

ORIGINAL

La neurología en los *regimina sanitatis* medievales[☆]

V. de Frutos González^a y A.L. Guerrero Peral^{b,*}

^a G. I. R. *Speculum medicinae*, Universidad de Valladolid, Valladolid, España

^b Servicio de Neurología, Hospital Clínico Universitario de Valladolid, Valladolid, España

Recibido el 23 de febrero de 2010; aceptado el 25 de febrero de 2010

Accesible en línea el 28 setiembre 2010

PALABRAS CLAVE

Dietética;
Medicina Medieval;
Galenismo;
Regimina sanitatis;
Regimina salutis;
Res non naturales

Resumen

Introducción: En la literatura médica medieval destacan unas obras sobre dietética, entendida como alimentación, así como otros factores presentes en el entorno de las personas y que pueden influir en su salud. Se conocen bajo el término de *regimina sanitatis o salutis*, regímenes de la salud y conocieron un especial desarrollo en el occidente cristiano. Atienden, por lo general, al equilibrio entre las 'seis cosas no naturales', factores para regular la salud e impedir que se pierda: ambiente, ejercicio, alimentos, sueño, evacuaciones y emociones.

Metodos: Tras revisar las fuentes de estas obras y definir las etapas evolutivas de este género literario, nos centramos en tres de los más destacados *regimina* medievales, el anónimo *Regimen sanitatis salernitanum*, el *Regimen sanitatis ad regem aragonum* de Arnaldo de Villanova y el *Tractatus de conservatione vite humane* de Bernardo de Gordon. En ellos revisamos las referencias hechas a patologías en la esfera de la neurología.

Resultados: La presencia de la neurología en los *regimina*, aunque no considerada de forma independiente, es destacada. Así, los textos revisados proponen medidas dietéticas para preservar el funcionamiento de la memoria, los nervios, la vista o el oído, así como para el tratamiento de cefalea, epilepsia, apoplejía o vértigos.

Conclusiones: Los *regimina*, textos muy representativos de esta época, nos ofrecen la visión de las enfermedades neurológicas del médico medieval occidental, y cómo este recurría a la dietética para preservar la salud, y a los remedios ofrecidos por la naturaleza para combatir la enfermedad.

© 2010 Sociedad Española de Neurología. Publicado por Elsevier España, S.L. Todos los derechos reservados.

KEYWORDS

Dietetics;
Medieval medicine;
Galenism;

Neurology in medieval *regimina sanitatis*

Abstract

Introduction: In medical medieval literature some works about dietetics stand out. Dietetics, as a separate branch of medicine, includes not only food or drinks, but other environmental

[☆] Presentado parcialmente en la Reunión del Grupo de Estudio de Humanidades e Historia de la Neurología. LXI Reunión Anual de la Sociedad Española de Neurología, Noviembre de 2009.

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: gueneurol@gmail.com (A.L. Guerrero Peral).

Regimina sanitatis;
Regimina salutis;
Res non naturales

factors influencing on health. They are known as *regimina sanitatis* or *salutis*, and specially developed in the Christian west. They generally consisted of a balance between the Galenic "six non-natural things"; factors regulating health and its protection: environment, exercise, food, sleep, bowel movements and emotions.

Methods: After reviewing the sources and defining the different stages of this genre, we have considered three of the most out-standing medieval *regimina*, the anonymous *Regimen sanitatis salernitanum*, Arnaldo de Vilanova's *Regimen sanitatis ad regem aragonum* and Bernardo de Gordon's *Tractatus of conservacione vite humane*. In them we review references to neurological disease.

Results: Though not independently considered, there is a significant presence of neurological diseases in the *regimina*. Dietetics measures are proposed to preserve memory, nerves, or hearing, as well as for the treatment of migraine, epilepsy, stroke or dizziness.

Conclusion: *Regimina* are quiet representative among medical medieval literature, and they show medieval physicians vision of neurological diseases. Dietetics was considered useful to preserve health, and therapeutics was based on natural remedies.

© 2010 Sociedad Española de Neurología. Published by Elsevier España, S.L. All rights reserved.

Introducción

Los *Regimina sanitatis o salutis*, regímenes de salud, son un género literario muy extendido por todo el mundo médico medieval en sus tres focos principales, Islam, Bizancio y Occidente cristiano. Reflejan muy bien la herencia de la medicina grecorromana, denominada Galenismo medieval. Tratan esencialmente de la importancia de la dietética en la salud. Dentro de las tres ramas en las que, de acuerdo con Celso, se dividió la medicina tras la época de Hipócrates (*diaetetica*, *pharmaceutica* y *chirurgica*), la dietética tenía un significado muy amplio e implicaba actuaciones referidas no sólo a la regulación de comida y bebida, sino también al ejercicio, trabajo, relajación y uso de ciertas medicinas. Podía aplicarse en el tratamiento del enfermo, o también adaptarse al sano de cara al mantenimiento de la salud, a modo de *regulae vitae*.

El galenismo medieval

Galeno, nacido en Pérgamo en el siglo II fue, junto con Hipócrates, la principal figura de la medicina de la antigüedad. Sobre una sólida base de filosofía, adquirió una amplísima formación en la medicina de la época, primero en su ciudad natal y, posteriormente y durante 4 años, en Alejandría. A su vuelta a Pérgamo ganó una gran experiencia al hacerse cargo de la Escuela de gladiadores. Toda esta trayectoria hizo de Galeno un gran médico por encima de los estándares de la época, un profundo conocedor de los conocimientos médicos disponibles, y un curioso infatigable que buscaba llegar al origen de las enfermedades a través de la observación clínica y la investigación. Fue, además, un gran maestro lo que, unido a la exitosa atención médica que prestaba a las élites de Roma, le confirió gran fama y respeto en vida¹. Adscrito a la teoría encefalocéntrica de la medicina, entendía que el cerebro es el centro del ser humano, capaz del pensamiento así como de la coordinación de sensaciones y movimientos. De ese cerebro galénico surge el *pneuma* psíquico, principio vital que pasa a la sangre para ser difundido a todo el organismo a través de los nervios¹. Galeno, sin abandonar la doctrina humoral de Hipócrates, hizo múltiples aportaciones basadas en su gran

