía una cucharilla para bajar la lengua y examinar la garganta, palpaba el vientre y luego, mientras escribía una fórmula en su recetario, decía: «... y ya se sabe, dieta absoluta». La convalecencia iba acompañada de pescado cocido, leche, quizá pechuga de pollo...

Todo ha cambiado. El médico advierte ahora —salvo en casos específicos—: «... y ya sabe, puede comer de todo». Cuando todo ha cambiado, todo vuelve a cambiar. Se vuelve a la dieta. Se vuelve al hambre como curación. Es una de las recetas más antiguas del mundo. Ya se utilizaba en Grecia, ya la recomendaban los observadores de la vida —Sócrates, Pitágoras—: «El hambre temporal actúa sobre el organismo como un tónico, aumenta el rendimiento físico e intelectual del hombre».

La moda del hambre como curación procede de la URSS. El libro de divulgación «El hambre como tratamiento» se vende como un «best-seller». Los trabajos de experimentación y de investigación los están conduciendo el académico Anojin, en el Instituto de Medicina Setchenov; el médico Narbekov y el psiquiatra Nikolaiev, en el Instituto de Psiquiatría Ganuchkin. Se basan en estudios de Pavlov y del fisiopatólogo Pachutine.

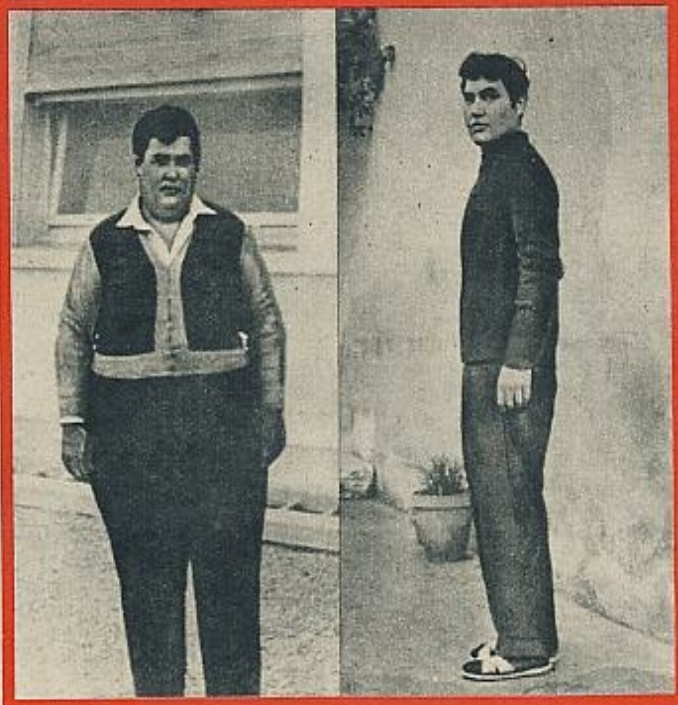
## DOS CLASES DE ALIMENTACION

La base científica es la separación entre dos clases de alimentación, la exógena y la endógena. La alimentación exógena es la que nos parece la normal: la ingestión de alimentos. La endógena consiste en un mecanismo por el cual el cuerpo, privado de alimentación, se alimenta de sí mismo, y parece anormal. Estos conceptos de normal y anormal deben estar matizados.

En ciertas especies del reino animal, el hecho de alimentarse de sí mismo durante un tiempo es completamente normal. El oso, animal familiar en la Unión Soviética, su-



El tratamiento por hambre se está ensayando en enfermedades que naturalmente parecen destinadas a él. La obesidad es la más característica (abajo: antes y después del tratamiento). Pero también se aplica a la hipertensión, úlcera, alergias, eczemas, colicistitis, enfermedades mentales y nerviosas, etc.



