

E 4079(13) - 6 15.825 :

~~Amolado Es 8x~~

CARACTERES CIENTÍFICOS DEL MOVIMIENTO

Y DE LA

MEDICACION POR EL EJERCICIO CORPORAL

tesis presentada por

José Esteban y García

- Catedrático Numerario del Instituto de Valencia -

- Junio de 1895 -

~~87-4-A. 10 N. 1277~~



~~1895~~

Aprobado, según oficio de la Uni-
versidad Central, feha. 28 de Noviembre
de 1904

347

~ Sumario ~

de los
Caracteres Científicos del Movimiento
y de la
Medicación por el Ejercicio Corporal.

- I ¿El pensador precede al experimentador? - Diferencias entre el Remedio, el medicamento y el agente terapéutico - Definición del agente terapéutico ejercicio - Diferencias entre el tratamiento y la medicación.
- II Investigación cualitativa de los orígenes de nuestro agente terapéutico.
- III El medicamento ejercicio: Sinonimia - Definición y ramas de nuestra medicación aséptica corporal (El Camasamiento, la Gimnasia, el Sport la Atletica y la Mecanoterapia) - Su historia en China, India, Grecia, Roma, pueblos medievales y desde el siglo XVI hasta nuestros días - Sus caracteres naturales - Su acción fisiológica - Efecto terapéutico - Sus indicaciones y contraindicaciones - Administración del medicamento - Dosisificación.
- IV Conclusiones.



La humanitaria abstracción de la Patología y la terapéutica con la observación y la experimentación clínica para luchar con el misterio de la longevidad y la salud hasta caer de ando los votos de la esperanza en ofrendas y dávidas médica en un sacerdocio rugido con la inspiración del perdón social de sus atrevimientos y errores en la especulación mental y clínica.

He ahí la razón por la cual todo lo no se oculta en su ilustración y práctica, la humildad, educa la experiencia, perfecciona

Esto ha ocurrido con las aplicaciones ^o ora aliviando, ora curando enfermedades sacerdotes, sabios y doctos en el Arte de la vida y empleado el ejercicio como un se dosifica como los arsenicales y curan cuando se le administra sin enmascarar sus le hicieran paladear terrones de azúcar

Esto es una sencilla verdad y qui- nificancia para llegar a las alturas mentales de la especulación metafísica de patólogos y terapeutas, o en las esplendideces de su verdad de absorber tiempo ni cavilaciones solo que el cultivo de la energía individual y

Señores:



logía y la terapéutica con la observación y la experimentación clínica para luchar con el misterio de la longevidad y la salud hasta caer de ando los votos de la esperanza en ofrendas y dávidas médica en un sacerdocio rugido con la inspiración del perdón social de sus atrevimientos y errores en la especulación mental y clínica.

inmetodizado ^o enconcienda a la benevolencia ^{aquellos} de quien preferencia engendradora del pensador, cuyos hechos vis- na la atención y cristaliza la síntesis.

dicinales del ejercicio corporal cuyo valor terapéutico es reconocido desde la más remota antigüedad por rar, sin que hasta ahora el vulgo médico haya ad- agente terapéutico que se receta como los ferruginosos, como el sulfato de estriquina y repugna al enfermo caracteres organolepticos, de análoga manera que si agujas de sulfato de quina.

zas en las entrañas de un semilla lleve la insig- tales de la especulación metafísica de patólogos y dad encarne una trivialidad que no tiene necesi- citadas por inquisiciones etiológicas (más en moda específica del género humano) máxime cuando las

investigaciones microbiológicas nos sorrien
abrazandose con la Ciencia que hoy curiosa
y ayer lo veia todo desde los estasis de sus
En tales circunstancias en el fragor de una
época se libra, es temerario, propio a la
rola de la Ciencia Médica a llamar la aten
conservacion y reproduccion de la energia
organica.

Diferencias Obligado a transmitir las razones en que
entre el remedio el ejercicio corporal y contando con nuestra
dio, el medi- científico de mi tema, analizando las dife
camento y el agente terapéutico, antes que mi tesis pi
el agente te- En el vulgar comercio del lenguaje el Re
rapéutico aplicado a un padecimiento sin anteceden
tamente por el influjo de la demanda sin
jurídicamente. En tales condiciones el ins
samiento como remedio, en forma de petita
una region del cuerpo. Sin que tal acto im
plencias que las del instinto o las de la
Aplicados los efectos del ejercicio corporal
tinto, sin más reglas que el capricho y sin
es un remedio. Los terapeutas califican de
do la nebulosa del ? porque? se disipa y el
calenta sus transformaciones en el interior del

señalando el horizonte donde vislumbran a la Creacion
el infinito con las lentes del microscopio y del telescopio
tólogos y metafisicos.
batalla de vanidad y halucinacion como la que en esta
moja o al desprecio, subir a la más alta tribuna espa
cion de los combatientes sobre el problema eterno de la
funcional en las cenizas del ave jénis de la vitalidad

x x x

modele mi juicio y base el valor de la Medicacion por
benevolencia permitidme que dignifique el dudoso linage
rarias ~~mobiliarias~~ entre el Remedio, el Medicamento y
se los umbrales del templo de las Ciencias Médicas.
medio goza la gerarquía absoluta de todo lo que cura
tes etiológicos ni patográficos ni anatomopatológicos y so
tomática y la tradicion de su virtud, utilizada em
tanto medio de las muchedumbres emplea el ama
cos y frías en el prurito de curio y en la confusion de
pulsos desde el salvaje al europeo responde a otras in
tradicion
en su aspecto vibratorio sin otros antecedentes que el ins
otra medida que la satisfaccion sentida, el Amasamiento
tal a todo lo que alivia sin saber el porqué, pero enanc
naturalista sorprende en composicion fisico-química,
organismo y comprueba en uno y otro enfermo la oportuni-

dad de la indicación y la veracidad de sus
tegoria en un medicamento que para el Doctor
à nuestros órganos o llegando à ellos por la
aprovechables" y para el inmortal Claudio
è impropia para llegar à integrar constitu-
nismo alterado para que por procedimiento

Marcar las diferencias entre el Remedio
vulgo y la Ciencia, quizás peque en mis
van los caminos del medicamento y del agua
libros me han enseñado à distinguirlos pe-
ni se atempera à mi carácter desviado del
mental y únicamente las diferencias en la
tiro.

Sinceramente creo que una sustancia en
fermo como Remedio, como Medicamen-
nistración al empirismo, la inmediata pro-
enfermedad y la acción orgánica de las do-
mas de administración son conocidas y

Con tales precedentes el Remedio puede
gradarse hasta el empirismo, cuando el
ciones y los efectos científicamente útiles del
orgánica de su virtud curativa ó si lo como

He ahí las razones por las que el ejercicio
la tradición clínica y las confirmaciones del
Terapéutico de origen animal, de natura-

Definición
del agente terapéu-
tico ejercicio.

fectos curativos el Remedio se engrandece y eleva à la ca-
Foussagrives es "todo agente que aplicado directamente
circulación produce en el organismo enfermo cambios
Bernard era "toda sustancia inútil para la nutrición
cionalmente los órganos, pero que acondiciona el orga-
tos físico-químicos se modifique favorablemente"
dio y el medicamento de una manera tangible para el
cia ó en escabrosa dificultad clasificar los jalones que sepa-
te terapéutico. Confieso llanamente que ni maestros ni
ro una necesidad instintiva (que no peca en vanidad
amor à las minucias y detalles) me impulsa à buscar
convergencia ideal del medicamento y el agente terapéu-

rativa usada por tres facultativos diferentes obra en el en-
to y como agente terapéutico según determine su admi-
nistración facultativa, ó el detenido estudio del enfermo, su-
sis del medicamento prescrito, cuya naturaleza y for-
vigiladas.

elevarse à la categoría de agente terapéutico y este de-
facultativo analiza las propiedades, las transforma-
Remedio, ó cuando el que prescribe olvidó la acción
ce ignora la forma y dosis en que debe administrarse y vigilarse
corporal fue administrado como un Remedio hasta que
laboratorio le han elevado à la categoría de un Agente
higiénico y quirúrgico y de acción físico-química

localizable o generalizable en el organismo hu-
manas indicaciones acerca de lo que las re-
naturalera científica del tratamiento y la

Diferencias Consideran al primero como el conjunto
entre el tra- aprestados o esgrimidos en la lucha con la en-
tamiento yiativa, sintomatia o radical. Con tan ricas
la Medicacion mandas del patologo y del terapeuta sino
la que sus medios ni fueron ni son un
tigio y las facultades de una Medicacion
"la administracion de agentes terapeuticos en
estructura o funciones del organismo "Gubler"
drome morbozo" y nuestro Profesor D. Aina
pentes que tienen una accion análoga
arrestinos etc. etc. y que en la medicacion
pontanos, naturales, forzados y artificiales
terapeuta con el fin de activar la nutricion

Investigacion
analitica de Usando el método analitico que en
los origenes de una gimnasia para cuando el naturalista desea
nuestro Agen- en los cánones didácticos de la Terapeutica
te Terapeutico. de la Medicacion Ascetica en un conjunto
naiva, el Sport, el Atletismo y la Mecanoteria
Ejercicio Corporal, que al igual de otras medi-
en el que estudiamos su linaje y su
Obedientes a los dictados del método te

mano lo cual tratari de probar en mi trabajo, previas li-
petudos terapéutas y clinicos entienden que constituye la
Medicacion

to de agentes higienicos, farmacologicos y quirurgicos
fermedad de una manera profilactica yuguladora, pa-
y varias facultades no puede socorrer el Egericio las de
de un modo empirico y en bloque; he ahí la razn por
tratamiento Terapeutico. Pero en cambio gozan del pres-
racional, científica, si por tal consideran Littré y Robin
paritados para producir homologas modificaciones en la
al conjunto de medios destinados a vencer un sin-
lio Gimnias "al grupo en que se reúnen los agentes tera-
o parecida sobre el organismo" como los evanuales los
por el ejercicio corporal son todos los movimientos ex-
clarificados, dosificados y administrados por el clinico
local y general.

IX

química nos enseñó Thenard con el título de eliminacion
conocer y aislar las propiedades de un cuerpo he buscado
General la manera de mostrar y dignificar las utilidades
de agentes terapeuticos como el Amasamiento, la Gim-
pia, partes integrales de la Higiene y Terapeutica por el
causines, obedeciendo a un método expositivo y aprovechable
valor científico y clinico de una manera racional.
rapentico (que por fortuna ya no confunde con el tra-

taimiento ningún facultativo ilustrado, des-
y enmplementar en el desarrollo de mi tesis
diciendo que era "el procedimiento que se
ó remedios y el modo como los disponemos
cuyas prescripciones procuraré armonizar es-
perito con los de la Medicina por el égo
etimología griega (Ascésia, ejercicio, ascético

Deo ~~q~~ antes, y á título de investigador
de las fuerzas y en los orígenes, del movi-
moquímica.