capacidad de observación, impregnando todos sus escritos del finalismo filosófico aristotélico. Consideró inexistente el estado de salud perfecto, de forma que siempre hay una cierta predisposición por parte del ser humano a contraer una enfermedad, basada en un desequilibrio de los 4 humores, sangre, flema, bilis y melancolía; así, cada individuo, en función de ese desequilibrio, puede ser sanguíneo, flemático, colérico o melancólico. Pese a ello, Galeno determinó que las enfermedades establecidas tienen una localización, un asiento orgánico concreto. El principal mérito de Galeno probablemente fue la capacidad de elaborar, en un único cuerpo doctrinal, toda la medicina de su tiempo, constituyéndose en heredero de la Escuela de Alejandría². Su obra extensísima, tuvo una gran influencia en toda la medicina hasta bien entrado el Renacimiento³. De esta forma, la Edad Media fue, en sus tres grandes polos de desarrollo médico -Bizancio, Islam y Occidente Europeo-, una prolongación con escasas modificaciones del pensamiento galénico.

La Europa cristiana fue, tras las invasiones bárbaras, el lugar en el que más difícil resultó el mantenimiento del saber médico, restringido durante grandes periodos de tiempo, y en amplias zonas, a los monasterios. En ellos, sin embargo, un cierto alejamiento de la realidad, motivó un abandono del empirismo grecorromano, que se vio sustituido por el misticismo cristiano impregnado de superstición germánica. Se mantuvo, eso sí, en el ambiente monástico, una atención médica desinteresada, impregnada de beneficencia. La terapéutica retornó por el camino de las simplificaciones de la medicina popular y las interpretaciones sobrenaturales, y aquí se imbricó el concepto galénico del *laudabile pus*, sustancia milagrosa para prevenir la infección e inducir la curación⁴.

Mientras tanto, los textos galénicos, junto con algunos manuscritos griegos salvados de las destrucciones de la Biblioteca de Alejandría, fueron traducidos a lengua siríaca por los herejes nestorianos, entre los que destaca el autor *Hunayn Ishaq*, y se conservaron en Gundishapur, desde donde enriquecieron a la nascente medicina árabe⁵⁻⁷. La lengua árabe hizo retornar a Occidente los textos grecolatinos, inicialmente gracias a las traducciones hechas a finales del siglo XI por Constantino el Africano, una de las figuras más destacadas de la Escuela de Salerno. Posteriormente, ya en el siglo XIII, y gracias al trabajo de la

Escuela de Traductores de Toledo estos textos volvieron a influir en la Medicina Occidental, principalmente a través de los centros de enseñanza médica como Montpellier, París o Bolonia⁸⁻¹⁰). El galenismo se reformó cuando, a partir del siglo XV sus textos fueron reinterpretados en Europa tras la llegada de las traducciones al griego de las obras de Galeno¹⁰.

Dietética e higiene en el inicio de la medicina empírica

La consideración de la dieta como parte del origen de la enfermedad y el mantenimiento de la salud se evidencia en textos tan antiguos como la Biblia¹¹. Por poner otro ejemplo, en los escritos de Homero fechados en el siglo VIII a. C, Podalirio, uno de los médicos mencionados en sus obras, tenía un especial interés por la dieta¹².

Seguramente, en la mezcla de remedios mágicos y observaciones empíricas de los autores presocráticos en la Grecia Clásica, la dieta, y fundamentalmente su importancia como profilaxis de las enfermedades, fue una de las primeras incursiones del empirismo en el saber médico, a partir de las observaciones que estos autores hacían de la naturaleza que les rodeaba¹³⁻¹⁷.

El origen, pues, parece griego, y seguramente como respuesta a las necesidades de los atletas que entrenaban para los juegos; sin embargo, pronto se estableció como un importante método de tratar al enfermo y, después, aplicado a la salud, como un medio de evitar la enfermedad¹⁸.

En el *Corpus Hippocraticum* se mantiene que en los orígenes del hombre este comía directamente los productos de la tierra, de la misma forma que los animales, pero que, con el tiempo, los había aprendido a preparar de una forma adecuada a su constitución⁷. Además, la *dieta* se establece como un arma terapéutica, incluyéndose en ella además de la comida y la bebida, el ejercicio y los baños necesarios para que el paciente alcance la curación¹⁹.

Detengámonos un poco en los escritos de Platón; sus diálogos expresan múltiples conceptos dietéticos muy cercanos a lo que hoy denominamos dieta mediterránea; así, Platón recomienda la toma de cereales, legumbres, leche, miel, pescado y frutas y mantiene que dulces, carne y vino han de ser consumidos en cantidades moderadas. En general se preconiza la moderación en la alimentación y se recomienda huir de los excesos¹².

La medicina helenística, con representantes como Erasítrato o Herófilo, también remarcó el papel de la dieta¹². Ello fue transmitido a los autores romanos, notables semiólogos²⁰, y, en escritos, por ejemplo de Plutarco o de Plinio el joven, se mantiene esta concepción de la dietética como estilo de vida incluyendo alternancias entre trabajo y ocio, u otros asuntos como la elección de la vivienda. Todo ello, buscando siempre el equilibrio entre los distintos humores²¹.

Fuentes de los *regimina sanitatis* medievales

La dietética, por tanto, se integró perfectamente en la concepción medieval de una medicina entendida como ciencia y arte, que protege al cuerpo de las enfermedades y conserva a los hombres en buena salud. Dentro de las dos partes principales en las que se dividía la medicina en el medievo, una teórica, que trataba de conocer las causas de la salud y de la enfermedad, y otra práctica, que se destinaba a los cuidados y a la conservación de la salud, la *dieta* pertenece a la *pars practica*, junto con la *potio* y la *cirurgia*. La *potio* eran las bebidas que se aconsejaban o desaconsejaban beber, con frecuencia separadas, salvo el vino, de la dieta²².

