

Miguel de Cervantes y la descripción original del síndrome metabólico

Félix Fojo, MD

Ex Profesor de la Cátedra de Cirugía de la Universidad de La Habana

ffojof@homeorthopedics.com
felixfojo@gmail.com



Grandes de la medicina mundial como Thomas Sydenham –llamado por sus contemporáneos el “Hipócrates inglés”–, el clínico francés René Laennec, inventor del estetoscopio, el maestro canadiense Sir William Osler, soberbio clínico que dio forma y orden a los textos médicos tal y como los conocemos actualmente y el endocrinólogo y hombre de letras español Gregorio Marañón, entre muchos otros, comentaron y recomendaron en algún momento a sus estudiantes y colegas más jóvenes la lectura atenta del libro “El Ingenioso Hidalgo Don Quijote de la Mancha”, publicado por Miguel de Cervantes Saavedra en 1605 (1ª parte) y 1614/15 (2ª parte).

Y no lo hicieron solo por ser *El Quijote*, una obra de lectura extraordinariamente amena y edificante o por diletantismo cultural, sino también porque ellos veían en estas páginas una fuente casi inagotable de agudas descripciones físicas y comportamientos humanos de todo tipo, además de contener una miríada de consejos prácticos y sabias observaciones que podían ser de gran utilidad a los médicos de todo el mundo.

Un buen ejemplo, uno entre muchos, que se ha hecho cada vez más evidente a 4 siglos de las descripciones originales de Cervantes, es el del síndrome metabólico o síndrome de resistencia a la insulina, bautizado así por el endocrinólogo californiano G.M. Reaven (y varios otros autores) en las décadas de 1980 y 1990. Claro que Cervantes no podía hablar de hipertensión arterial, hiperlipidemia o resistencia tisular a la insulina, factores que se descubrirían siglos después, pero veamos, en cambio, su descripción fenotípica de Sancho Panza, el fiel escudero del Quijote: “...Sancho Zancas, y debía ser que tenía... la barriga grande, el talle corto y las zancas largas...” Unos pocos trazos a vuelapluma que nos describen con precisión a un portador de ese síndrome.

Continúa Cervantes y nos señala –describiendo a Sancho Panza– los malos hábitos alimenticios y el consumo de alcohol como factores de riesgo: “... sacando de las alforjas lo que en ellas habrá puesto iba caminando y comiendo detrás de su amo, muy de su espacio y de cuando en cuando empinaba la bota, con tanto gusto que pudiera envidiar el más regalado bodeguero”. O este imperdible párrafo: “...proveeré las alforjas, dice Sancho, de todo género de fruta seca para vuestra merced, que es caballero, y para mí las proveeré, pues no lo soy, de otras cosas volátiles y de más sustancia...” Dos formas de alimentarse y dos fenotipos opuestos, en verdad típicos.

Luego, y a lo largo de toda la novela, Cervantes nos ofrece consejos de invaluable valor preventivo para evitar el desarrollo y las complicaciones de este cuadro patológico, utilizando para ello los viejos y muy sabios refranes castellanos, unas veces puestos en boca del Quijote y otras del propio Sancho: “... de comilonas y cenas están las sepulturas llenas” o el tan actual “... quien quiera vivir sano, coma poco y cene temprano”.

Veamos estos otros con los que advierte el previsor caballero a su criado y escudero, siempre hambriento: “Come poco y cena más poco, que la salud de todo el cuerpo se fragua en la oficina del estómago...”, o “... se templado en el beber, considerando que el vino demasiado, ni guarda secreto ni cumple palabra”.

Sin dejar de lado el sedentarismo, y nos parece que Don Quijote se adelanta mucho a su tiempo con este consejo, nos apunta a un factor de riesgo, y su prevención, al que le faltaban casi 4 siglos para ser tomado en cuenta con seriedad por la medicina científica y también por las modas al uso: “... después de comer, dormir, y de cenar, pasos mil”. 