

LA MEDICINA CATALANA I L'ALIMENTACIÓ

per JOSEP M. CALBET I CAMARASA

La preocupació que ha tingut la medicina per l'alimentació de la societat, en totes èpoques i latituds, ha estat una constant inherent a la professió mèdica. La medicina catalana no s'ha sostret a aquesta responsabilitat. Però, a mesura que progressava el procés d'industrialització del país, s'esbossava un plantejament més viu i punyent del problema alimentari. Tot venia condicionat per dos factors històrics coetanis. D'un costat, hi havia l'augment constant de la població i un ràpid creixement del sector assalariat. De l'altre, els avançaments químic-mèdics, i llur aplicació per esbrinar la composició dels aliments, acabarien per donar a l'aliment carn una importància extraordinària. La medicina científica, pel que es refereix al problema de l'alimentació, considerava que els treballadors sotmesos a una dieta primordialment carnívora tenien un major rendiment en el treball. Arribaven, doncs a la conclusió que els obrers necessitaven menjar carn. Això havia de crear un conflicte, tenint en compte que la carn sempre ha estat un producte de preu elevat i que per facilitar-los la possibilitat de fer-ne un consum regular es necessitava augmentar el poder adquisitiu dels salaris. Aquesta qüestió, doncs, augurava grans debats. I és evident que, àdhuc al marge del valor intrínsec de la carn, qui podia adquirir-la quotidianament estava en condicions de seguir una alimentació prou variada i nutritiva. En tots els temps, però més en aquestes circumstàncies, el consum regular i continuat de la carn es convertia en un factor índex per valorar l'estat de nutrició d'una societat.

En el present treball volem resumir els punts de vista d'algunes de les ideologies mèdiques catalanes que, coexistint amb altres, es van significar més en la intervenció respecte a l'alimentació.

LA MEDICINA LIBERAL

De la cruïlla d'ideologies mèdiques aparegudes a finals del segle XVIII i principis del XIX sorgiria, a partir del nucli científic que en el trienni constitucional publicava el "Periódico de la Sociedad de Salud Pública de Cataluña", la medicina liberal. Estava formada per un grup de metges de tendències polítiques liberals que intentaven d'alliberar la medicina de les influències filosòfiques i metafísiques i donar-li unes bases més concretes. Les trobarien en les ciències naturals, i sobretot en la química. Es preocuparien per les condicions de la vida de l'obrer, del treball de la infància i de la dona, de les condicions de l'habitatge i d'altres qüestions mèdico-socials.

Aquesta medicina liberal fou la primera que com a entitat col·lectiva havia de manifestar la seva inquietud i desaprovació per la distinta alimentació que feien les diverses classes socials. Aquestes diferències les exposaven gràficament en dir que els rics podien menjar carn i de fet menjaven carn, mentre que els pobres gairebé només es nodrien de pa i fècules. Referint-se a aquesta època, el doctor Parcet recordava que, en les nostres zones rurals, l'aliment principal era un pa en la confecció del qual barrejaven el blat de moro i la farina de sègol. "Els pobres afegeixen a les farinetes una mica de sagí, i els proletaris un tros de cansalada i algun llegum, patates i verdura, *hort i porc*, com diuen ells."¹

Però és que àdhuc les diferències es palesaven en els diversos tipus de pa que es fabricaven: *a)* pa comú; *b)* pa de flor de farina; *c)* pa de primera; *d)* pa de segona; *e)* pa de qualitat inferior, i *f)* pa de munició. Aquest últim, que era el que consumien les classes populars, estava carregat d'aigua i s'alterava fàcilment, cobrint-se d'una floridura verda.² Els doctors Monlau, Salarich, Font i Mosella, etc., demanarien la implantació d'una sèrie de mesures per fer assequible la carn al pressupost obrer, tot assenyalant que en aquelles zones de la població que no consumien carn, tant l'índex de mortalitat com el d'incidència de malalties era més elevat.

Tot ens autoritza a pensar que les nostres classes populars, a mitjans del segle XIX, feien un consun mínim de la carn, amb totes les conseqüències penoses que d'aquest fet es derivaven, malgrat els esforços dels metges liberals per palliar la situació alimentària.

LA MEDICINA POSITIVISTA

Amb la Revolució de 1868 adquiria preeminència, a Catalunya, l'escola mèdica positivista, que s'imposaria netament a partir del Congrés

1. "Revista de Ciencias Médicas", Barcelona, 1878, p. 309.

2. MONLAU, *Elementos de higiene pública*, Barcelona, 1847, p. 378.

de Medicina de 1888. El positivisme havia d'aplicar per primera vegada en la medicina catalana el mètode baconià: recollir fets, comprovar-los, classificar-los i sintetitzar-los. Cercar la relació entre causa i fenomen. La química hi perdia terreny. No tot en medicina es podia explicar químicament. En canvi, els metges positivistes es familiaritzarien amb el microscopi. I es desenvoluparia notablement l'anatomia patològica (estudi de les lesions orgàniques que deixa la malaltia). I sobretot s'acceptarien i divulgarien les idees panspermianes (una causa microbiana per cada malaltia infecciosa). El positivisme era la medicina de les causes conegudes.