Vamos a tratar en este artículo las obras inscritas en esta tradición de literatura higiénica y dietética y que se conocen bajo el término de *regimina sanitatis* o *salutis*, regímenes de la salud. Estos escritos son característicos de toda la literatura médica medieval y especialmente conocieron un gran desarrollo en el ámbito del occidente cristiano. Así, pues, según M. Nicoud²², podemos considerar como original del mundo latino la puesta en marcha de la literatura específica de los *regimina*, pero sin olvidar que en la base de estos escritos está toda la tradición griega y árabe donde el cuidado de la salud mediante la higiene fue muy destacado.

Los *regimina* se encuentran estructurados, por lo general, en torno a las 'seis cosas no naturales' (*res non naturales*), que no son sino factores que sirven para regular la salud e impedir que se pierda: ambiente, ejercicio, alimentos, sueño, evacuaciones y emociones, que serán posteriormente analizadas en mayor profundidad²³.

Con cierta frecuencia, el tema de estos regímenes es la higiene de una persona determinada, generalmente un rey o magnate, pero también existen *regimina* que tratan sobre la higiene de una actividad, estado vital o profesión, como por ejemplo los dedicados al embarazo, los viajes por tierra o por mar, y estilos de vida concretos como el militar o monástico. Otras veces el tema es la prevención de alguna enfermedad especialmente mortífera u oprobiosa, como pueden ser la peste o la lepra.

Estos *regimina* medievales beben principalmente en fuentes griegas y árabes. Por lo que respecta al mundo griego, son fundamentales los escritos hipocráticos, principalmente el *Régimen en las enfermedades agudas* y *Sobre la dieta*, siendo también muy destacada la influencia de la escuela aristotélica, sobre todo a través del médico Diocles de Caristo y de la carta que dirigió al rey Antígono, a modo de *regimen salutis*. También ejercieron gran influencia sobre los *regimina* medievales las obras de Galeno conocidas en latín bajo los títulos *De regimine sanitatis* y *De alimentorum facultatibus*, así como el *De observatione ciborum* del médico bizantino Antimo²⁴.

El mundo árabe, ya desde sus albores, como recoge la obra del médico de Bagdad Yuhanna ibn Masawayh, fechada en la primera mitad del siglo IX, se preocupa por las cualidades terapéuticas de la dietética²⁵. Es de destacar en esta fase inicial, la recopilación del siglo X llamada *Kitab al-tabikh* llevada a cabo por Ibn Sayyar al-Warraaq; esta obra rebasa su condición de recetario para constituirse en un verdadero libro de terapéutica dietética⁷. Centrándonos en las fuentes árabes de los *regimina* latinos, son de especial

interés en una primera fase las traducciones llevadas a cabo por Constantino el Africano: la *Isagogé*, atribuida a un autor árabe conocido como Iohannitius, y el *Pantegni* de Haly Abbas. Destacan también aquí dos obras árabes del médico judío Isaac Iudaeus, el *Liber dietarium universalium* y el *Liber dietarium particularium*²³ y, de forma más tardía, el *Liber ad Admansorem* de Rhazes, el *Taisir regimina sanitatis*, y obras de Averroes^{7,24}. Un texto que adquirió gran popularidad fue el *Taqwin al sihha*, de Ibn Bultan, fechado en el siglo XI, cuyas traducciones y recreaciones en las llamadas Tablas de Salud tuvieron una gran influencia en la Europa de finales de la Edad Media^{24,26}. En al-Andalus, figuras como Ibn Wafid, Avenzoar, Maimónides, o el citado Averroes, dieron en sus obras una gran importancia a la dietética como forma de adquirir la salud y prevenir la enfermedad; en esta avanzada sociedad las guías dietéticas se establecían para distintas edades, biotipos o estaciones del año²⁷, incluso recomendándose ante la aparición de ciertas enfermedades, como por ejemplo una enfermedad cerebrovascular, el cambio de residencia como forma de evitar ciertos factores de riesgo²⁸.

La evolución del género literario *regimina sanitatis*

Este género, recogiendo las obras del clasicismo grecorromano y las influencias reseñadas, hunde sus raíces en el occidente medieval en las epístolas higiénicas altomedievales y en los escritos conocidos como "calendarios dietéticos". Las Epístolas Higiénicas son escritos breves de contenido práctico, que no incluyen apenas consideraciones teóricas, y que atienden principalmente a dos temas: la sangría y la higiene; dentro de entre ellas puede incluirse la obra citada de Antimo. Los "calendarios dietéticos", por su parte, son breves obras de higiene que detallan lo que debe comerse en cada mes.

En el desarrollo de los *regimina sanitatis* en el occidente medieval pueden diferenciarse 3 periodos fundamentales:

Primera etapa

Se extiende hasta mediados del siglo XIII y es considerada como los prolegómenos a una literatura dietética. En los inicios de este siglo comienza la difusión y el uso de los primeros, y, por ello, rudimentarios, en algunos casos, tratados de higiene que hemos mencionado en los manuscritos altomedievales y que están consagrados parcial o exclusivamente a la dietética. Es difícil definir de manera simple y general estos tratados relativos a la higiene, puesto que la dietética concierne a la conservación de la salud, pero también a aspectos terapéuticos. Además, los textos de esta época son muy distintos unos de otros en lo que respecta al estilo y a la estructura general y, por ello, en este siglo sería imposible, según M. Nicoud²², agrupar esas obras bajo el nombre de *regimina sanitatis*.