Conocidas son por los fisiólogos las es-
de los eralez demostró que la producción de
y superficie exterior del cuerpo, siendo me-
rino, creciendo hasta las cinco de la tar-
principia á disminuir, hasta las seis de la
en la vigilia, durante la digestión, como
ejercicios físicos. Con todo lo eral se eviden-
la del movimiento orgánico en calor. Por
los ejercicios neuro-musculares y por un
en los países fríos luchan contra las bajas
roz ó emprendiendo vertiginosa carrera pa-

Es cuestión interesante para la fisiología
la calorificación animal, pues en un trans-
rapentia

pues de los trabajos de Delion y Savignac) he de repetir
lo que mi maestro el Dr. Gimeno Cabanas, me enseñó
quimos para proporcionarnos intelectualmente agentes
y usamos para tratar las enfermedades" en virtud de
los caracteres generales del método Racional de la Ter-
cino, que puede llamarse Ascética fundándose en la
geritante)

de su linaje es preciso fundarlo en la transformación
niento, modernos estudios de la termodinámica y ter-

x^x
x x.

perencias de Helmholtz, Rosenthal y Ribner, el último
calor animal está en relación directa con el volumen
nor en la infancia y vejez, así como en el sexo feme-
de, estacionándose hasta las ocho de la noche en que
mañana, según Liehtenfels y Fröhlich y aumentando
también por el influjo de los esfuerzos mentales y los
ica la transformación de las fuerzas físicas y con ellas
eso veremos á explicar la calefacción del cuerpo por
fenómeno inverso, la razón por la que los traquantes
temperaturas acelerando la marcha, practicando esfuer-
za transformar en calor el movimiento.

del ejercicio corporal el conocimiento de los orígenes de
formación locomotriz radica la virtud higiénica y te-

En manantiales de calor 1º las fuerzas del oxígeno y puestas en estado latente al neso y somatocósmicos productores de fuerzas elásticas del aparato circulatorio y los fenómenos físico-químicos de la vida la absorción del ácido carbónico, el calor ~~social~~ animal y en algunas circoagulación sanguínea. Resultando por química animal ó proceden de las fuerzas de las transformaciones del movimiento aquellas otras que provienen del medio.

Reconocida por todos la esencialidad sus fuentes, faltanos determinar las aptitudes y animal cumpla su triple aspiraciones de nutrición, relación y reproducción del calor en trabajos mecánicos para que este trabajo se realice que el ~~ca~~tritivo y en fuerzas nerviosas psicofísicas y la ideación verbal y gráfica, aptas para á las funciones reproductoras de los orga

Todo lo dicho sirve para llegar á esta be producir un trabajo mecánico para lletos y transformando hasta el máximo de $2\frac{1}{2}$ á $2\frac{3}{4}$ de millones de calorías diarias en caricio por los ejercicios practicados en una

de tensión entrañadas en los alimentos, quemadas por efectuarse la nutrición orgánica; 2º los movimientos endovivos y reacciones químicas, como el desarrollo de las glandular; los movimientos de la oleada sanguínea tracción muscular, las fuerzas nerviosas y eléctricas, bio de estado de los cuerpos que integran la economía patológica la rigidez muscular y la lo expuesto que las calorías desarrolladas en la máquina en tensión aportan los alimentos ó son efectos orgánicos nacido de las excitaciones internas ó de ambiente.

del calor para que la vida se produzca, estudiadas caciones del mismo para que el doble aspecto vegetación biológica coadyuvando al desempeño de las dución del individuo, mediante la higiénica trans-utilizable en el fin haciento, parcial ó colectivo. Necesitan-
lor de los alimentos se transforme en movimiento muscular, garrosas de exteriorizarse en la locomoción conservar la vida y para su perpetuación merced mismos.

conclusion la economía humana necesita calor y de nar sus fines lo que satisface digiriendo los alimentos 35×100 de sus fuerzas de tensión. Desarrollándose de el reposo y unos 300.000 Kilogrametros de trabajo me- jornada de ocho horas á razón de 10,5 á 11 Kilog^o por

segundo; es necesario completar el valor de
segun Armands Gantier, de cada 100 calorías
~~para~~ la temperatura, 20 para transformarse
mecánicas, lo que hace calentar a Frankland
desde 2600 a 6000 segun el organismo se ha
ciendo a Smith a proponer como racion
de peso del cuerpo, en la infancia la asimila-
cion es de 6,84 y respectivamente a los 10 años 6,84
y 0,20.

Investigado el problema de la calorifica
esclarecido este interes la biología no nos
las épocas y hoy por los estudios de Julio
so que agita nuestra atmosfera, eleva el
rios. La luz que es la más movible de to-
se convierte en forma sólida por los vege-
termente cierta suma de diferencias que
jugares rayos del sol y son apropiados y
la luz y producen la diferencia química
astronomos la explican por la gravitacion
de donde el creador haga provenir la
vegetal presupone la del mineral, en las
tension (grasas, albuminas, hidratos de car-
escasa saturacion en sus afinidades que la
tos asimilables, nuevas fuentes de calor y
Opina Mayer que "en la naturaleza

estas cifras comprobadas por Landois, añadiendo, que
producidas en el cuerpo humano 25 sirven para conser-
en trabajo electivo y 55 absorbidas por los movimientos
las pérdidas diarias de 3000 calorías y a Hervé-Mangon
de en reposo absoluto ó resista el máximo trabajo, inclu-
mínima del trabajo diario y para cada kilogramo
lacion de 9 gram. 84 de sustancias carbonadas ó 96 de las
y 0,40; a los 16 4,27 y 0,38 y en la edad adulta 3,60

ion en sus relaciones con el trabajo mecánico no fue
reveló por el asentimiento de sus investigadores de todas
Roberto Mayer que "el sol es el resorte constantemente ten-
agua en forma de nubes y produce la corriente de los
las las fuerzas sorprendida por la tierra en sus vuelos,
tales, puesto que gracias a ella, engendran constan-
micas y forman una reserva en la cual se fijan los
destinados para su usufructo. Los vegetales acaparan
y como la formacion del calor y de la luz solares los
de las masas, quizás sea la gravedad la única fuerza
vida, segun Landois. Y así como la existencia del reino
plantas hallan los animales todas las fuerzas de
bono, agua, etc) con una disposicion atómica de tan
virtud del oxígeno respirado los transforma en compues-
movimiento.
viva é inanimada hay una fuerza que circula

eternamente por impulso gigante de la Evolución, el movimiento y las diferencias que una misma fuerza natural esparcida en de ellas en la otra, cumpliendo ciertas con-

Es un hecho admitido por la ciencia el quitar la forma en los seres organizables por la dinamometría; según la cual segundo a 1 metro de altura en la caloría es 0,00136 caballos de vapor (75 kilogrametros) movimiento de las fuerzas vivas transformadas rigor los orígenes del movimiento animal de la medicina por el ejercicio

Reconociendo la virtualidad transformista mal como expresiones vitales de un sistema calor, luz, electricidad, afinidades y repul de nutrición, relación y reproducción orgánica característica en cada una de los seres ser una genialidad de sabios los modernos seño mi respetable maestro D. José de Le la resultante de la adaptación de las tenemente representados en la emanación alge vulgar en el que dice: "la vida no es por eso se reduce a un caso particular cepto del Hombre en su naturaleza

anim. La gravedad el calor, el magnetismo, la electricidad no son más que formas en las que se presenta todo el universo y con poder para convertirse cada una de ellas en las otras.

de la permutación y transmisión de las fuerzas sin aumento y en cumplimiento de un trabajo mecánico apreciable en el kilogrametro 1.000 gramos de peso elevados en un 425,5 grametros y en el vat de la energía neuro eléctrica por segundo). Con estas medidas aplicables al consumo en trabajo mecánico, ha llegado la hora de investigar para fundar en ellos la causa y los efectos curativos

x
x x

de las fuerzas, admitida la forma y la función animal mecánico en el que las energías cósmicas (gravedad, siones químicas etc) son convertidas en movimientos vicia, merced a la energía individual, hereditaria y animal para ningún hombre de ciencia deben estudios de la Bio y Neurodinámica. Según nos encontramos, los fenómenos vivos del ser humano son fuerzas cósmicas a la energía individual, brillan brava de $V=IC$ y en su primer principio biológico un ser, sino un acto y como acto de un ser con del movimiento con lo que nos explicaba el Con física, para decirnos más tarde, que química-

mente podía considerarse como "una de tensión se da conciencia clara de sí misma la Ciencia en disposición de transcribir" con vigorosa idea de la construcción de las ideas el hombre es un cuerpo físico y un espíritu tarde cumplir los fines impuestos por el de este estudio.

Por deducciones y conformes con el me investigado los orígenes de la vida en la luz, electricidad, en el calor transformado en un llegar a la recepción de la energía individual vida en los moldes de una forma corporal sujeto, según que el movimiento de cada ye normal ó anormalmente la materia la digestión, circulación, respiración, asimilación muscular; llave maravillosa con la que por ó ~~anatomías~~ damos cuerda a todos los me órganos y esparjando otros para equilibrar nosferas fisiológicas de los elementos anar ciones y recolectando las exorias excremento transformación protoplasmática ó por los can manna tales como el intestino, los riñones

Obedeciendo la circulación de los fluidos de los receptáculos que atraviesan, compun yoria, transformados en voluntarios ó in-

molecula muy grande y complicada, cuya fuerza ma, y cuya fórmula química unitaria no está aun todo lo cual forjaba en nuestra mente una sana y ideas antropológicas, en las que hemos aprendido que punto químico transformado en un ser vivo para más creador y cuya determinación es ajena al desarrollo

todo de eliminación generica de Thénard, hemos in- ción cósmica del sol, en la gravedad, en la luz, en la virriente y apreciado como trabajo mecánico para dual en su lucha con el medio para mantener la heredados por la especie zoológica y variable en cada uno de los órganos integrantes, repara, estanca, ó destruye que por ellos transita merced al impulso funcional de la acción y eliminación puestas en juego por la contracción mandato de las inhibiciones nerviosas embriónicas canismos de la organización humana, exprimiendo nos la marcha de los líquidos nutritivos al través de las at- tónicos favoreciendo sus peculiares asimilaciones y secre- ciones para quemarlas ó vertirlas en la intimidad de la vasos, destiladores y chimeneas de la máquina hu- con su vejiga urinaria, la piel y los pulmones.

nutritivos entre otras causas al ensanche ó achicamiento tos de tejidos fibroso-elásticos y musculares en un ma- voluntarios según sea el órgano de que proceda el es-

tremulo nervioso para su contraccion (1) y dos quintas partes de su masa total, nada tiene muscular sobre todas las funciones y obedeciendo al imperativo de las corrientes dinamicas haya un fisiologo que mar-

Abas si los fisiologos estan de acuerdo motor de la funcion regante de los rios) al travez de los laberintos de la Tebea en el arrastre y eliminacion de los cetera cuando se le presenta como oraciones para el cumplimiento de la loca hipotesis y experiencias del laboratorio del tejido muscular producen fenomenos dos, solidas gaseosas) con cambios de for minos) y transmutaciones quimicas con calor, de la respiracion y de las excretas etc. etc.