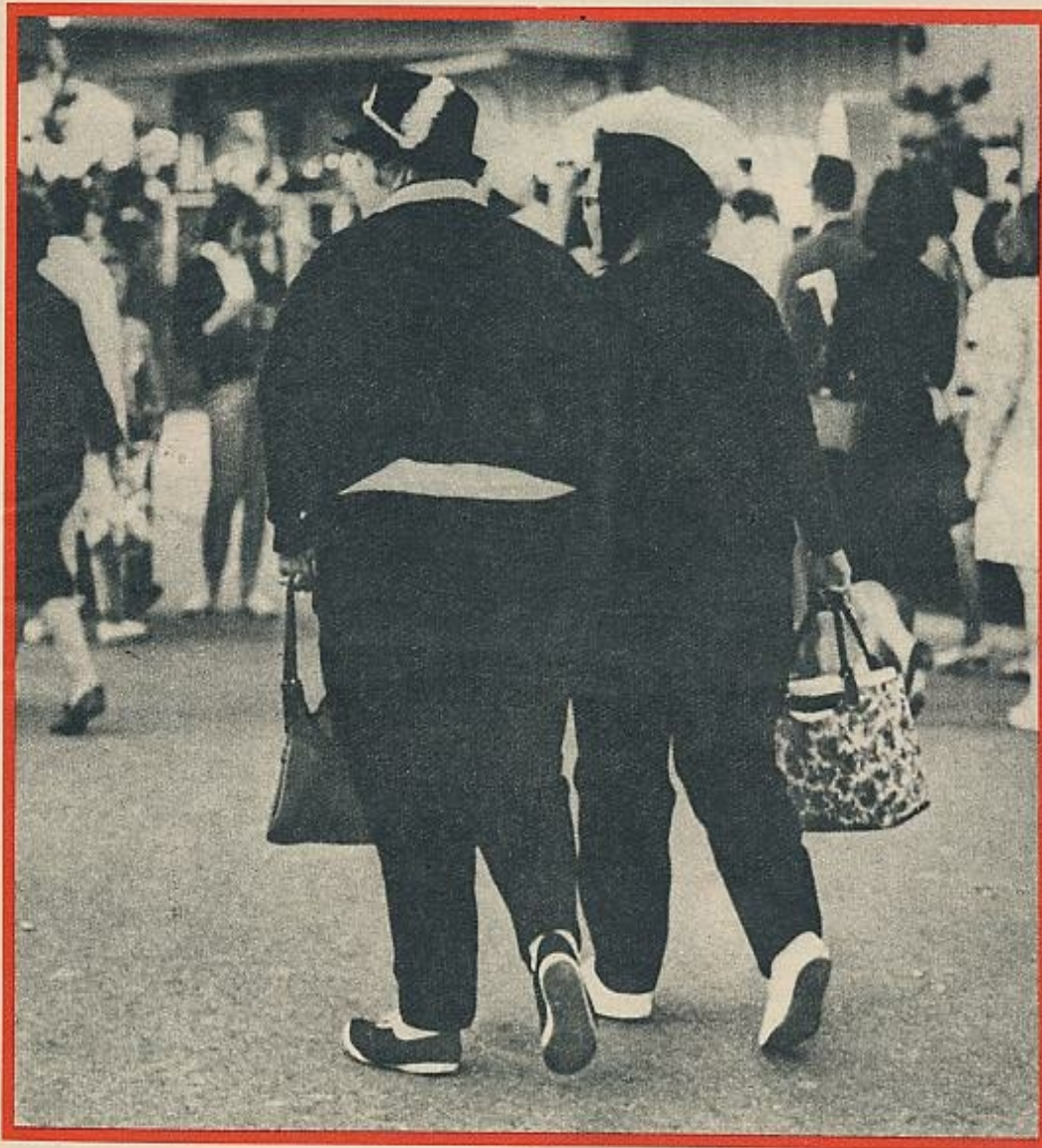
ministra uno de los mejores ejemplos. Cuando se formaliza el otoño, y su alimentación normal comienza a ser escasa para llegar a ser nula cuando la nieve cubre los campos, el oso inicia su hibernación. Es el letargo invernal, común a muchos animales que cambian la nutrición exógena por la nutrición endógena. El oso sabe lo que va a durar su dieta. Se prepara para ella. Busca un lugar relativamente abrigado, se inmoviliza para evitar desgaste, se adormece. Comienza a consumir sus propias reservas. Es la época en que otros animales, los lobos, por ejemplo, se lanzan a buscar alimento y arriesgan su propia vida al acercarse a los poblados. Son dos formas de enfrentarse con el hambre: la activa y la pasiva. El oso no sufre hambre. Pierde el apetito, reduce su metabolismo, espera. Sabe lo que ha de esperar y no siente impaciencia. Esto es, no siente hambre.

## EL CENTRO DE LA SACIEDAD

El hambre es una sensación provocada por unas zonas particulares del hipotálamo, los «centros del hambre y la saciedad». En experiencias de laboratorio se ha visto cómo la destrucción artificial del «centro del hambre» produce la pérdida total del apetito en el animal en el que se experimenta: muere por inanición.