En la segunda mitad del siglo XIII se hace evidente la influencia de los tratados árabes en los *regimina*. En este momento se compone el *Liber de conservanda sanitate* de Juan de Toledo, que presenta la peculiaridad de no

mencionar como tales las 'cosas no naturales', probablemente debido a su redacción precoz y a su dependencia del *Canon* de Avicena²³. La influencia posterior de este texto fue tal que, en pleno siglo XVII Jerónimo de Mondragón hace una traducción al castellano del original latino²⁴. También pertenece a esta época el *Regimen* de Aldobrandino de Siena, obra muy larga y completa y escrita, sorprendentemente en esta época, en francés y no en latín. Estos tratados se encuentran, como hemos dicho, entre la prevención y la terapia y abarcan tanto preceptos dietéticos como práctica terapéutica.

El *Regimen sanitatis salernitanum*, también conocido como *Flos medicine*, pertenece a este período²⁹⁻³¹. Se trata de una obra anónima, atribuida a la Escuela Médica de Salerno en su conjunto, que presenta la singularidad de estar escrita en verso. La versificación, presente en la literatura médica medieval y con ventajas sobre el verso como la facilidad mnemotécnica, la capacidad de síntesis y concisión, o la garantía ofrecida en la integridad posterior del texto³², no es habitual en los *regimina* hasta la segunda mitad del siglo XIV, cuando se adopta la forma versificada como nuevo vehículo expresivo en este tipo de obras, coincidiendo con la progresiva popularización de los regímenes de salud. Pese a estar dedicado al rey de los ingleses, *Flos Medicine* no atiende realmente a la higiene personal de un sujeto en particular, sino que posee un carácter general y la dedicatoria responde solamente a un tópico habitual en esta literatura.

También presenta forma versificada el *Libellus de regimine vite et sanitatis* de Bellino Bissolo, poeta didáctico y moralizante milanés. Aunque en ocasiones se ha considerado esta obra un ejercicio erudito de un poeta y no un verdadero régimen de la salud, se trata de un auténtico manual de higiene, e interesante compendio de consejos dietéticos e higiénicos generales, como los alimentos más saludables en cada estación, la necesidad de moderación de las comidas, los momentos en los que es útil hacer ejercicio, o la conveniencia o no de la higiene diaria en diferentes partes del cuerpo como las manos o el rostro.

Segunda etapa

A esta primera etapa le sigue el período de florecimiento de la literatura dietética, que se extiende a lo largo de la primera mitad del siglo XIV. Los tratados compuestos en esta época atienden a las 'cosas no naturales' como principio estructurador, pero no se limitan a un examen de las mismas, sino que contemplan también otros aspectos como la prevención de la enfermedad y la conservación de la salud. La madurez del género se manifiesta en la aparición de regímenes individuales, compuestos específicamente para determinados sujetos, generalmente reyes u otros personajes socialmente notables, y adaptados así a las características somáticas de los mismos. Estos *regimina* se suman a la otra variante de los escritos de higiene, los regímenes generales, ya existentes en épocas precedentes y que siguen componiéndose en este momento.

Entre las obras compuestas en este período pueden destacarse el *Regimen sanitatis ad regem aragonum* de Arnaldo de Villanova, destinado a Jaime II rey de Aragón, y el *Tractatus de conservacione vite humane* de Bernardo de Gordon, un

régimen general. Sobre estos dos textos, los más característicos de esta etapa más representativa de los *regimina*, nos extenderemos posteriormente recogiendo sus referencias a patologías neurológicas.

Otros regímenes compuestos en este período son el *Regimen* a Antonio de Flisco de Maino de Mainieri, régimen individual dedicado al eclesiástico llamado Antonio de Flisco y compuesto en 1339, y un régimen general de este mismo autor, escrito aproximadamente en 1330.

Última etapa

Se caracteriza por la generalización de los *regimina*. Comienza en la segunda mitad del siglo XIV, abarcando posteriormente todo el siglo XV. Los autores de este período son claramente dependientes de los escritos del período anterior y, en la mayor parte de los casos, se limitan a reproducir las ideas de sus predecesores. Esta última etapa se caracteriza por la proliferación de *regimina* anónimos y *regimina* escritos en lenguas romances, principalmente francés, italiano o alemán. Entre estos últimos, cabe mencionar la parte dedicada al *regimen sanitatis* en la *Sevillana medicina* de Juan de Aviñón, o el *Trattato utilissimo circa la conservazione de la sanitate* de Hugo de Siena. El anonimato frecuente en los regímenes de este período es consecuencia lógica de la generalización de la literatura higiénica medieval y estas obras se caracterizan, por lo general, por un bajo nivel científico. Muchas veces son simples repeticiones de lugares comunes del *Canon* de Avicena o incluso meras copias de extensos fragmentos de regímenes anteriores. Una característica destacada de los *regimina* tardíos es su breve extensión y su tendencia al esquematismo: muchos de ellos ocupan sólo dos o tres páginas de los manuscritos y se limitan a una simple lista de productos que se deben consumir o evitar, como la obra de Gerardo de Solo. Sin embargo, en esta última etapa de evolución de los escritos de la salud se compusieron también regímenes de gran extensión. Entre ellos, destacan el atribuido a Benedicto Resguardatus de Nursia, editado en el Renacimiento, o los de Barnaba de Reggio y Chunrardus de Einstein.

El género persiste hasta bien entrado el Renacimiento, momento en el que destaca, por ejemplo, el texto de Luis Lobera de Ávila titulado *Banquete de nobles caballeros*, redactado cuando fue nombrado médico de cámara del emperador Carlos V²⁴.

Sex res non naturales

El galenismo consideraba, dentro de sus hipótesis para explicar el origen de las enfermedades, las *res naturales*, pertenecientes a la naturaleza del cuerpo, las *res non naturales*, que no pertenecen a la naturaleza del cuerpo e influyen en la salud desde fuera, y las *res contra naturam*, que dan origen a las enfermedades.