La suma de paquetes de fibras mus del musculo y del desplazamiento del or cambio de inhibicion protesta o retirada fin de que vuelvan a su posicion nor del trabajo muscular, exteriorizado por los como los de flexion y extension, adduccion de la Marcha, Carrera y Salto y los artifi-

(1) Histologia normal y tecnica micrografica del

ocupando la musculacion estriada del cuerpo humano debe poner en duda la soberana influencia del sistema del organismo engendrando mutaciones vegetativas neuronas, siendo como y criado, sin que en su pro que los linderos de su autoiracion o de su servidumbre do en vincular en el musculo liso y estriado la cepre liquidos reparadores (Sangre linfa y jugos secreto-organicos, no lo estan menos al reconocer su influencia productos excretables. Y si averencia reposa en la gano emargado de mover los huesos y sus articulacion animal, llegando tras de una epopeya de y de la clinica a esta conclusion "las contracciones fisicas como el movimiento de las materias (liqui- ma y de dimensiones, desplazamiento de sus organos los efectos fisiologicos revelados por el aumento de ciones y secreciones organicas del sudor, del ape-

culares contraidas es la causa del movimiento total gano al que estan sujetas, hasta que la fatiga o el mandato transmitiendoe a los antagonistas con el mal el organo movido. He ahi la tela de Penelope movimientos regionales y generales del cuerpo humano y abduccion, rotacion y circundacion los colectivos icos y forzados de la gimnasia, el Sport y el Atletismo Dr. Ramon y Cajal - pag. 508.

obedientes al ritmo, al impulso placentero y así como de su naturaleza y valor fisiológico-caracteres físico-químicos del medicamento de un ser que sin cambiar de forma y solo vitales hallaron su fundamento los na-
¿por que los terapeutas no han de reconocer al mismo humano transformando calorías, fijos de reserva y los usamos y produciendo gases, aparatos y sistemas y una mayor resistencia total del cuerpo humano?

El Medicamento

Sinonimia Conocido y usado por escritores y médicos (Kinesiterapia (cura por el movimiento) Antrópica, Gimnástica, Cinemática, Calistenia, Abasco de Ling, Dinamogenia, Sport, Juegos, Ju-
ma, Equitación, Velocipedia, Patines, Cano-
tre todas las ^{cuales} elegimos una genérica específica, Abassage o Amasamiento, Gimnástica (en lugares cerrados y al aire los ejercicios que no son gimnásticos, ni Sport en el mandato, conservados mientras du-
ral y Mecanoterapia (o curación por ma-

á la libertad con que se realizan, respecto de lo cual gino y terapéutico me ocuparé después de analizar los ejercicio muscular, pues si en la cantidad y calidad que transforma las fuerzas físico-químicas en energías vitalistas para clarificar el grado de selección animal ~~en~~ en un medicamento que actúa sobre el orga-
tuando cambios moleculares, transmitiendo los teg-
do un aumento de capacidad para el trabajo de los or-
harmonía entre la fuerza, la agilidad, la destreza y la

III

Ejercicio muscular

cos con los nombres de Gimnástica (higiénea, ortopedi-
to) Gimnología, Higiodinámica y Patodinámica (hi-
poicultura (?)) Anesiología, Argonística, Palestrica, Athletica
terapia, Mecanoterapia, Alpinismo, Gimnasia sueca
nandida, Deustio, Saltatio, Natation, Coreografía, Esqui-
tage, Verticium vibratoria, Cura de terrenos etc etc. de en-
Ascetica (de aresit, ejercicio) corporal media y cuatro
nastica (subdividida en Higie y terapodinámica loco-
libre) y Athletica (de athlos, juegos) que comprende todos
fijos producidos por el impulso, en vez de originarse
ra el placer y hechos en plena libertad física y mo-
quinas productoras de ejercicios artificiosos y forzados)

Definición y ramas de nuestra medicina. Asctica Corporal
El Amasamiento

En virtud de todo lo cual nuestra medicina y sus agentes terapéuticos, gimnasia, Sport, Atletica y el Amasamiento

El Amasamiento abarca la fricción y demás manipulaciones del tejido y demás manipulaciones del tejido de interior en las profundidades de saludable para su vitalidad, trans

La Gimnastica
El Sport

Los ejercicios que mueven regularmente del cuerpo constituyen la moderna voz griega Gymnos, desnudo, falso ejercicios de la Palestra, el Xisto y el estudio y aplicaciones del ejercicio

El Sport abarca todos aquellos ejercicios de generalización corporal como la esgrima, boxeo, el patino, la veltacion en velocipedo ó en bicicleta, en sujecion á las leyes preestablecidas para convencer la belleza y armonia de los movimientos, provocando placenteras sensaciones y desarrollo de una educacion tecnica, cuyos moldes solo puede romper la genialidad del artista ejercitado, salvando los vetos del tiempo y estos movimientos Sportivos

La Atletica. La Atletica cuyos caracteres fisiopsíquicos de juegos de patio, corral, para diversiones. Y segun los más reputados machos y D. Alejandro S. Martin, para los movimientos que lo acompañan pro
(1) Tomo I de mi Tratado Racional de Gim

caim pe bautizada con el título de Ascética Corporal con los genéricos de Amasamiento y terapia
sobla, percusion, titilacion, compresion, estrujamiento
Massage, practicadas inteligentemente con el fin la fricción del tejido un movimiento vibratorio formacion ó regeneramiento.

aria ó gradualmente una, varias ó todas las regiones
Gimnastica higiénica y medica derivada de la nombre con el que los helenos calificaban los ejercicios (1) y cuya limitacion imponen los modernos corporales.

cios de generalización corporal como la esgrima, boxeo, el patino, la veltacion en velocipedo ó en bicicleta, en sujecion á las leyes preestablecidas para convencer la belleza y armonia de los movimientos, provocando placenteras sensaciones y desarrollo de una educacion tecnica, cuyos moldes solo puede romper la genialidad del artista ejercitado, salvando los vetos del tiempo y estos movimientos Sportivos

ologicos quedan ya apuntados, recibe los nombres de sala, huerto, jardín, campo, recreos, entretenimientos y antropólogos y terapeutas como Schiller, Biryenos Slier que el juego sea considerado como tal es necesario que euren al ejercitante libertad é independencia en el imperio nastica y de los ejercicios y Juegos Corporales

de las ideas y en el de la realidad, aumen-
pueda su rigidez al contacto de las ideas,
celebre filosofo "la armonia entre la fanta-
lleva misma" pues el sentimiento y la
articulandose con la naturaleza y parte
ria pura y formal reunida con la mate-
educar en el juego el sentimiento y la
er y libertad para interrumpirlo, variar

La Mec. La Mecanoterapia, conocida especi-
canoterapia aparatos portatiles, movibles y fijos, ama-
nas de Ling, Zander, Nycander, Lorenz
Graham, Motzger, Estradere, Deerey etc etc
tipicamente los movimientos que el enfer-
vera etc. con el fin de desarrollar con-
o abolidas, con tal seguridad y fortu-
den, llegara a ocupar en las ciudades el
de la Medicacion Asectica.

Historia:

Subhistoria. Si es importante la sinovial y defi-
tos, no lo es menos para completar su co-
evoluciones y perfeccionamiento desde que
hasta los clinicos modernos se vienen or-
inal, todo lo cual y maxime en cien-
dignificacion

de una satisfaccion fisica y moral, para que lo real
achicandose y transformando en aridez, pues para un
ria y la razon da origen a la complacencia y a la be-
traron tienen en la vida esfera propia, el primero
veiendo al mundo y la segunda siendo una poten-
ria comica, para todo lo cual debe el ser humano
razon, el cuerpo y el espiritu con espontaneidad, pla-
lo o prolongarlo.

caamente con los nombres de ortopedia, gimnasia de
sadores artificiales por vibracion y percusion, maqui-
Amoriz, Pichon, Laisné Schreiber, Heisser, Klemm
tienen por objeto localizar o generalizar forrada o ar-
mo es incapaz de hacer por impotencia, dolor, pe-
matematica graduacion las fuerzas quebrantadas
na que si los perfeccionamientos industriales se suce-
mas preeminente lugar entre los medios terapeuticos

nicion del nuevo medicamento y de sus variados aspe-
nocimiento, decir algo acerca de su procedencia, linaje
los encargados del arte de curar en épocas remotas
viendo de él como de un agente profilactico y medi-
cias experimentales, contribuirá a su tan buscada

China.

En una época de remota antigüedad (ejercicios tan bien combinados y de aptitud para lo que el padre Anriot, misionero Tracto de las memorias convenientes à la los chinos recogidas por los emisarios

El Kong-Fou (de Kong, arte y Fou, honra) la actitud con la forma de respiración, en las posturas ó actitudes principales son las posiciones de los miembros à saber:

De pie: con los pies juntos y los brazos de pie inclinado lateralmente adelante ó y el otro bajo; con los dedos tendidos horizontalmente y con las piernas recogidas.

Sentado: con las piernas colgando; con las piernas cruzadas; sentado sobre los talones hacia adelante ó atrás.

Acostado: sobre el dorso, sobre el vientro; recogidos y plegados los miembros reversa.

Las principales maneras de respiración y la espiración se hacen la una por el ritmo de acelerado, en fino, lleno, lento y declusión del aire.

Además de esto que el padre Anriot enfermedades que por estos medios curan ejercicios; describe los movimientos que imprime

2698 años antes de nuestra era) practicábase en China un tan preciosa que no puede ceder à los deseos de ver en este país, dice en el tomo IV de la obra titulada "Ex historia, ciencias, artes, costumbres, vestidos etc. etc. de de Pekin, publicada el año 1779.