La destrucción del centro de la saciedad produce el efecto contrario: se come sin parar, se engorda fantásticamente. Este centro del hambre recibe sus mensajes por vía nerviosa desde el estómago vacío y la llamada «sangre hambrienta»: la sangre que, privada de sustancias nutritivas, actúa sobre los centros nerviosos especiales. El aviso del hambre se produce con cierta anticipación. No cuando el organismo está agotado, sino cuando la función metabólica se hace más lenta. Si se ingiere alimento, todo continúa funcionando normalmente. Si, pasado un cierto plazo, los alimentos no llegan, el organismo comienza a nutrirse con sus propias reservas. Este es un mecanismo conocido por todos los fisiólogos.

# UNA TERAPEUTICA



Por  
**PABLO  
BERBEN**

considerable. Nuevas fuerzas sustituyen a la conocida sensación de desmayo, y el cuerpo adquiere una ligereza considerable. El aparato endocrino funciona con nueva pureza, el cerebro y los centros nerviosos descansan del tremendo esfuerzo que, normalmente, requiere el proceso nutritivo endógeno. El cuerpo se cura a sí mismo...

## CUANDO LA LENGUA AMARILLEA

Antes de que este proceso comience a ser peligroso —puesto que, en su necesidad de alimentarse, el organismo comenzaría a devorar órganos vitales, a comenzar por el hígado, y esto es lo que ocurre cuando el hambre es real en países subdesarrollados— se ha de devolver al cuerpo la alimentación endógena por un proceso lento y calculado: jugos de frutas, purés de legumbres, una alimentación vegetariana perfectamente estudiada son los caminos de regreso. El momento en que debe volverse a esta alimentación activa suele estar marcado por un signo visible: la lengua, que se ha recubierto de una capa amarillenta desde el principio del tratamiento, vuelve a estar limpia. Es el momento en que ha de comenzar, por etapas, la alimentación normal.

El tratamiento por hambre se está ensayando en enfermedades que, naturalmente, parecen destinadas a él, como la obesidad, la hipertensión o las úlceras, pero también en enfermedades mentales y nerviosas, trastornos endocrinos, alergias, eczemas, colicistitis...

Como es costumbre en estos casos, los médicos que trabajan en el hambre artificial advierten contra los peligros de la divulgación. La terapéutica del hambre sólo debe practicarse en clínicas, bajo la dirección y el control de especialistas que estudiarán previamente las condiciones del individuo, el tiempo que deberá durar su tratamiento e incluso si la dieta debe ser absoluta o si conviene el suministro de algún vaso de té azucarado, algún jugo de frutas de cuando en cuando. Advierten también que, aunque muy comprobado, el tratamiento no ha pasado todavía del estadio experimental. ■ (Fotos: FIEL)

## LA SABIDURIA DEL CUERPO

Pero esta autoalimentación se desarrolla de una manera perfectamente planificada por lo que los psicosomáticos —Cannon, Von Uexküll— han llamado «la sabiduría del cuerpo». Comienza por las grasas, especialmente por las grasas superfluas: casi nunca toca las albúminas, o reduce su desgaste al mínimo posible. Cuando se han acabado las sustancias de reserva, el cuerpo comienza a «comerse» las sustancias nutritivas de los órganos y los tejidos que considera menos necesarios para la vida. Al mismo tiempo, se desembaraza de los residuos que frenan el metabolismo celular interno. Al devorar las sustancias más superfluas y eli-

minar las que podrían ser nocivas, al adaptarse a esta nueva economía forzada, el organismo produce una operación de limpieza y de reactivación de las defensas. Esta es la base de la curación por el hambre artificial. Es decir, por el hambre sostenida durante períodos prudentes que deben variar con cada individuo, según su edad, circunstancias, clima exterior, peso, etcétera.

## LA SEÑAL DE ALARMA

Durante los primeros tiempos, en el hombre, acostumbrado a la alimentación activa, endógena, la señal de alarma no cesa de funcionar. Se siente hambre. El organismo reclama la alimentación que

requiera su metabolismo habitual. Ese período puede durar de cinco a doce días. En un momento determinado, el organismo se acostumbra a la alimentación pasiva y se cesa de sentir toda sensación molesta. Sobre todo, si los preparativos psicológicos han sido adecuados. Como el oso sabe que su letargo debe durar hasta que se establece la primavera, el paciente sometido al tratamiento del hambre debe saber el plazo exacto que éste ha de durar y la seguridad de que la sensación de hambre no corresponde a un proceso destructivo, puesto que continuará estando alimentado por este otro procedimiento. El enfermo necesita conocer el proyecto enteramente. Pasados los primeros días de sensación de hambre, sentirá un bienestar