

Leg 8º paquete 1º

3

751

~~10104~~

# DISCURSO

LEIDO EN

## LA UNIVERSIDAD CENTRAL

POR EL LICENCIADO EN MEDICINA Y CIRUJIA

### DON ANTONIO BENZO Y SUANES,

en el solemne acto

**DE RECIBIR LA INVESTIDURA DE DOCTOR**

EN DICHAS FACULTADES.

**MADRID:**

Imprenta de JOSÉ M. DUCAZCAL, Plaza de Isabel II, núm. 6.

1853.

UVA. BHSC. LEG 08-1 nº0701



# DISCURSO

LEIDO

## EN LA UNIVERSIDAD CENTRAL

POR EL LICENCIADO EN MEDICINA Y CIRUJIA

**DON ANTONIO BENZO Y SUANES,**

en el solemne acto

DE RECIBIR LA INVESTIDURA DE DOCTOR

EN DICHAS FACULTADES.



MADRID :

Imprenta de JOSÉ M. DUCAZCAL, Plaza de Isabel II, núm. 6.

1853.

UVA. BHSC. LEG 08-1 n°0701

U/Bc LEG 8-1 n°701

HTCA



1>0 0 0 0 2 9 3 9 9 7

CONTENTS

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

**NECESIDAD DE FOMENTAR LA EDUCACION FÍSICA.**

*UVA. BHSC. LEG 08-1 n°0701*

*UVA. BHSC. LEG 08-1 n°0701*

---

Excmo. é Ilmo. Señor.

LA medicina no se limita á conocer y curar las enfermedades; su objeto es mas vasto y la multitud de conocimientos que la constituyen, la hacen una ciencia casi universal. Por uno de sus ramos, la higiene pública, está íntimamente relacionada con la legislacion, con la ciencia del gobierno, cuyo objeto es proporcionar á las masas cuantas ventajas sean posibles, á fin de perfeccionar las sociedades. La educacion que forma el tipo de estas, ha sido varia segun sus necesidades, segun la época que atravesase y el fin á que se encaminára. Entre los pueblos antiguos, postergada la moral á la física, la gimnástica venerada y cultivada, constituía el todo de la educacion. Ciertas leyes la dirigían ya entre los pueblos de la Grecia que se distinguieron por sus numerosos y bien organizados gimnasios; divinizada la fuerza física tenia sus solemnidades en los juegos olímpicos, ne-

meos, pítios é ísmicos. Entre los Romanos se cultivó también la gimnasia; los ejercicios militares, las marchas y los trabajos á que se dedicaban, suplieron á los circos de la Grecia. La caballería en la edad media con sus justas y torneos, los ejercicios de equitacion, espada y lanza, se nos presenta como un recuerdo de las antiguas instituciones gimnásticas. En nuestros dias, esta parte de la educacion ha caido en un lamentable olvido. La inclinacion á regirse por la inteligencia ha despreciado la positiva y verdadera influencia que tiene la parte física en la moral, sin atender á la armónica marcha que á ambas debe darse. Algunos esfuerzos se han hecho para resucitar modificando las antiguas costumbres. A fines del siglo pasado se establecieron gimnasios en Dessau y Schepfenthal, propagándose luego por Suecia, Prusia, Dinamarca, Suiza y Alemania, á cuya direccion y racionales prácticas han contribuido con sus trabajos Pestalozzi, Felleberg y Werner; pero su empeño no ha tenido todo el séquito que se prometieran. Nuestro compatriota Amorós es el que ha metodizado la educacion físico-moral introduciendo la gimnástica en Francia; poca gloria le cedemos en España donde, al menos que sepamos, no existe ningun establecimiento público destinado á este género de enseñanza, con todas las condiciones que era de desear. Solo en algunos colegios se pretende llevar á cabo esta idea, y un pequeño y mal surtido gimnasio forma parte de los objetos de distraccion de los jóvenes, los cuales solo procuran aprender algunas evoluciones que lejos de reportarles utilidad, los espone á los peligros que son consiguientes á tales ejercicios cuando no estan sujetos á una buena direccion y convenientemente metodizados. Convencido de las innumerables ventajas que la educacion física proporciona á la juventud, y á la vista de la indiferencia; y si se quiere prevencion con que hoy se mira este escelente medio, me

ha parecido oportuno ocuparme del particular en este discurso, llamando la atención de V. E. y del Ilustre Claústro que preside.