(bre) consiste en las maneras de combinar habilmente las cuales se ejercitaban naturalmente.

tres (de pie, sentado ó acostado) con la variación de caídos à lo largo del cuerpo; con un pie en el aire; atrás; con los brazos en cruz; con un brazo levantado horizontalmente y con las piernas recogidas.

las piernas extendidas y el cuerpo derecho; con las; inclinado el cuerpo sobre un lado ó curvándose

tre; de costado; curvados los pies y la cabeza colgan al cuerpo; sobre las rodillas y sobre las manos y vi-

con tres: 1ª por la boca; 2ª por la nariz, 3ª la inspira la boca y la otra por la nariz, variando en todas ellas quideciente, por silbido, bocanadas, saltos, repetición

representa por 20 grabados con la enumeración de las ban los bouros, rínicos encargados de practicar los ejercicios; describe los movimientos que imprime a la cabeza los ojos y la lengua ó dragon rojo

encargada de excitar la producción de la

Siendo esto y lo publicado en el capítulo pedia que vio la luz en el siglo XVI cuanto a las entre los chinos, los que según estos, son, percusión, vibración y algunos otros nativos del reumatismo, fracturas y ple

India:

En la India existen los preceptos que según testimonio del Ayur-Veda el Codhi

"Son los Bouzo, antiguos como el sol, y práctica del arte de retener el aliento, dar el baile, esgrima y manera de luchar que naturaliza"

Grecia:

Grecia es la cuna de la gimnasia templo de Delphos, hubo de entregarse con hombres robustos y hábiles para la guerra, la procreación, gozando de estimación y por fundador fue Herodico de Selimbria, llamado padre de la medicina y que ~~era~~ que llegaba al extremo de hacer arder a paraba Atenas de bleris a cuya variedad y era practicada como medio higienico y se rendia culto al ejercicio habia el Apu el cuerpo con aceites perfumados; el Loni para la lucha; Esferistica, para los juegos portales entre frondosos jardines de

saliva por medio de balances, frotamientos y torsiones.

Jaw - Tait - Fou - Hoer del tomo 64 de una enciclopedia he podido averiguar acerca de las practicas gimnasticas testimonios concernian el masaje, las fricciones, la premovimientos pasivos usados como tratamiento en tona sanguinea.

nastios con fecha anterior al Koung-Fou de los chinos go de Uranon y el Susruta

los miembros de la sagrada casta dueña de los secretos fricciones y unciones en la piel de la percusión, masaje enseñan a los enfermos y a los jóvenes para bien de su

x x

tra. Inspirada en el axioma Nosce te ipsum escrito en el ardor, rayano en heroismo, a hacer de sus ciudadanos y de sus mujeres matronas firmes y aptas para firmamento la gimnastica mediana o creativa cuyo esto del insigne Hipocrates con tanta justicia proclama ~~ser muy bien~~, censuro las exageraciones del maestro los fabricantes 33 kilometros en un dia; distancia que se ad de gimnasia natural llamaban pedestrianismo creativo. En los gimnasios verdaderos templos donde diterio para desnudarse; elileoterio para friccionarse terio, para frotarse con arena o polvo; la Palestra de pelota. Serian ademas los Xistos especie de co verano y de invierno.

Entre otros el abate Barthelmy, acusa la de Atenas. Era esta la Academia, el Liceo, la Academia, en los cuales se conjundian en floreciente republica

Era mision de los Subdirectores del curacion de los enfermos, para lo cual tenian y limpiaban de las heridas y ulceras, y reduccion de las fracturas. Existian ademas de la ensenanza, vigilancia y practica

Estaban empleados los gimnasios en lecciones aprovechando las horas de reposo (en la Academia) y otros muchos que como Asclepias o Esculapio que dio nuevo tratamiento medico, Hipocrates (430 años ensenanzas de su maestro, procediendo a filo y Theon, astros brillantes del cielo de de la curia de la salud individual y el espartano diurgo al dictar aquellas leyes sus padres debian arrojarlos desde las pruebas de fortaleza exigidas por aquellos ciudadanos.

Roma: Componianse las Termas Romanas una temperatura moderada. En este cabian el sudor; los aliptes practicaban

existencia de cuatro clases de gimnasios en la ciudad el Mosargo (?) o Mirorsargo (para los pobres) y el Pto. agradable platica los retoricos y filosofos de aquella

Gimnasio despues de las ensenanzas de Esculapio. La an a sus ordenes, bañeros adiestrados en el lavado otros subalternos practicos (aliptas, strigil etc) en la mayoria los sofronistas xistianas y pedotribas o encargada de la moralidad y de las buenas costumbres.

Las mejores plazas publicas y en ellos daban sus lecciones como Aristoteles (en el Liceo) Sócrates y Platon propagaron las ensenanzas, tales como Yerus de Tarmonos a los ejercicios corporales usando como tratantes de Jemuristo) y ~~discipulo de este persistio~~ en las Polybo, Diocles, Praxagoras, Filotimo, Crostrato, Hero la gymnastica, elevada por sus ensenamientos al rango colectiva. Unapelable gerarquia en la cual debio tenerse severisimas leyes de desamparo de los debiles a quien el Tageto, si desde su nacimiento no resistian a legislador; amante del vigor innato de sus conciu-

x
x

de varias piezas; entre ellas el Tepidarium que tenia lugar habia numerosa dependencia. Los strigiliss se encargaban del masaje; la depilacion estaba encargada a los

alipili y las fricciones a los unctuari que
trarium o Electhesium.

Los nombres de estepiades de Bythinga
sella, el gran Cornelio Celso, Bianconi, Calio
Aulus, Marins, Dioscorides, Damazarbe, Cro-
lus-Gellius, Arretens, Cassius, Herodoto-
toria de la gimnastica medica y Atletica

Pero entre todos a Oribase corresponde
epoca, gracias a su genio y a la proteccion
recopilacion de cuanto sobre Medicina y
su obra 70 volumenes y en ella se trata
de la carrera, del salto, de la lucha at-
danza. Haciendo precisas descripciones
nicas y terapeuticas de la conversacion,
en que debemos gozar del descanso y

Edad Media: Y para no olvidar la memoria de la
sopotania, Alejandro de Tralles, Paul
copilan y escriben sobre la materia en
riasas intervenciones de fisicos y curan
Letras y de las Ciencias no trajo con la
esperanza para la idea y la Observacion
el periodo original del pensamiento.

Edad Moderna: En el siglo XVI Antonio Gari de Pa-

Las ~~propiciaban~~ ^{con} los aceites perfumados en el llamado Unc-

Sprengel, Titus, Aufedius, Thernison, Charniz de Char-
Aureliano, Teodoro Priscino, Sorano de Ejeso, Moschion-
tio, los dos Plinius, Plutarco, Juvenal, Agatimus, Au-
Antylus, Galeno de Pergamo van unidos a la his-
de Roma.

dio la gloria de resumir los conocimientos de su
de su amigo el emperador Juliano, publico la
gimnastica se habia escrito hasta su epoca. Tiene
magistralmente la forma e indicaciones del paseo
letica, de la natacion del combate y esgrima y de la
de ellos y especialmente de las indicaciones higie-
declamacion, canto, fricciones y hasta de la forma
del sueño.

x x

Gimnastica y los beneficios de su uso, Aetius de Me-
Egine, Rhazes, Avicena y Averrhoiz de Cordoba, re-
tendiendo su practica con las esencias y supersti-
deros, hasta que el Renacimiento de las Artes, de las
Edad Moderna la serenidad para el animo, la
y la Experimentacion como fuentes donde lavar

x x

dua primero, Luis Cornaro y el jesuita Leonardo

Lemus después, contribuyen á levantar los ayudados por el esfuerzo que el inmortal cuerpo, Juan Canape médico de Francisco Duchoul en 1567 y Andrés Baccio en 1571 trice libri sex de Jeronimo Mercurial

Esta obra dedicada al Emperador Maximiliano. De sus seis libros, los tres primeros entones conocidos y los tres últimos del mismo.

Haller, Julio Alexandrini en 1575, el bien Joubert en 1582, Paracelso en 1583, Borsy con su Agonosticon en 1593 cierran

el siglo XVII da comienzo con otra poco á poco penetran en las clases de la de los ejercicios gimnásticos.

Sanctorius investiga los fenómenos de ejercicio activo.

En 1610 Harvey el rival del inmortal descubrimiento de la circulación sanguínea á quien debemos el origen de la interpretación corporal.

Hudd en 1638 con el descubrimiento de las corrientes nerviosas, secundado Antonio Denning René Descartes, el notabilis la obra titulada De Motu Anima

ejercicios corporales del profundo sueño en que yacian Vesalio hace para investigar la arquitectura de nuestro I de Franca, Truchz catedrático de Tubinga en 1535 preparan con sus escritos la venida del Artis Gymnas- en 1573.

Maximiliano II es un monumento de la literatura gimnástica de la historia y descripción de los ejercicios razonamiento de los efectos y utilidad de la gim-

artista de la Cirugía, Ambrosio Pareo en 1575, tanmothy de Cambridge, Alpinus en 1591, Faber de Saint el siglo XVI de fennuda reacción para la gimnástica. serie de estudios a nuevas corrientes de ideas que Sociedad hasta invadir la manifiesta perversion

la transpiración cutánea relacionandolos con el ejer-

Servet recaba para los franceses la gloria del descubrimiento que acrecienta el valor del medio aragones tación de los efectos circulatorios en los trabajos

del magnetismo y de la electricidad favorece el estudio por Chretien de Fromarin, Glisson, Walter, Charlton, Stenon, Claudio Perrault y Borelli que en 1680 publicaron, en la que hace una matemática aplicación

de la mecánica a los trabajos corporales e fuerza, según la dirección de los músculos

Antonio Portius, Bellini y Baglivi, desde del gran Sydenham el que con su tratado un movimiento de aprecio y simpatía

En 1693, Francisco Paullini con su Fla siglo en el que no dejaron de prestar me Saint Didier, Marrozzo, Grassi, Thibault Locke, Etienne, Reir de Castro, Laurentius les Lesacq; Berault, Merlet, Lecomte, Aug sobre educación física y gimnástica me

El siglo XVIII podríamos decir, que que los gimnastas venían cultivando la flor, seguro presagio del fruto que

Juller y Cheyne en Inglaterra, Stahl da, Boissier, De Sauvages y Tissot en

Federico Hoffmann funda la escuela Gimnástica médica; Boerhaave en 1703 ensayos sobre la salud y los medios de sobre esto se han escrito.

Nicolas Andry, profesor médico de una L'exercice modere est le meilleur Orthopedie.