El manejo y equilibrio de las *res non naturales*, propuestas como dualidades, se constituye en los principios básicos de la higiene medieval²³. Esta clasificación, aunque usada por Galeno, fue sistematizada por la literatura árabe posterior, principalmente en el *Canon* de Avicena. El repaso de estas seis dualidades lo haremos apoyándonos en el *Regimen Sanitatis Salernitanum* (fig. 1), obra de la que,

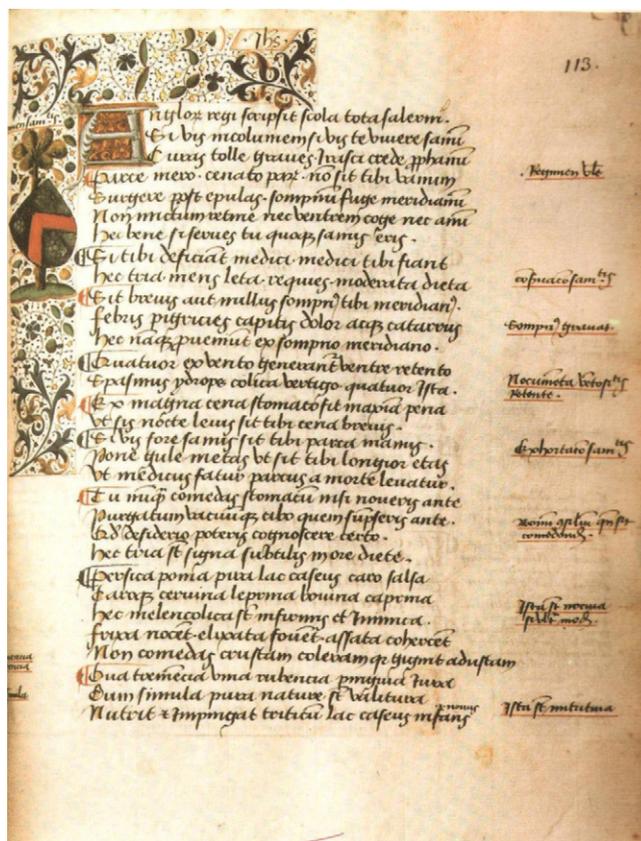


Figura 1 *Regimen Sanitatis Salernitanum*. Manuscrito PARIS, BNF COD. LAT. 6931.

recientemente, se ha publicado un análisis de sus referencias a patologías neurológicas^{29,30}.

Ambiente

Muchos *regimina* comienzan tratando sobre la acción que ejerce sobre el hombre todo lo que le rodea, principalmente factores como el *aer*, las estaciones, el lugar de residencia o la casa. El *Regimen sanitatis salernitanum* no incluye ningún capítulo relativo a este elemento; un grupo considerable de los manuscritos que transmiten posteriormente el texto hacen referencia al ambiente, si bien se trata de trabajos poco fiables desde el punto de vista de la crítica textual.

Ejercicio físico

Hace referencia a la dualidad movimiento/reposo, bajo la concepción de que una vida sana requiere alternancia entre ejercicio y reposo. Dentro de la noción de ejercicio, los autores medievales suelen incluir el trabajo y recomiendan, ante todo caminar. Baños y masajes completan los elementos de higiene relativos a esta dualidad y fueron incluidos entre las 'seis cosas no naturales' por el galenismo árabe y latino. No obstante, en algunos casos, los baños se consideran un procedimiento para eliminar algunas sustancias nocivas, como el sudor, y se incluyen en la 'quinta cosa no natural', relativa a la higiene de los desechos, como, por ejemplo, sucede en el *Regimen sanitatis salernitanum*.

Alimentos y bebidas

Según los *regimina*, para conservar la salud es muy importante cuidar la alimentación y buscar la manera de conseguir una buena digestión. Dentro de este punto, se da especial importancia a la cantidad y los autores suelen apelar a la sobriedad, tal como se aprecia en varias ocasiones en el *Regimen sanitatis salernitanum*, por ejemplo, en el verso incluido en la línea 5: “Abstente de vino puro, cena poco...”; o en las líneas 20-21: “De una gran cena sufre el estomago la mayor molestia./ Para tener una noche buena, sea tu cena ligera”, y en las líneas 23-24: “Ponle freno a la gula para darle a tu vida largura./ Como el médico advierte: el parco se libra de la muerte”.

Es habitual que se incluyan en los *regimina* medievales unos capítulos dedicados al estudio de los diversos alimentos que integran la dieta humana, considerando generalmente el pan, legumbres, verduras y hortalizas, frutas, carnes, pescados, lácteos y huevos. La bebida más considerada en este apartado suele ser el vino.

Sueño

Hace referencia a la dualidad sueño/vigilia. El sueño se considera beneficioso para la salud, ya que se le atribuyen tres funciones: la primera, enfriar las partes más profundas del cuerpo mediante un cambio de la temperatura en las vísceras, principalmente en los dos órganos de la digestión, estómago e hígado; de esa forma se facilitan la primera y la segunda digestión. Además humedece los miembros internos mediante la condensación del vapor emergente de los órganos de la nutrición. Finalmente, se considera que el sueño permite el reposo de las *virtutes animales*. Los *regimina sanitatis* insisten en la necesidad de dedicar al reposo las horas más convenientes y suelen condenar vigorosamente la siesta. Así, por ejemplo, en el *Regimen sanitatis salernitanum*: “... evita la siesta”; “Duerme una siesta breve o no la duermas./ Fiebre, indolencia, dolor de cabeza y catarro:/ todos estos males provienen de la siesta” (ll. 13-15).

Higiene de los desechos

La dualidad inanidad/repleción es la quinta ‘cosa no natural’, considerando que para que exista salud es necesario un equilibrio entre estos dos polos. Entre las sustancias que han de evacuarse, la medicina medieval diferencia los desechos que proceden de las tres digestiones fisiológicas, ciertas sustancias producidas por otros órganos, como el esperma, y, por último, los humores, que pueden transformarse en la sangre o en el propio receptáculo, y cuya evacuación requiere toda una serie de técnicas como la flebotomía, la ventosa, los vomitivos o los purgantes. El *Regimen sanitatis salernitanum* dedica también numerosos capítulos a esta higiene de los desechos e incluye remedios para corregir el estreñimiento o la diarrea, así como diuréticos; trata también del sudor, como un medio de evacuación de las sustancias de desecho y una parte considerable de la obra se ocupa de la flebotomía y vomitivos, así como los clísteres y supositorios.