---

La gimnástica, decía Platon, da flexibilidad al cuerpo, actividad al espíritu y una salud vigorosa. A muy poca costa podremos dejar probada la verdad tan concisamente expresada por aquél filósofo.

Los que miran á la gimnástica como un medio que sirve única y exclusivamente para dar incremento á la fibra muscular y no ven otro resultado que el aumento considerable de fuerzas que el órgano motor adquiere, ciertamente no conocen el intrincado laberinto de nuestra máquina y mucho menos la manera de obrar de cada una de sus partes. Es una verdad fisiológica, que nada hay aislado en el organismo; todo se encadena y se reúne mas ó menos directamente. Cuando un órgano entra en ejercicio, todos sus anexos ó allegados experimentan los efectos de aquella acción, y de aquí el perfecto isocronismo con que todos marchan y el maravilloso equilibrio que existe en todos los actos que ejecutan. Dedúzcase de esto las modificaciones y ventajosos resultados que un ejercicio metódico y moderado puede imprimir é imprime ciertamente á cada uno de los órganos y á todo el organismo en general.

Uno de los primeros resultados del ejercicio es la acumulación en el órgano que ejecuta el movimiento de los fluidos necesarios para el sosten de la vida, efecto de la excitación que en él se produce. El nervioso y el sanguíneo

son á no dudarlo los principales que llenan este objeto, puesto que si por una causa cualquiera se interrumpe el curso de alguno de los dos, el órgano al cual dirigen su accion se enflaquece, cae en el estupor, y queda imposibilitado para funcionar. La inervacion, la circulacion, y los órganos que la ejecutan, son pues los primeros que reciben la influencia del ejercicio. Estos agentes de vida y reparacion aumentan directamente la actividad del órgano en ejercicio, desarrollando de una manera considerable sus propiedades funcionales; así es que un órgano ejercitado se hace mas voluminoso, mas fuerte, mas ágil, y concluye por ejecutar con una maravillosa perfeccion, actos que en circunstancias opuestas le serían de insuperable dificultad. Pero no se limita el efecto del movimiento á la parte que lo ejecuta ni á estas primeras modificaciones. Por las numerosas relaciones que unen á todos los sistemas de la economía, por esas simpatías que he mencionado, inesplicables, pero ciertas, y de las cuales la inervacion y circulacion son, si no la causa, el agente principal, todos los órganos, todas las funciones participan mas ó menos de la influencia del ejercicio, de lo cual nos convenceremos examinando rápidamente los efectos que dicho agente produce en las principales funciones de la economía.

El ejercicio tiene sobre la digestion y el apetito una influencia muy marcada; facilita la primera y estimula el segundo. El individuo inactivo digiere menos cantidad y con mucho mas trabajo que el dedicado á los ejercicios activos; los que por circunstancias particulares, por su estado ó profesion, estan condenados á una vida sedentaria, sufren grandes alteraciones en las funciones digestivas y toda su economía se resiente del mal estado á que se reduce el origen de la nutricion. Dispepsias, indigestiones, obstrucciones de vien-

tre y otras enfermedades aquejan de continuo á los que se entregan al quietismo , bastando solo en la mayoría de los casos hacerlos salir de su estado para curarlos completamente. El apetito es tambien muy limitado en las personas que abusan del reposo , y harto sabido es cuánto se aumenta por el ejercicio ; todos los casos que se refieren de abstinencia completa muy prolongada , han sido observados en sujetos que se entregaron á la inaccion casi completa del cuerpo.