Stahl en 1733 en Estudio de los movimi

En 1741, Boissie y De Sauvages de

investiga por este procedimiento las resultantes de la y el orden de las palancas,

en estos últimos de Borelli, preparan la veridada la practica e indicaciones de la equitacion opera por los ejercicios gimnásticos.

gelluna salutis viene los trabajos profesionales de este ritorio en curso Alsted, Kossias, Vandale y Burette con sus estudios de esgrima; Plempius, el pedagogo Fabricio de Hilden, Brissault, Van-Horn, Char-nand, Town, Touquet y Guerin con sus trabajos dica.

es aquel en que aparecen los brotes de la planta para que más tarde en el siglo XIX produjera conseguimos

y Hoffmann en Alemania, Boerhaave en Holan Francia trabajan del siguiente modo.

la mecánico-dinámica; Juller publica en 1701 su su Mecanica racional y medica; Cheyne en 1724 prolongar la vida que es una de las mejores que

Paris, da a luz en el intervalo de 1723 a 1724 dos obras moyen de se conserver en sante y otra titulada L'

entos del cuerpo humano Montpellier dan a luz De Motuum vitalium cau

sa el primero y De Viribus vitalibus el se-
condo.
Fronchin, discipulo de Bærhæave en 1756
ejercicios à pie y à caballo, de las fricciones
en 1780, Tissot publica su excelente obra,
éducation physique, la hygiene y la Therapeu-
tisch-nächtigtal en Dinamarca, GutsMuth, Salz-
borzi (el Sócrates de Suiza), Elias en Ber-
lín en 1784 alcanzó en apogeo la Justitia
Leopoldo, Francisco de Anhalt-Dessau, ba-
rón de Strasburgo, Dessau, Volke, Yseling-
hal en el que precede à GutsMuth

Todos los citados en union de Guelm-
low, Baier, Heister, Berner, Non-Swieten,
Poissonier des Pierres, Darilli, Nenni,
à los trabajos corporales en el siglo XVIII.
vicios. Jahn de Berlin, adiestra à sus
de su invencion y Juan Jacobo Rousseau
gia natural y filosofica.

Con tales heraldos no podia me-
decimiento y conquistar favorablemente

el sueco Pedro Enrique Ling curado
la esgrima, es el primero que canta las es-
lucha no esenta de grandes contrariedad
en Stokholmo en Enero de 1814 un Justi
el cual enseñó con arreglo à su sistema,

Suecia

segundo.

una obra en que tratan de las Indicaciones de los
y uso del vino y las comidas frias en los gimnastas
la que tiene el merito de operar una revolucion en la
trea en virtud de la cual se declaran sus defensores
mann y Schejenthal en Sajonia los inmortales Pesta-
na y Fellenberg de Hofswyl.

una gimnastica fundada por el principe Federico
jo la direccion de Salzmann, sucesores de Basedow, Si-
Campe, y Trapp fundador del Gimnasio de Schejent

atz, Espel, Bichet, Adolphi, Malpighi, Duverney, Wins-
Ramazzini, Benigno, Hillary, Pringle, Duhamet
Sabbathier y Vieth, son los que sintetizaron el amor
en el que Pestalozzi introduce el canto en los ejer-
discipulos en los antiguos ejercicios gimnasticos y otros
publica en su Emilio las bases de una pedago-

nos el siglo XIX que responder à la era de engran-
la opinion de las personas ilustradas.

de una paralisis del brazo derecho por los ejercicios de
celebridad de los trabajos corporales y despues de una
des, consiguen la proteccion oficial del Estado y funda-
tuto nacional gimnastico que lleva su nombre, Gen-
hijo del estudio profundo que habia hecho de las cien-

cias y de las artes, de las que era gemina

Dos grupos de materias son las que teórica los principios de la gimnástica ra aplicada a los movimientos del cuerpo. - Si de la que suele llamarse el gran padre- armas. - Teoría de la esgrima de la bayoneta.

Dividió la parte práctica en primera teoría sin aparatos - Arte del volteo - gimnástica y gimnástica médica. Segunda sección: del sable - Ydem de la bayoneta - Ydem nástica estética.

Daba la enseñanza de todo esto en un man militar.

Aun consta el edificio del Instituto la sala de instrucción teórica, el anfiteatro sala de gimnástica pedagógica y médica el director y los dos subdirectores, tiene galería para juegos y tiro de pistola.

A su muerte, su discípulo Branting todo de la sección médica de este Instituto de Ling, es hoy considerado como una gran encarga al Estado con ercidas cantidades. vuelta la gimnasia en Suecia por virtud dahl, Norlander, Försgren, Balk, Murray Los Doctores Neumann, Rothsting y

Alemania

representación.

respondieron a su plan, a saber: enseñaba en la par cional y científica. - Anatomía descriptiva - Anatomía siología - Teoría de la gimnástica libre ó sin aparatos Teoría de la gimnástica con aparatos - Teoría de las ta y Teoría de la gimnástica médica.

sección. Gimnástica médica y pedagógica - Gimnas- nástica con aparatos. - Arte de nadar - La disecion Gimnástica militar - Esgrima de la espada - Ydem del tracha y de la lanza y Tercera sección: Gim-

palacio construido ad-hoc y gobernado con un regi-

nacional de cinco cuerpos. En ellos hanse instalado tro anatómico, la biblioteca y museo anatómico, la la de armas, la pila de baños y los alojamientos para tambien dos corredores espaciosos un jardín y una

encargare de la dirección, para mayor esplendor, sobre to que nacido al calor del patriotismo y abnegacion ria nacional, de cuya desahogada sustentación se Despues fue dirigido por el Coronel Nyblans y desen de los esfuerzos de Oberz, Lidbet, Meyerberg, Löfving, Lau Wide y otros.

Berend de Alemania, siguen los devotos mar-

cerdos por Ding y Jahn para conseguir los tentáculos en los certámenes gimnásticos.

Los nombres de Eichhorn, Waldow, Euler Angerstein, Müller, Puritz, Hochfeld, Fleich Jaeger Maul, Mara, Beehy, Fischer Schultze sico de las energías del pueblo alemán.

Dinamarca: En Dinamarca es obligatoria la enseñanza objeto una escuela de profesores dirigida sino gratuito para los niños.

Holanda: En Holanda existen tres institutos oficiales Bois-le-Duc y Groninga.

Los nombres de Eden, Van Milligen y guarda de la medicación aséptica.

Austria e Italia: En Austria e Italia, la primera signa ced a los esfuerzos de Young, Obermann, E. Mosso, Kiraj, Abbonclati y otros, va entran

Francia: En Francia despierta el amor por los D. Francisco Amoriz, marqués de Sotelo, este monarca una señaladísima protección de Pestalozziano y es emargado de la mente de cómplice de los franceses durante y funda en la Institución Durand el

En 1818 Balby preside una comisión Killeman, Esquivel y Basé con el objeto de la conveniencia y resultados de la gim.

maravillosos resultados que los profesores de hoy pa-

Eckler, Klyge, Keweran, Wittig, Weiser, Spless, Kloss, Rothmann, Lion, Rakow, Hirsche, Fröbel, Bencke, Kloss Oertel y otros muchos van unidos al engrandecimiento fi-

za desde el 29 de Julio de 1814 existiendo para este por M. Pio Hoffmann dirige el Oestre Friskole, gimna-

les para la instrucción de los profesores, en Haarlem

Degenhardt, con la garantía, la eficacia y propa-

la luminosa estela de Alemania y la segunda, mer- Ricardo di Netro, Borgha, Allevi, D. Sanetiz, Valletti do en el concierto europeo

ejercicios gimnásticos un español eminente, el coronel consejero de Estado en la corte de Carlos IV. Recibe de ion, merced a la cual funda en Madrid el Insti- educacion del ultimo infante. Acusado calumnioso la guerra de la independencia, huye a Paris en 1815 primer gimnasio.

compuesta de los Doctores Hoequart, Merat, Rous informar ante la Academia de Medicina de Paris nastica. Tan luminoso y persuasivo debió ser el in-

forme que el Gobierno no vaciló en fundar bajo la dirección de nuestro compatriota ca y la Educación física.

Dos años antes de esto, en 1816 había celebre, Elias Marcando los derroteros me dio de su Soumnasctica expuesta en su

En 1817 los Doctores Thierry y Housen, Pimparey, en 1845 Bonnier en unión misma para el estudio de la gimnastica ca en Tratado de gimnastica razonada. toda Anesiologia bajo el punto de vista sus estudios sobre el tratamiento gimnas

Después Schreber publica en Sumas en memoria sobre la posición y el reposo 1862 el Dr. Meding de la gimnastica me en 1864 el Dr. Chancel una monografía Blonde el Manual de gimnasia higie los nervios y los musculos; en 1886 Ma animal; y el distinguido e inteligente de los ejercicios del cuerpo, precursora de publicar con el título de Higiene del veinte años y el ejercicio en los adul letique las males en nada desmienta

Lucas Championier "Le traité des partu con tan abundante literatura y con

un gimnasio civil y militar en el parque de Grenelle Amoros, autor de los tratados Manual de gimnasti

llegado a Paris procedente de Berna un gimnasta dios a la aplicación de los ejercicios corporales por me- obra Gimnastica elemental.

en 1821 el Doctor Lorde, en 1827 Donnet-Samarre, 1830 de Bequin y Lorde en 1853 Berard dirige otra co usada por entonces; en 1854 el celebre Heisser publi- en este mismo año Dalby da a luz su obra titu- de la historia de la teoría y de la practica y Blache tes del corca.

tra de sala, medica e higienica, el celebre Melaton, Bouchardat un trabajo sobre L'entraînement. En dica suca y Estradire en 1863 sobre el Massage; ja acerca de la gimnastica medica; en 1877 el Dr. de nica y medica; en 1878 Rosenthal su fisiología de rey la Máquina animal; en 1889 Richet el calor Dr. Lagrange su magnífica obra sobre Fisiología las que ahora en 1890 y 1892 y 1894 y 95 acaba de ejercicio en los niños y en los jóvenes menores de tos, la medication par l'exercice e Hygiene Ath ten la reputación de su autor.

res par le massage y la mobilisation " propagandistas del merito de los que firman

las obras enunciadas no ha podido menos por los ejercicios corporales y tras pasando profesores Ordaz, Castillo y Decref a introducir la Masoterapia, quedando reducida nuestra lista de artículos periodísticos, a lo que de los mal traducidos y peormente ordenada cultura, editores esplendidos y sorprendi

Sus caracté: El ejercicio es un agente terapéutico de naturaleza psíquica y natural. El ejercicio es un agente terapéutico de naturaleza psíquica y natural. El ejercicio es un agente terapéutico de naturaleza psíquica y natural.