Emociones

La medicina medieval postula una unión muy estrecha entre cuerpo y alma, que se manifiesta en la doctrina de los *accidentes animae* o *passiones*, definidos como emociones originadas en el alma que se manifiestan somáticamente. En este sentido, los *regimina* de la salud aconsejan escapar de la ira o la cólera y tratar de mantenerse alegre. El *Regimen sanitatis salernitanum* presenta algún reflejo de estas recomendaciones en sus primeros versos: “Quita las cuitas graves, ten por siniestro enfadarte”.

Arnaldo de Villanova, en su *Speculum medicinae* del siglo XIII incorpora a estas 6 res que considera principales, otras 6 consecuentes que son región o lugar, coito, trabajo u ocupación, juego, baño y costumbre²⁶.

La neurología en los *regimina sanitatis*

Si bien estos textos médicos no consideran los aspectos neurológicos de forma independiente, contienen múltiples alusiones, tanto al tratamiento de patologías neurológicas, como, sobre todo en el caso del *Regimen sanitatis salernitanum* a los equilibrios en las *res non naturales* necesarios para preservar la memoria, el funcionamiento de los nervios y la visión y oído³⁰.

Los *regimina* a analizar son muchos y la investigación, e incluso edición de bastantes de estos textos, habrá de ser asumida durante los próximos años. Hemos trabajado sobre los textos latinos de tres de los *regimina* más destacados y con mayor influencia posterior: el anónimo *Regimen sanitatis salernitanum*, cuyas principales referencias neurológicas han sido reseñadas en un trabajo anterior³⁰, el *Regimen sanitatis ad regem aragonum* de Arnaldo de Villanova y el *Tractatus de conservacione vite humane* de Bernardo de Gordon. De estos dos últimos textos, presentamos los versos más destacados en cuanto a la patología neurológica.

La neurología en el *regimen sanitatis ad regem aragonum* de Arnaldo de Villanova

Arnaldo de Villanova (1238-1311) es reconocido como una de las máximas figuras de la medicina en la baja Edad Media, aparte de su gran influencia intelectual y la repercusión de sus escritos religiosos, ocasionalmente polémicos. Tras estudiar en Montpellier, ejerció como médico de cámara de los reyes de Aragón Pedro el Grande, Alfonso III y Jaime II. Desde 1290 impartió clase en Montpellier, fechándose en este periodo gran parte de su obra médica²⁴. Su fama fue tan grande, que a él se atribuyeron obras anteriores notables, como por ejemplo el *Regimen sanitatis salernitanum*, pero también obras posteriores muy menores, lo cual ha dificultado el estudio de su legado³³. Incluso se le ha tildado de alquimista, lo que seguramente no fue.

El *Regimen sanitatis ad regem aragonum* data muy probablemente de los años 1305-1308 y se estructura en dos partes: la primera de ellas está organizada en torno a las ‘seis cosas no naturales’ y la segunda aborda principalmente las características de los diferentes alimentos. Puede diferenciarse, además, una especie de apéndice constituido por

el último capítulo, donde se exponen las medidas higiénicas y terapéuticas que ha de observar Jaime II, rey de Aragón, a quien el libro va dirigido, en relación con sus hemorroides. La característica más destacada de esta obra responde a su carácter de *regimen* individual y es que presenta un estilo muy sencillo y no incluye cita erudita alguna, respondiendo al tipo de destinatario, que es una persona no médica. Con estos consejos pretende que el rey llegue a *natural vellea*, es decir, viejo natural. Pese a ser un régimen dirigido a una sola persona su conocimiento se extendió rápidamente, siendo traducido a otros idiomas como el catalán o el hebreo^{26,34}.

Referimos a continuación las principales citas a patologías neurológicas presentes en el texto³⁵.

Los nervios

Este *regimen sanitatis* previene contra el zumo de limón, ya que "perjudica notablemente a los nervios y a los miembros formados por ellos" (cap. XVI, ll. 39-41).

La vista

En el primer capítulo de la obra, referente a los efectos que sobre la salud del hombre ejercen el ambiente y la casa en la que se habita (*De aeris et manisionis congruitate*), Arnaldo advierte del peligro que el fuego tiene sobre la vista, a la que dice que éste embota (cap. I, ll. 71-74). Asimismo, oscurece la vista, según este *regimen*, "dormir con los pies calzados, principalmente en verano" (cap. V, ll. 39-42).

La memoria

Arnaldo menciona en esta obra un consejo para conservar intacta, tanto la memoria, como los sentidos de la vista y el oído "lavar y calmar con agua templada las plantas de los pies" (cap. III, ll. 18-20).

Vértigos

En esta obra se señala como causa de ellos "el fuego del que el hombre se sirve para calentarse en invierno" (cap. I, ll. 71-75).

Cefalea

Según Arnaldo, dormir moderadamente por la noche elimina la pesadez de cabeza (cap. V, ll. 61-62).

La neurología en el *Tractatus de conservacione vite humane* de Bernardo de Gordon

El *Tractatus de conservacione vite humane* es un texto dirigido a los estudiantes de medicina y, por tanto, de un carácter muy diferente a la obra anterior. También maestro en Montpellier, Bernardo de Gordon escribió en el año 1308 el *Regimen sanitatis*, que se constituye en el cuarto libro del *Tractatus*, también llamado *Lilium medicinae*. Presenta una estructura compleja, procedente en parte de la

influencia del *De regimine sanitatis* de Galeno, así como del Canon de Avicena, la *Isagogé* y el *Pantegni*.

Las referencias neurológicas se encuentran presentes tanto en régimen como en el resto del *Tractatus*^{36,37}. A continuación recogemos los aspectos neurológicos presentes en toda la obra.