La circulacion se hace mas fuerte y rápida por el efecto que el ejercicio produce en el origen de esta funcion ; este aumento de vitalidad y de fuerza en las contracciones del corazon , ha de influir necesariamente en todas las partes de la economía llevando á ellas los elementos nutritivos. Si han de repararse las pérdidas que ocasiona el ejercicio , claro está que la absorcion intestinal será tanto mas activa , cuanto mayores sean aquellas ; la absorcion intersticial aumentará tambien por la misma causa , y por consiguiente una tercera funcion que se halla estrechamente unida á las mencionadas : la nutricion. No dejan de participar de la misma influencia la respiracion , secreciones y exhalaciones. Comparemos la estatura y vigor de los campesinos con el aspecto pobre y miserable que ofrece la generalidad de los habitantes de las grandes poblaciones ; de esos jóvenes que viven casi exclusivamente para ocupar los salones , y que el mas ligero movimiento les causa una indecible fatiga. En estos las funciones secretorias y exhalantes se empobrecen de una manera extraordinaria por la completa inaccion en que viven ; verdad es que otras causas contribuyen á constituirlos en ese pauperismo funcional ; pero al frente de todas se encuentra la que acaba de citarse. Esta misma comparacion sin mas comentarios , nos pondrá de manifiesto cuán poderosa es la influencia del ejercicio en el aparato locomotor.

La que este agente tiene en las facultades intelectuales es bien evidente. En los individuos débiles y raquíticos, parece que sus ideas y sus concepciones están en armonía con la pobreza de su constitucion. Una inteligencia grande y despejada, colocada en un cuerpo enfermizo y mal constituido, es una prueba de generosidad de la naturaleza; es un favor, una especie de compensacion, una cualidad con que parece quiere lisongear el mal estado físico; pero esto es una excepcion, y por desgracia bastante rara. Esto solo sería suficiente para concebir la necesidad de proporcionar el desarrollo físico en los establecimientos destinados á la educacion moral é intelectual. El doctor Foy, tratando el asunto que nos ocupa, se espresa en estos términos: Todos los hombres de bufete, todos los grandes pensadores, saben muy bien que un ejercicio moderado escita y despierta la facultad de sentir, la facultad de pensar. Ellos saben igualmente que el trabajo intelectual moderado ó subordinado á la aptitud, se hace mas fácil y mas fecundo cuanto mayor es la meditacion; en otros términos: las primeras horas, los primeros dias de trabajo, son mas penosos que los últimos.

Un ejercicio moderado perfecciona las sensaciones y robustece las facultades intelectuales. Esta es una verdad sobrado conocida de todos. ¿A quién no ha sucedido tener que abandonar un trabajo por serle imposible formular ni un solo concepto, y despues de dar un paseo, tal vez en el mismo ó á la vuelta, poder desarrollar con una facilidad suma, todo el plan que se hubiera propuesto? Creo que basta lo dicho para quedar suficientemente manifestada la benéfica influencia que tiene el agente que nos ocupa sobre las distintas funciones de la economía. Probada su utilidad, veamos de qué modo puede generalizarse aprovechando sus ventajosos resultados.

La gimnástica, Excmo Sr., debia constituir uno de los ramos de la educacion; en todas las escuelas públicas deberian establecerse gimnasios y obligar á los jóvenes que concurriesen á ellos diariamente. Algunos inconvenientes habria que vencer para llevar á cabo la empresa, particularmente en las que llamamos de educacion primaria; pero no será difícil su institucion en otros establecimientos, donde por sus circunstancias de mayor posibilidad, están mas al alcance de las reformas; me refiero á los colegios de humanidades y á los hospicios. En estos establecimientos se hace sentir mas vivamente la necesidad de sacar á los jóvenes de la inercia en que viven y de sustraerlos por medio del ejercicio de las infinitas causas de enfermedad que los rodean. Si examinamos la vida del pupilo de un colegio, la encontraremos en condiciones que le son muy poco favorables. El órden establecido, dicen, para el buen método, le ocupa la mayor parte del tiempo en las clases, estudios, rezos y otros deberes que le dejan muy pocas horas para entregarse á los juegos propios y necesarios á su edad, y aun estas las invierte en las clases mal llamadas de recreo como son el dibujo, idiomas, etc. Dedicados demasiado prematuramente á la resolucion de los árdulos problemas de moral, su inteligencia se desarrolla precoz é imperfectamente á espensas de la parte orgánica, de lo que resultan jóvenes delicados, enfermizos, de pobre constitucion y de un temperamento nervioso exaltado que los predispone á esa multitud de enfermedades casi exclusivas de los literatos.