Para que los movimientos terapéuticos incoados de la fibra muscular lisa de todos los órganos, y de la musculación estriada. O lo que es ni desplazamientos regionales ni traslación to a la sustancia gris cerebral o medular para cilindro eje de un nervio motor atraviese el la puerta la mielina y soldado en nervio nudo y nucleado formando lo que Kühne llama hilos que marchando a lo largo de las fibras musculares, produciendo una explosión que, repetida en todas las fibrillas, el músculo endurece y lleva a sus puntos fijos de las fibras naturales del hueso a cuyo través cada todo lo cual forma nuestros actuales como muscular cuyos cuatro instrumentos mis

de divulgarse en Francia el entusiasmo y camino la frontera llegar a nosotros y estimular a mis con ir en nuestra patria las prácticas del Massage y la bibliografía hasta esta fecha a la traducción y confecto dicen las obras extensas y a unos cuantos libros, en los que trataron de enriquecer nuestra doz usurpadores de la ciencia extranjera.

x x

psíquica que desarrolla fenómenos físicos, químicos y fisiológicos me-

cientos se producen tales como los resultantes de la contracción es preciso que en venere de energías proceda de las contracciones mismas, no hay locomoción de fluidos en la economía tal del cuerpo sin que un nervio sensitivo transporte un deseo que allí se labore una volición, que trasladada por el sarcolema por el centro geométrico del músculo, dejando a la mielina, para hundirse en el seno del sarcoplasma que llama placa motora terminal desde la que irradia té-fibrillas nerviosas en la sustancia neurofibrinosa de cada de la corriente nerviosa por ellos transmitida; en virtud de la cual acorta sus distancias longitudinales, se hincha, se inserta una suma de fuerzas que vence las resistencias para removerlo en su articulación con los congéneres inermes acerca de la naturaleza psicofísica de la contracción nudo, célula gris y nervios sensitivo y motor, de poco servi-

man si una transmutacion de fuerzas no los nerviosa y acto volitivo hasta formar una edu puede transmutarse en instintiva por el uso pensando y queriendolos. En apoyo de lo sin mirar al suelo, ni coordinar el peso primeros pasos. Y recientemente algunos seleccion organico-funcional de una fibra funcion que se la imponia se ha transfer y las especies.

Los fenomenos fisicos desarrollados por el y en entre los primeros ademas de los intrin de calor, desarrollo de movimiento y de elec to de las aponeurosis, ~~veinas~~ tendones, es los vasos sanguineos, estrujones y esponjamiento trabajos mecanicos parciales que asocian cabeza, cuello, tronco y extremidades y los carrera y el salto.

Como los fenomenos quimicos del mis cios, creo conveniente recordar en estructura del musculo con un hornillo en el que se consumia, al contacto del oxigeno con abunda chispa de la voluntad enciende las com

Sabemos que un musculo cualquie lo, esta compuesto de tendones y masa car enlarez a su vez compuestas de fibrillas primi

hiciera accionar cambiando la excitacion en inhibicion carim muscular que engendrada en la racionalidad regulado, hasta convertir en inesciente lo que nacio mal viene el acto de la locomocion, por todos realizado los de las extremidades despues de haber ordenado los fisiologos opinan que la fibra muscular lisa es una estriada que por muchas adaptaciones al medio ya le mado anatomica y fisiologicamente al travez del tiempo

ejercicio son de dos ordenes locales y generales. Se inclu ses del musculo (acortamiento, volumen, diuresis) aumento tricidad los que producen en los tejidos vecinos potencie tiramiento de los nervios, contraccion y dilatacion de tos de los organos proximos etc. todo lo cual engendra dose regionalmente producen los movimientos de la totales de la traslacion corporal como la marcha, la

culo son mas que otra cosa transformaciones de substan ra y composicion para mejor explicar la semejanza quemara y purificara la materia circulante por la dania acarreado por el flujo arterial cuando el ~~trastorno~~ trastornos musculares.

ra de los clarificados, por el ejemplo el sartorio del mus cosa y esta se halla formada de manojos de fibras mus tivas; cada una de las fibras mide una longitud de 4

à 12 centímetros (Krause, Cajal) y una anchura parecida, el sarcolema, provisto de vasos sanguíneos adentro por una red formada de los coros ó varios nucleos cuyas prolongaciones próximas histólogos (Schultze) tienen un papel terio y de un líquido que Rollet denomina hama una doble estricción (longitudinal y transversal) que integra la fibra muscular (Lecroenbroek) en musculares en cuyo interior se han visto tres ca osura y birefringente y la superior é inferior son bique osuro llamado línea de Anici-Krause. medio que el sarcoplasma se presenta la estricción

El musculo de tal manera formado tiene en que está deshaciéndose. Este tejido transformado por contiene las siguientes substancias albuminoides, lina, mialbumina y mialbuminosa, la materia al hemocromogénico. En el sarcolema han hallado del fermento péptico, en el nucleo la melicina, en la proporción de 1 x 100, gases como el ácido ácidos grasos volátiles como el acético, formico y

Con tan numerosas y variables substancias entraba á copensas del organo, ó solamente era este el centro de atraídas por la facilidad con que se riega de sangre, energias capacitándole para el mejor desempeño de

(1) los procedimientos de Kühne

de 11 á 67 μ (Rollet) constando 1º de una envoltura trans mez, linfáticos y de un filamento nervioso (Goldt) 2º y más presencia muscular, en cada uno de los cuales hay un toplasmatas se hunden en el sarcoplasma y siguen al de reserva y de evolución 3º y fundamental, de una materia sarcoplasma y hace las veces de cemento. La materia presen sal la longitudinal está formada por las fibrillas primitivas da una de las cuales se compone de lo que Krause llama cajas pas, la media, ocupada por la substancia contractil que es claras y monorefringentes, separandolas del disco vecino un ta. Al estar frente á frente unas fibrillas de otras sin mas inter transversal, que Bowmann en 1840 tomó por discos apilados. Al viso un color rojo y una consistencia semiblanda como la jalea las manipulaciones técnicas del laboratorio (1) en plasma y suro según Halliburton; Paramiosinogeno Miosinogeno, Misoglobu teria colorante ó miokeratina que Levy asegura que es iden. llado una substancia análoga á la creatina y soluble por me. Entre los componentes más definidos, la lecitina, el glucogeno de carbónico y en las reacciones ácidas del musculo, además de los butírico dos variedades del lactico el etilidenoláctico y el etilinoláctico das en el musculo, los fisiólogos dudaron si el fenómeno químico se realiza las oxidaciones y desoxidaciones de las materias que por el transitaban, merced á su contracción, cuyas repeticiones enriquecen su volumen y la función pasiva de hervillo en el que se quemaran todas las sub

tanías hidrocarbonadas hasta reducirse en agua y ácido engendra la fuerza muscular y desoxidando sus cuater ácido urico y urea.

Hay despues de los trabajos experimentales de Chaveau continente de los fenomenos quimicos de las más in-

Los fenomenos fisiologicos más apreciables en la con el sistema funcional llamado fuerza muscular, el de iente, sinergia. Examinemos como se producen.

Si la nutricion de un organo es la relacion entre el se repara con el ejercicio que hace afluir a su seno muere desprender tanto más ácido carbonico cuanto menor tenidas, transformar en acido su natural atmosfera ciertos estudios de Weyl y Zeidler a la del acido fosfori

Respecto a la fuerza muscular desarrollada por el ejer de materiales nutritivos y mientras Fick, Wislicenus Nasse, Brückel Weiz, Werthner, Kistz y Luchsinger de albumina es el origen esclusivo de la fuerza muscu que es el producto de una indefinida asimilacion se rieque el musculo más se nutre y más se fortale

Con la nutricion y con la fuerza el musculo descom de un aparato o de un sistema organico, ya flexionan realizando una marcha natural, para cumplir todo tos, pues sin el concurso de los homodinarios y heterodi ma desplazado no recobraría su posición normal.

(1) "Le travail musculaire et l'énergie qu'il représente

carbonico, y en el que las azoadas tributarán con la albumina que varias combinaciones generaran arrojando creaturina, creatina,

(1) los fisiologos consideran al musculo como organo productor y tenas combustiones de la materia organica.

traccion son de cuatro ordenes, el interno, nutricion del organo, la coordinacion memoria muscular y el de asociacion incoor.

apetito, la digestion y el consumo, la del musculo se estimula y mas más sangre que en el reposo, haciendole consumir más oxigeno es en costumbre de ejercitarse aumentar la cantidad de agua con- alcalina, gracias a la formacion del acido lactico, o segun los re- co por la descomposicion de la lecitina y melleina

icio los fisiologos tratan de ligarla a integraciones y desintegraciones Voit y Pettenkofer prueban que es debida al glicogeno muscular muestran que sin el puede trabajar. Pflüger asegura que la lar y yo mientras no se pongan de acuerdo y lo evidencian creceé mixta de las substancias azaradas por la sangre y que cuanto más lere.

para un fenomeno fisiologico más completo cual son los movimientos de los dedos ya extendiendo la pierna, ya girando la cintura, o bien lo cual necesita asociarse con los musculos congeneres y antagonis namos de una region, el hueso, la articulacion, el aparato o el siste lo pues un fenomeno fisiologico de todos los abductores el descompuso

de la abduccion y de los adductores, el de la adduccion etc muscular se realice que la region este integral y que el torso corporal; que tenga lo que algunos fisiologos llama

Con tales requisitos se practican los ejercicios fisio- cuya repeticion absorberia las actividades mentales farran estuviera enmendado a lo que yo llamo memoria mus hablar para que se sucedan los movimientos que pro- mision de la palabra ¿ es esta memoria una conse- si, y para ello no me fijo solo en la estructura del

Al lado de la memoria debo señalar la inferiori- sinergia o asociacion inconsciente de los musculos de espalda, cintura y piernas a los ejercicios de suspension tar un peso regular todo lo cual denuncia faltas de edu- que las regiones más fortalecidas ofrecen a la debilidad- lajaciones y desplazamientos.

Accion

Accion Fi- siologica: El ejercicio corporal tiene accion individual, regional, sin- individualmente sobre las fibras de un musculo contra- de los ejercicios fisicos, quimicos y fisiologicos que he in- armonia funcional de los organos y estendi su accion- tural suponer que si los organos que envuelven, contienen aunque no sea más que pasivos movimientos.

Actua simpaticamente la region movida sobre otras le- ya he definido. Y por último, el ejercicio acciona de- y purificando la materia circulante que ha de nutrir

necitando para su más perfecto cumplimiento que la contraccion sujeto pueda coordinar la intensidad y duracion de sus movimien- man sentido muscular.

logos del movimiento simple o complejo de nuestro aparato locomotor do a una eterna vigilia la atencion, si el trabajo coordinado no- ular en virtud de la que basta el impulso que obliga a correr o a- ducen la carrera o los que acondicionan el aparato vocal para la- creencia del uso o de la educacion de los movimientos? Yo creo que- coracion, del esofago y del diafragma.

dad y torpera de otro ejercicio fisiologico del ejercicio y es el de la- otra region al movimiento que una realiza; por ejemplo el de las- por los brazos, o el esfuerzo toraco-abdominal cuando tratamos de levan- cacion muscular y de practica de movimientos. Y quizás sea el auxilio- o impotencia de la que trabaja como remedio preventivo de fruestras re-

Fisiologica

pativa y general sobre el organismo, de la siguiente manera. Actua- yendolas y desarrollando su forma, volumen, durera fuerza, en virtud- dirado anteriormente. Obra sobre una region muscular en virtud de la- a los organos contenidos y a los asociados con la region, porque es ma- y comprimen a otros, se unen, los envueltos y contenidos sufriran

janos en virtud del fenomeno fisiologico llamado sinergia y que- la manera siguiente sobre todo el organismo aumentando el riesgo- y purificar todos los tejidos.