Vista

En el *Tractatus* se mencionan como elementos que dañan los ojos el aire demasiado caliente o frío y el excesivo esplendor. Además, se advierte de la conveniencia de "evitar leer letras muy pequeñas y con poca luz, y en lugares oscuros, evitar el coito y los peces y todo lo que hay que evitar porque daña la cabeza". Los ojos también sufren a causa del estómago, la cabeza o de todo el cuerpo (pp. 907-908, ll. 33-40 y 1-19, respectivamente).

Oído

Dañan el oído: el sonido de tubas y campanas grandes, los portazos, el rugido de los leones, el mugido de toros y ruidos semejantes. También lo lesiona lo que entra en él, como polvo, suciedad, agua, etc., el dolor de cabeza y el catarro (p. 908, ll. 21-37).

Mejora tanto la vista como el oído el ejercicio físico que produce fatiga y alteración del ritmo respiratorio en grado moderado. Este tipo de ejercicio, además, es beneficioso para la imaginación y la memoria (p. 857, ll. 10-17).

Memoria

En caso de tener problemas de memoria, hay que "evitar un sueño largo y ahumar la cabeza con madera de aloe y ámbar mezclados con agua, así como purgarla con *yerapigra*" (preparado en polvo que se administra en forma de electuario y se usa sobre todo como purgante). Este remedio es útil también en caso de disfunción de todos los sentidos (p. 929, ll. 11-19).

Cefalea

Si se es propenso al dolor de cabeza y a la niebla en los ojos, ha de evitarse comer pescado, cebollas, nueces y tomar vino fuerte (p. 873, ll. 23-26).

Entre los elementos que dañan la cabeza, se mencionan, además, el viento, la lluvia, el calor, el frío, el estar lleno de alimento, la inanición, los alimentos ahumados, los alimentos que llenan la cabeza de calor, las nueces, todo lo aceitoso, el queso curado, todas las legumbres, los frutos y las hortalizas. También hay que evitar comer ajo, cebolla, puerros, pimienta y vino fuerte, así como dormir de día o hacerlo con la cabeza inclinada, la cena, dormir mucho, comer demasiado y la indigestión (p. 907, ll. 9-31).

La cefalea puede ser indicio de una futura enfermedad (p. 933, ll. 4-6): "el dolor de cabeza o de cualquier otra parte del cuerpo indica una próxima enfermedad mayor. El dolor es seguido por la enfermedad. Donde hay dolor, hay enfermedad".

Los diversos tipos de dolor de cabeza son sintomáticos de distintas enfermedades (p. 933, ll. 12-20): Así, el dolor de cabeza pasajero significa dilatación de la pupila; si además va acompañado de aparición de moscas y pelos en los ojos, es indicio de cataratas.

El dolor de cabeza con fiebre y rubor de la cara y de los ojos, con aparición de destellos y falta de sueño denota delirio.

Espasmos y parálisis

El vino, si se toma sin medida, origina espasmos y parálisis (p. 880, l. 29).

Por otro lado, los indicios de sufrir espasmos y parálisis son: *ictigatio* (o movimiento involuntario) en la cara, acompañado de entorpecimiento de los miembros (p. 933, ll.26-27).

Apoplejía y epilepsia

Emborracharse supone grave peligro de sufrir apoplejía o epilepsia (p. 881, ll. 8-10). Otra causa de la epilepsia es el movimiento de un humor corrupto y maligno (pp. 905-906, ll. 39-40 y 1-2, respectivamente). El humor quieto, en cambio, sea lo malicioso que sea, no daña.

De acuerdo con Bernardo de Gordon, los indicios de la epilepsia y la apoplejía son vista pesada, oídos embotados y vértigos. Estos signos pueden indicar, además de epilepsia y apoplejía, muerte súbita (p. 933, ll. 22-24).

La complexión obesa es la más susceptible de enfermar, principalmente cuando va acompañada de estrechez natural de las venas: las personas que la padecen suelen acabar sufriendo apoplejía, epilepsia, asma, síncope y muerte súbita (p. 904, ll. 9-13).

Vértigos

El agua de nieve provoca vértigos, vómitos de sangre y artética, además de producir catarro (p. 879, ll. 22-25). Como recomendación a los propensos a sufrir vértigos, tisis y cataratas se menciona comer sobriamente y cosas fáciles de digerir, así como evitar el vómito (p. 894, ll. 17-19).

Nervios

Los nervios son la razón del dolor que se produce "porque los brazos y todo el cuerpo están tensados como un arco de cuerdas y esto se debe a que los miembros sensibles como son nervios, tendones y músculos, han embebido una gran cantidad de materia" (p. 888, ll. 7-12).

Para finalizar, reseñaremos un preparado que Bernardo recomienda para purgar la cabeza, prevenir la apoplejía, los vértigos y las enfermedades de los ojos. Se trata de "camomila, meliloto, flor del romero y cantueso cocidos en vino blanco. Se tomarán sus vahos por la boca y la nariz o se tomarán una o dos gotas de esa cocción y se introducirá por la nariz" (p. 895, ll. 20-27).

Conclusión

Los *Regimina sanitatis* constituyen uno de los géneros más destacados de la medicina medieval, englobando como pocos el Galenismo medieval tan influyente en la época. Los textos latinos que hemos revisado están salpicados de referencias a patologías neurológicas y muestran una aproximación nosológica muchas veces meritoria en el conocimiento de estas enfermedades, y unas posibilidades preventivas y terapéuticas muy ligadas a la naturaleza