Si dirigimos la vista á los hospicios, aun se presenta la escena de peor aspecto. La desgraciada juventud que en ellos se alberga, lucha desde su nacimiento contra todas las causas capaces de destruccion; tal vez de sus padres heredó ya el hospiciano el gérmen que ha de hacerlo des-

graciado, ó una nodriza mercenaria le cedió el fruto de su vida licenciosa. El niño al fin salvando una probabilidad tras otra, llega á la edad en que para satisfacer las necesidades de la naturaleza necesita encontrarse en condiciones á propósito para dar vuelo á sus inclinaciones; su imaginacion no se ocupa de otra cosa que de los juegos que puedan alhagarle; ninguno es duradero y á cada momento inventa otros nuevos pareciéndole todo el campo estrecho para sus traviesas maquinaciones; y cuando en las horas que le destinan de asueto quiere dar expansion á sus vehementes deseos, estos se estrellan en los estrechos límites del espacio de que puede disponer, ó lo que es mas lamentable, contra la atronadora voz de un director vigilante que lo condena á la inamovilidad. Un dia y otro se repite la escena; y la inaccion completa en que viven estos hijos de la desgracia, los arrastra á un estado miserable y digno de compasion. Vemos cebarse en ellos multitud de enfermedades propias del temperamento linfático predominante; los vicios tuberculoso, raquítico y escrufuloso, las oftalmías de la misma naturaleza y otros varios afectos, causan una considerable mortandad imposible de disminuir, á no ser que se modifique su género de vida. La gimnástica satisface esta necesidad imperiosa; convenientemente dirigida dá escelentes resultados apreciables desde muy luego como me ha hecho ver la esperiencia.

En Cádiz donde hay una marcada aficion por los juegos gimnásticos, existen varios establecimientos que aunque en pequeño y sin todas las condiciones necesarias, han dado suficientes resultados para hacer conocer sus ventajas. No son mas que reuniones de jóvenes que á su costa establecen el gimnasio que proveen de aquellos aparatos que juzgan mas oportunos y necesarios, y sin direccion magis-

tral, ó á lo mas por lo que dicta algun compañero mas adelantado, se entregan á toda clase de ejercicios y evoluciones, sin que ninguno haya tenido todavía afortunadamente que arrepentirse. Algunos padres lo autorizan ya, y convencidos de su utilidad obligan á sus hijos que concurren al gimnasio: pero sin embargo de lo familiar que se vá haciendo en aquella ciudad esta preciosa institucion, no ha llegado aun á su casa hospicio, cuyos numerosos albergados sufren todo lo que queda dicho, de lo cual he sido testigo en aquellos hospitales.

El establecimiento pues de gimnasios en los puntos donde se reune la juventud, es de absoluta necesidad. El desarrollo de la educacion física proporcionará bienes inapreciables aumentando el bienestar y salubridad de las poblaciones: hará desaparecer muchas de las causas que atacan y minan la salud, ofreciéndonos esos jóvenes contrahechos inútiles á la sociedad y hasta á sí mismos; rebajará considerablemente el imponente guarismo que en la estadística ocupa la mortandad de esos infelices deudores de la caridad pública; la sociedad entera, en fin, tal vez encontrará un correctivo poderoso para el mas arraigado de sus vicios, la ociosidad: esa polilla que traspasando los límites del vicio, casi se confunde con el crimen, se moderará, á no dudarlo, acostumbrando á sus secuaces á ser laboriosos desde su infancia.

Cansaria la atencion de V. E. si entrára en pormenores acerca de las condiciones del local, así como de los utensilios y régimen que debe establecerse en esta clase de educacion; otros lo han hecho ya mas cumplidamente de lo que yo pudiera ofrecer, y estensos tratados se han escrito sobre la mate-

ria, mereciendo sin duda la preferencia el de nuestro compatriota Amorós.

He llegado, Señor Excmo., al fin de la tarea que me habia impuesto. Al emprenderla, solo me ocurrió la idea que mi voz podrá ser repetida por otros, hasta conseguir se oiga con interés. Si algun dia veo realizadas mis esperanzas, mis deseos estarán completamente satisfechos.—HE DICHO.

*Madrid Junio 1853.*



*UVA. BHSC. LEG 08-1 n°0701*

*UVA. BHSC. LEG 08-1 n°0701*



UVA. BHSC. LEG 08-1 n°0701