La circulación, la respiración, la calorificación la nutrición
vicio hasta el extremo de hacer esclamar a un fisiólogo tan
gimnastas son hombres absolutamente diferentes de los

La circulación de la sangre en el momento que se contrae
después de fijar la sangre la vertiera en el torrente venoso, lo
una sangría mandamos mover la mano o cuando
mucho de sangre cuando actúa sobre grandes masas mus-
Charcaw y Mearcy, para restablecerla, el corazón aumenta

La respiración es favorecida en su órgano gemino el pul-
saque y Dally en sus observaciones en la escuela militar
en Hol individuos que la insuficiencia bimanaria torácica
lo que prueba el desarrollo pulmonar por el aumento de peso
aumentando a 1,33 al ponerse de pie, a 1,90 al caminar
en la carrera rápida

Siendo la calorificación el resultado término del tránsito y de
número de los movimientos respiratorios, no cabe dudar que
1 a 3 centesimas de grado en cuanto el ejercitante rompe a

Con el aumento de las funciones circulatorias, respira-
cia y con ella el aumento de peso del cuerpo, después que
los primeros meses de la educación gimnástica he comprobado

Con el aumento de nutrición decrece el de la fuerza
aplicación del ejercitante.

A la marcha de la nutrición ligarse también el aumento
mento de las excreciones y la más saludable elaboración

(1) Influence de la gymnastique sur le développement de

las secreciones y excreciones y la invasión son modificadas por el ejer-
observador como Royer - Collard ante la Academia de Medicina "los
derramas"

hallase aumentada nueve veces, actuando como una ventosa que
que diariamente nos está enseñando la clinica cuando al practicar
una hemorragia se aumenta por los movimientos del herido. Este acu-
entonces disminuye la tensión del árbol arterial y según los experimentos de
sus latidos y el pulso los acrecienta en número y amplitud
más y en la cavidad continente el torax; respecto de unyo desarrollo Chas-
gimnástica de Joinville - le - Pont han comprobado durante cinco meses
aumentaba un 76 x 100 (1) en Alemania el Dr. Abel la fijó en 75 x 100
más que según Smith, si la representáramos por 1 en el descanso, iría
moderadamente, a 1,76 en el paso ligero, a 4,31 en la natación y a 7,00

las combustiones de la materia circulante más acidada cuanto más es el
el ejercicio aumenta la temperatura del cuerpo que queda reducida al
sudar y en piel equilibra el consumo de la producción
rias y calorificas del organismo la nutrición general es una consecuencia
para el periodo de combustión de los alboranos del tejido adiposo pues en
de la disminución en el 60 x 100 de mis 740 alumnos observados.
regional y total en proporciones variables según el temperamento y

del apetito que devoranda se reparan las perdidas sufridas por el au-
de todos los jugos secretorios que representan un papel transformista
l'homme - 1881.

en el ejercicio fisiológico.

Y por último como todo ejercicio coordinado exige un
creo que la contracción muscular es solo un acto nervioso más
lucirá una sedación general del sistema cerebro espinal
del gran simpático. Fundándonos en ello dividiremos los
naturales ó usados de ordinario como los de la cabeza,
ligero; los forzados tales como la carrera, el salto, la lucha,
unidos por manipulaciones como el massage ó por
fisiológica en razón directa del número, extensión,
etc.

Acción terapéutica: El ejercicio actúa sobre el organismo modificando la nutri-
ción (al usarse como expéctico, análeptico, tónico, congestivo y anti-
flogístico, diurético y diaforético) y sobre la inervación
de los reflejos, á la anestesia local y á la con-
los fenómenos psicofisiológicos que dejamos analizados, al
aparato y del sistema bastará que recordemos su papel fun-
cional de la biología humana cuando lo pretanemos á
Sus in-

Sus Indicações: Entendemos por indicación clínica la relación experimentada
que queremos emplear para vencer una necesidad vital, pro-
anemia y en las obstrucciones intestinales, por la gimnástica
y por el sport y el juego en los braditrofas por retardos
el ejercicio corporal en sus variadas formas está in-
ó dolores agudos, estados febriles, hemorragias y fatiga

Obedeciendo á esta indicación general surgieron las
ó curativas, según el estado del enfermo, y para mejorar

trabajo nervioso de atención, inhibición y regularización, Dubois-Reymond
ó menor instintivo ó edible y por lo tanto al distracer su energía pro-
y una mejor distribución orgánica del fluido nervioso en los dominios
ejercicios corporales en espontáneos ó surgidos automáticamente
uello, trono estrucidades y la marcha á paso lento, ordinario y
la natación, los puerros, el baile, y los artificiales, ejecutados, ó trans-
aparatos como en la mecanoterapia. Estando el poder de su acción
armonia, placer y libertad con que son practicados.

Terapéutica

ción (al usarse como expéctico, análeptico, tónico, congestivo y anti-
(en sus aplicaciones á la excitación general, á la sedación, á la mo-
dificación de energías motrices) Fundándose estos efectos terapéuticos en
estudiar su acción fisiológica en sus elementos integrantes del organo, del
co-quinario para explicarnos su acción medicinal sobre la región ó sobre la to-
nuestros enfermos.

Indicaciones

tada entre la enfermedad, el enfermo y la eficacia del agente terapéutico
plática ó conservadora, como por el amalgamamiento en la torax de un
al aire libre en las tuberculosis suspechadas por antecedentes hereditarios
de la nutrición. Haciendo presente esto se llegó á la conclusión de que
dicado local ó generalmente siempre que no haya inflamaciones
corporal

indicações causales, sintomáticas y consuetivas, con un fin paliativo
ó promotivo funcional y vital. Al curso de tan beneficos propositos ensayáronse

las aplicaciones del ejercicio en casi todas las enfermedades por
ras, y en una gran parte de las que alteran las funciones espiá
dar la curacion de todo lo mecánico al primitivo uso de manipular
posito de Fitts, Zander, Wide, Glucro-Brand y sus discípulos
Atenas de la investigación medicinal del ejercicio con el

De los Organos y Funcio-

De los Huesos: Fracturas antiguas y recientes con callos de por

De las articulaciones: Torceduras - Dislocaciones - Higiormas -
pies - Rheumatismo articular - Artralgias.

De los músculos, tendones y sus envolturas: Rheumatis-
de los tendones - Torticolis espasmódico - Dislocaciones - Roturas
consecutiva - Mialgias.

Sistema nervioso:

Neuros cerebro-bulbares: Parálisis agitante - Baille de
Cerebro espinal: Epilepsia - Histerismo - Catalepsia.

Medulares y meníngeas: Ataxia locomotriz en su primer período.

Neuralgias: Jaquera crónica - Neuralgias del cráneo, cara, cuello, bra-

Anestias locales: Tic convulsivo de la cara - Ciática - Calam

Neuros trópicas: Atrofia muscular progresiva - Parálisis gra-

Parálisis: Consecutivas a la hemorragia cerebral - Clamponia
enfermedades de los sentidos.

Afecciones de la vista: Contusiones de la piel de los párpados -
matosaz - Glaucoma - Edema de las papilas.

Afecciones del oído: Estenosis de la trompa de Eustaquio.

trastornos mecánicos, en gran número de las que perturban los fenómenos quími-
nicos, apareciendo los terapeutas suecos con el gigantesco propósito de retrogra-
daciones que ayudaran al instinto medicatrix de la naturaleza. Tal es el pro-
por unas razones de cantidad y calidad la escuela de Stokholm es hoy la
que alivian y curan las siguientes enfermedades.

I

nes de Relación.

nes - Torceduras del raquis.

Artritis - Sinovitis - Quistes sinoviales - Deformidades de las manos y de los

no muscular - Retracciones aponeuroticas y cutáneas - Adherencias y rigidez
y contusiones musculares - Aguietas - Pointuras viciosas con dolor y deformidad

Sau Nito.

Anestias - de los tabéticos - Mielitis recientes - Meningitis especiales.

bras, brazos, piernas, costados, espalda, nalgas, piel, estomago, intestinos.

bre de los escritores, músicos, tallistas, zapateros, cocheros, herreros etc - Angina de pecho.
rosa de la infancia.

infantil - Difteria - Crup - Fiebre tifoidea - Cólera - Escarlatina.

Edemas - Blefaritis crónicas - Blefaropasmos - Keratitis esofuloras y parenqui-

Afecciones del olfato: Hiperplasias mucosas

Afecciones del tacto: Callosidades de la piel - Anestiasias e hipestiasias

Trastornos nutritivos: Obesidad - Delgadez cronica - Anemia -

Del aparato digestivo: Hipertrrofia de las amigdalas - Parosia farin
Regurgitaciones - Enteritis - Diarreas - Nólculos - Estroanguilacion interna -

Aparato circulatorio: Pericarditis - ~~Ulceras~~ Varicosas - Edemas -
Hematomas - Arterioctasias - Embarcamientos sanguineos y linfaticos -

Del aparato respiratorio: Enfisema pulmonar - Asma - Adhe

Enfermedades de los Organos y

Incontinencia de orina - Contracturas espasmódicas del cuello -

De los organos del hombre: Paraprimosis - Prostatitis cronica - Es

De los organos de la mujer: - Mastitis - Galactorrea y defec
matriz - Amenorreas - Dismenorrea - Metroorragia - Fisiometra -

Estados diatésicos o de debilidad

Raquitismo - Escrofulismo - Sifilis - Tuberculosis incipiente -

Curvatura -

por el opio, morfina, cloroformo y cloral

Neoplasias

Adenomas - Linfomas - Lipomas - Quistes varios.

perestiasias variadas.

II

Gota y Diabetes azucaradae.

gea - Lesiones traumáticas del esófago: - Gastritis - Dispepsias - Agrias - Broncos oídos -
Timpantitis - Hernias intestinales - Hemorroides internas y externas - Fisuras del ano -

Anasarcas - Anemia - Púrpura hemorrágica - Epistaxis - Equimosis - Hematomas -
Adenitis - Papiras - Hipertrrofia del hígado y del bazo.

renias pleuríticas - Laringitis - Traqueitis - Bronquitis cronica - Inseleroma de la veien - naides.

III

funciones Genito - Urinarias -

Parotitis de la vejiga - Estrecheces uretrales

pennatomas - Adherencias del testículo con la tunica vaginal.

tos de secrecion lactea - Para y perimetritis crónicas - Dislocaciones de la
Ynervia uterina en el parto - Flegmasia alba dolens.

IV

general del Organismo.

Clorosis - Leucociternia - Albuminuria - Enfermedad bronceada de Addison.

V

nieptos

VI

o Tumores.