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Bibliografía

1. Todman D. Galen (129–199). *J Neurol*. 2007;254:975–6.
2. García-Albea Ristol E. Areteo de Capadocia (siglo II d.C) y las primeras descripciones neurológicas. *Rev Neurol*. 2008;48:322–7.
3. Müller C. Melancholia and reflection on the genius of Huarte de San Juan. Temperament and powers of the soul in Galenism of the Spanish renaissance. *Gesnerus*. 2002;59:187–97.
4. Cruse JM. History of medicine: the metamorphosis of scientific medicine in the ever-present past. *Am J Med Sci*. 1999;318(3):171–80.
5. Martín-Araguz A, Bustamante-Martínez C, Emam-Mansour MT, Moreno-Martínez JM. Neurociencia en el Egipto faraónico y en la Escuela de Alejandría. *Rev Neurol (Barc)*. 2002;34:1183–94.
6. Martín-Araguz A, Bustamante-Martínez C, Fernández-Armayor V, Moreno-Martínez JM. La neurociencia en Al Ándalus y su influencia en la medicina escolástica medieval. *Rev Neurol*. 2002;34:877–92.
7. Waines D. Dietetics in medieval Islamic culture. *Med Hist*. 1999;43(2):228–40.
8. Clifford Rose F. European neurology from its beginnings until the 15th century: an overview. *J Hist Neurosci*. 1993;2:21–44.
9. Martín-Araguz A. Neurología en la corte del rey Sabio. *Neurología*. 2005;20:158–67.
10. Pino Campos LM. La doctrina de los pulsos de Galeno en el Siglo XVIII: el ejemplo de Francisco Solano de Luque. *CFC (G)*. *Estudios griegos e indoeuropeos*. 2004;14:267–84.
11. Subhakhtha PK, Narayana A, Sharma BK, Rao MM. Diet, dietetics and flora of the holy bible. *Bull Indian Inst Hist Med Hyderabad*. 2006;36:21–42.
12. Skiadas PK, Lascaratos JG. Dietetics in ancient Greek philosophy: Plato's concepts of healthy diet. *Eur J Clin Nutr*. 2001;55:532–7.
13. López Piñero JM. Antología de clásicos médicos. Madrid: TRIA-CASTELA. 1998.
14. Sigerist HE. The history of dietetics. 1941. *Gesnerus*. 1989;46(Pt 3–4):249–56.
15. Van der Eijk PJ. Divination, prognosis and prophylaxis: the Hippocratic work "on dreams" (De Victu 4) and its near eastern background. *Stud Anc Med*. 2004;27:187–218.
16. Steger F. Ancient dietetics- lifestyle and medicine. *NTM*. 2004;12:146–60.
17. Angeletti LR. Views of classical medicine. Theurgical and secular rational medicine in the healing-temples of ancient Greece. *Forum (Genova)*. 1991;1:1–11.
18. Hwalla N, Koleilat M. Dietetic practice: the past, present and future. *East Mediterr Health J*. 2004;10:716–30.

19. Lonie IM. A structural pattern in greek dietetics and the early history of greek medicine. *Med Hist.* 1977;21:235–60.
20. Olivares J. Elucubraciones sobre un emperador distónico. *Neurología.* 2009;24:488–96.
21. Biffino GG. Dietetics and health by Plini the younger. *Wurzbg Medizinhist Mitt.* 2005;25:110–20.
22. Nicoud M. Les régimes de santé au moyen âge. Roma: École Française de Rome. 2007.
23. Gil Sotres P. Introducción. En: García-Ballester L, McVaugh MR, editors. *Arnaldi de Villanova opera medica omnia X. 1. Regimen sanitatis ad regem aragonum.* Barcelona: Universitat de Barcelona; 1996. p. 473–885.
24. Vela Navarrete R, Pérez Albacete M. Envejecimiento masculino en la edad media: comentarios al libro de Arnau de Vilanova "conservatio juventute preservatio senectute". *Arch Esp Urol.* 2007;60:869–72.
25. Troupeau G. The first treatise on diet: the Kitab Hawass al-agdiyah de Yuhanna ibn Masawayh. *Med Secoli.* 1995;7:121–39.
26. Dualde Pérez V. Los sistemas alimentarios en la Antigüedad. *Información Veterinaria* 2007; Enero: 27–30.
27. Salas-Salvadó J, Huetos-Solano MD, García-Lorda P, Bulló M. Diet and dietetics in al-Andalus. *Br J Nutr.* 2006;96 Suppl.1: S100–4.
28. Arjona-Castro A, Arjona A. Un accidente cerebrovascular, causa de la muerte del califa Al-Hakam II. *Neurología.* 1997;12: 78–81.
29. De Frutos González V. *Flos medicine (Regimen Sanitatis Salernitanum).* Estudio, edición crítica y traducción. Valladolid: Universidad de Valladolid. En prensa.
30. Guerrero Peral AL, de Frutos González V. La neurología en el Regimen sanitatis Salernitanum. *Neurología.* 2009;24:194–9.
31. De Divitiis E, Cappabianca P, de Divitiis O. The "schola medica salernitana": the forerunner of the modern university medical schools. *Neurosurgery.* 2004;55:722–44.
32. Frutos González V, Guerrero Peral AL. La neurología en la poesía médica latina medieval. *Rev Neurol (Barc).* 2009;48:540–4.
33. Trias Teixidor A. Sobre un pretendido Segon libre del regiment de Sanitat, atribuido a Arnau de Vilanova. *Acta Hispanica ad Medicinae Scientiarumque Hitoriam Illustrandam.* 1983;3:281–7.
34. Paniagua JA. *Las Medicationes para bolae* del maestro Arnau de Vilanova: consideraciones en torno a la elaboración de su texto crítico. *Acta Hispanica ad Medicinae Scientiarumque Historiam Illustrandam.* 1982;2:75–96.
35. García-Ballester L, McVaugh MR. Regimen sanitatis ad regem aragonum. En: García-Ballester L, McVaugh MR, editors. *Arnaldi de Villanova opera medica omnia., X.1.* Barcelona: Universitat de Barcelona; 1996. p. 423–70.
36. Gordonius B. *Bernardi Gordonii De conservatione vite humane,* Lugduni: apud Guliel. Rovillium; 1574.
37. Demaitre L. *Doctor Bernard de Gordon: Professor and Practitioner.* Toronto: Pontifical Institute of Mediaeval Studies; 1980.