— x

Las contraindicaciones. Aunque varias veces, pues la vida es movimiento, el enumerados tales como los estados inflamatorios agudos y la fatiga real.

No se puede aplicar el movimiento a las inflamaciones de los síntomas cardinales, el dolor. Y en segundo, por respecto a los fenómenos histológicos regresivos del proceso.

No se aplica el movimiento a los dolores insoportables porque el reposo combinado con los medicamentos adivina.

No se debe practicar el ejercicio en los estados febriles sumados a los gastos del fenómeno psíquico lo en el lecho por los médicos modernos, en los anti a los fabricantes con pasos desde Atenas a Eleusis. teorías sobre el origen de la fiebre.

No se debe usar el ejercicio en presencia de costumbre de asistir a los desajustes entre otras cosas de lo que mi fraternal amigo el Dr. Navarro sanguínea con la coagulación y el taponamiento o comunicados, tales como los de traslación desde precipitación y angustia psicoética de tales casos, tal embolia y 3ª porque la terapéutica moderna rar a los hemorragias, sin que ayudamos al ejercicio.

Por último, debe prohibirse, cuando el organo enfermo o los rutinarios prejuicios del facultativo, si

(1) Sinopsis de la Función Tutelar del Organismo

ejercicio no se puede ni debe aplicar al tratamiento de las afecciones agudas, los dolores insoportables, los estados febriles, las hemorragias y

nes agudas en primer termino porque lo impide en muchas cosas que en varias ocasiones la necesidad de otros organos impone el curso fisiológico.

porque lo impide el dominio del sentimiento sobre la reflexión y analgésicos y anestésicos no demostro su superioridad y eficacia

briles porque la acción calorigena y las combustiones que pro harian insoportable y mortal. No obstante prescribire el reposo que Asclepiades, Herodico de Selimbria y sus discipulos curaban esta manifiesta contradicción explica la existencia de muertes

una hemorragia y esto es muy sabido por los que tienen nes por las siguientes: 1ª porque la naturaleza, usando Garcia (1) llama función tutelar, procura detener la oleada del vaso lo que retardan e impiden los movimientos activos el suelo al coche, a la casa y al lecho del herido, realizados con la 2ª por que formado el tapon su rotura cruenta con una función dispone de poderosos y variables medios para trasladar y ejercicio.

niemo está fatigado, no por ilusoria sensación de la apatía del no por que realmente se halle cansado, ya por estar reciente el curso - tesis doctoral - 1894

plimiento de un ejercicio violento o prolongado, o bien por disnea, sudores y palpitación cardíaca.

Administrador Entendiéndose por administración medicinal la acción del arte para el objeto de enmascarar lo que pudiera hacer el medicamento una perfeccionable administración, siempre que el que lo administra sea un ilustrado patólogo, un experto clínico y un sereno y un perseverante y diestro ejecutor, en la arte educada para la producción y transmisión que

Con las generales aptitudes científicas, artísticas, necesita reunir otras especiales, que constituyen la y saber confeccionar el medicamento, o lo que es de los aparatos y recursos necesarios, sabiendo de las manipulaciones técnicas del Massage, conoterapia para que resulten eficaces las tentativas sea necesario el concurso del experto de todos los medios y requieren un gasto con el ejercicio de la medicina y cirugía

En la administración terapéutica del ejercicio denar al enfermo para que el cumplir la pone bajo la dirección y tutela de un arte que en términos gimnásticos se llama l'entraînement fisiológica que capacita al órgano o al ejercicio que le están encomendados por la ya comprobado el clínico termina su educación física aplicado a la Patología

que la prostración de fuerzas provoque al menor cambio de postura

manera de envolver la substancia con sensaciones agradables la repugnante o molesta, el ejercicio es el medicamento de le aplique sea un buen fisiólogo, un higienista práctico, un pensador en su personalidad científica, un atento ideador y disponga de un cuerpo sano, robusto diestro y en fuerzas duales de los movimientos activos y pasivos

y personales, el boticario del ejercicio (permítidme el calificativo) educación técnica, necesita tener una farmacia bien surtida lo mismo, precisa consagrarse a esta especialidad disponiendo mucha Antropología, Pedagogía y Sociología y conocimiento de la Gimnástica, del Sport, del Atletismo y de las aplicaciones terapéuticas en las enfermedades en que el facultista, cuyas enumeradas especialidades no son patrimonio de tiempo y de atenciones generalmente incompatibles general

mane de procedimientos el ejercicio y facilísimo de alcanzar prescripción facultativa, o el racional y científico del profesor. En ambas ocasiones el objeto es alcanzar lo entraînement, es decir la conquista de una plenitud orgánica no perturbada para resistir el cumplimiento de las funciones de higiene o la terapéutica. Cuando l'entraînement se ha realizado que en el fondo no es más que un problema de y terapéutica.

Al más severo y descontentadizo que crea in-
sintoma o curativo de un síndrome funcional
lista de la misma manera que suele venir
electroterapia o al de Acroterapia reproduciendo
tranquilos y racionales. Pero si sus alientos
división del trabajo entonces puede capacitarse
mente en cuerpo, estudiando la bibliografía
especialista y visitando a menudo las clínicas
quidos por el Dr. Oertel y frecuentando los es-
maestros como Metzger, Scriber, Zander, Nos-
diaran su extensión y el carácter eminente
del presente trabajo.

Dosificación. La dosis es importantísima y presta sus
y neurasténicos, de la misma manera que
opio. En Farmacotecnia el conocimiento
calidad del medicamento, y por eso
y la experiencia clínica que el caso de
dramático metódicamente, pues se ac-
yendo la pronta puesta por la enferme-
aumentar la capacidad de resistencia o
rapentico.

En los ejercicios donde colaboran gran
el aumento de calor, el de los latidos car-
el minimum de ejercicio aplicable con
las prácticas del Sport y los juegos al

dicada la prescripción del ejercicio como paliativo de un
debe limitarse a enviar en enfermo al compañero exper-
tizo al encargado de un establecimiento de Hidroterapia
la costumbre seguida por los más ilustres terapeutas ex-
o sus hábitos no simpatizan con la progresiva ley de la
para ser médico y boticario del ejercicio, educando física-
especial, practicando varios años al lado de un compañero
de Stokholm, los parques de Reichenthal en Babiera, diri-
establecimientos balnearios donde practican los grandes
trom y Sagrange cuyas enseñanzas, aunque se compen-
temente práctico, las hacen a guisa de objeto y límites

transgresiones cuando tratamos cardíacos, hemoptisios
lo produce por la estricnina, la ergotina o el
de la cantidad es tan importante como el de la
al aplicar el ejercicio, además del objeto peculiar
te debemos emplearle lenta y progresivamente, gra-
ción terapéutica no tiene otro objeto que ir destru-
dad entre la función y la fatiga, y poco a poco
gánica hasta que lleguemos a l' entreînement te-

des masas musculares son signos de fatiga real
driacos y arteriales, la sed respiratoria y el sudor.
las manipulaciones del Amasamiento y el maximum
aire libre.

Conclusiones

Para las aplicaciones locales, los movimientos de oposición, los activos, concéntricos y en para las generales el innumerable arsenal de terminado el estudio analítico de los caracteres del ejercicio corporal exponiendo mi vocación sus alicientes en la resurrección y propaganda terapéuticos del ejercicio corporal y obediencia a Benard y al expositor que los libros y momento de presentarnos las actitudes con los, de las observaciones de mi cátedra, oficial y privada.

- 1º. El movimiento orgánico es el resultado
- 2º. La contracción voluntaria e involuntaria funcional del organismo.
- 3º. El ejercicio es el más poderoso y legítimo
- 4º. Siendo conocida la naturaleza del ejercicio fisiológico, este agente puede ser general de la terapéutica.
- 5º. Los modernos estudios de la termofisiología experimental y de la neodinámica terapéutica en campo propio tiene su historia comprobados y comprobables.
- 6º. El entusiasmo y el éxito alcanzados en sus festaciones y empleos hasta formar una medicina
- 7º. Esta medicina tiene sus indicaciones

los más dignificables en el amasamiento, los comunicados, trépanos de la gimnasia sueca y los de la mecanoterapia; los del sport y de los juegos corporales. Los científicos del movimiento y de la medicina por el y aptitudes solemnemente obligadas a sacrificar todos de los múltiples aspectos pedagógicos, higiénicos y siendo en esta exposición al método analítico de maestros de Terapéutica me enseñaron, creo llegó el ilusiones de mis estudios académicos y bibliográficos de mis viajes y de mis experiencias en la clínica.

de una transformación individual de las fuerzas cósmicas taria del tejido muscular es el regulador de la energía

como resultado de la contracción muscular. cicio en su procedencia y efectos físico-químicos y do y aplicado reglamentariamente por la Higiene y química, de la termo-dinámica, de la histología y han elevado el ejercicio corporal a la categoría de un agente su acción fisiológica y sus efectos profilácticos y curativos múltiples aplicaciones ha llegado a enriquecer sus manifestaciones especiales y contraindicaciones generales y especiales, hijas del estudio y la práctica

8º. El ejercicio es un poderoso moderador de la nutri-
y resistencias, por lo cual se le prescribe principalmente
en las alteraciones orgánico-funcionales del apa

9º. Esta proscrip-to en las agudezas inflamatorias
puz de la fatiga real.

10º. Su empleo y dosificación obedecen á risco
efectos malos ó perjudiciales que desacreditaron
en ignorancia ó ligereza.

He ahí respetables maestros, cuanto sone
en nuestros arsenales terapéuticos en beneficio
tus de un entusiasmo que creí científico.



Junio 15 de 1895.

8.º El ejercicio es un poderoso moderador de la nutrición y resistencias, por lo cual se le prescribe principalmente en las alteraciones orgánicas funcionales del aparato digestivo, respiratorio y locomotor.

9.º Esta proscrito en las aguderas inflamatorias, hemorragias, dolores insupportables y des^x pues de la fatiga real.

10.º Su empleo y dosificación obedecen a rico arsenal de conocimientos de la mecánica y química, biológica que los médicos deben conocer y aplicar artísticamente, sin el concurso de los gimnastas cerusantes de los efectos nulos o perjudiciales que descreditaban con ignorancias ó ligeros.

He ahí respetable maestro cuanto sorno a vuestro favor por si estimais que el medicamento ejercicio corporal ha dejado de ser un remedio explotable por los empiricos de la gimnasia y es digno de que los médicos eminentes lo incluyan al tra^x de **nuestro arsenal terapeutico** en beneficio de sus clientes como un eficaz agente fisico-quimico a cuya dignificacion y propaganda he consagrado los fervores mas ~~distintos~~ perseverantes de un entusiasmo que es científico.

Junio 15 75



60 /

Daginski

30

6

1800'000

9

12

500



UNIVERSIDAD COMPLUTENSE



5319186508

620577515