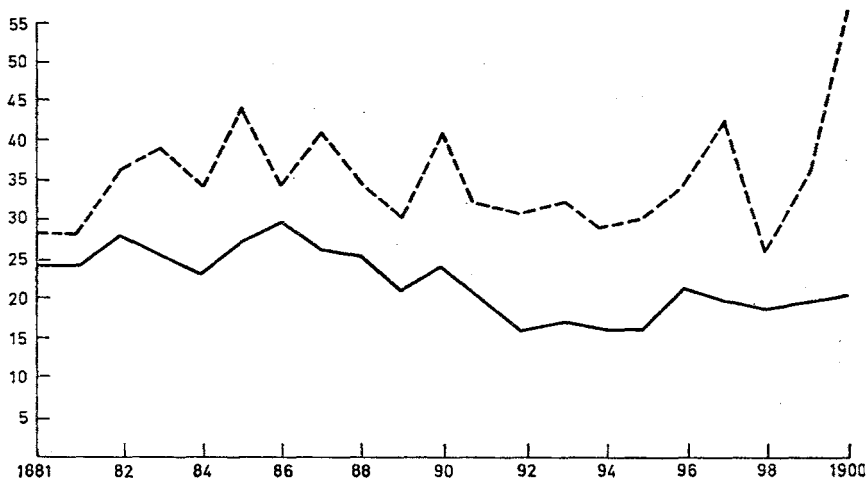
La medicina positivista tingué una decidida vocació d'intervenir en les qüestions socials, que considerava com un reflex d'una qüestió higiènica. Sota aquest prisma òptic es fundava, l'any 1892, l'Acadèmia d'Higiene de Catalunya, que es proposava com a objectius d'estudiar la patogènia del mal social, a fi de poder fer una profilaxi de les vagues, sense oblidar tot allò que pogués millorar les condicions de treball a les fàbriques i garantir i prevenir l'obrer d'accidents i malalties. Els nostres metges positivistes demanarien un augment del poder adquisitiu dels salaris, no fer estalvis econòmics a costa de les despeses orgàniques de l'obrer, la inspecció de les indústries insalubres, la distribució de beneficis entre els treballadors, etc.

Però la medicina positivista tenia una mentalitat burgesa, i davant la seva incapacitat per solucionar el problema alimentari, intentaria justificar, en alguns moments, el baix consum de carn que feien les masses obreres.

Així, en el curs d'un cicle de conferències que els metges donaven als obrers, la cinquena, a càrrec del doctor E. Roig i Bofill, pronunciada a l'Ateneu el 23 de febrer de 1879, versava sobre el problema de l'alimentació, i entre altres coses recordava que els obrers menjaven poc i malament i que els hospitals s'omplien per la deficient alimentació dels treballadors. Però alhora els advertia dels perills de les pastisseries, "balsuards de la malaltia", per allò que es feia córrer que utilitzaven ous podrits per a l'elaboració dels pastissos. "El pan es el alimento más sano y que más nutre; elegís acertadamente el moreno y el moreno oscuro (de munición) porque el pan blanco es menos nutritivo." Reconeixia que feien un mínim consum de la carn, i això era causa, segons ell, de decadència física i d'afeccions. "Más carne come en un día un obrero francés, que en toda una semana un obrero catalán. Muchas familias sólo compran 4 onzas de carne para el puchero, y como la familia del obrero suele ser numerosa, a cada uno le corresponde una ínfima cantidad de material proteico. Sin carne se trabaja poco y se trabaja mal. Habría que doblar las 4 onzas que consumís (si es un individuo solo) y una libra o libra y media para una familia y os aproximareis todo lo posible a lo

que exige la Higiene, sin extralimitaros de lo que permite vuestro habitual estado de fondos. Pero aun estas cantidades me parecen insuficientes.”

Els metges positivistes dirien que si els obrers fessin una ració diària de carn, com l'obrer anglès, se'ls produirien alteracions a les vies digestives.³ No temien aquestes alteracions quan l'obrer ja estava malalt.



GRÀFIC 1. Mortalitat, proporcional a 1.000 habitants, en dos barris barcelonins (1881-1900). La línia contínua correspon al barri de la Concepció i la discontinúua al d'Hostafrancs.

Metges tan poc sospitosos com el doctor C. Ronquillo exaltarien els llegums, que “produeixen carn, sang i llet, i per això són l'esperança i el consol dels pobres”.⁴ I el doctor Ferrer i Garcés i el farmacèutic J. Codina farien el panegíric de l'oli de cotó per introduir-lo en l'alimentació.

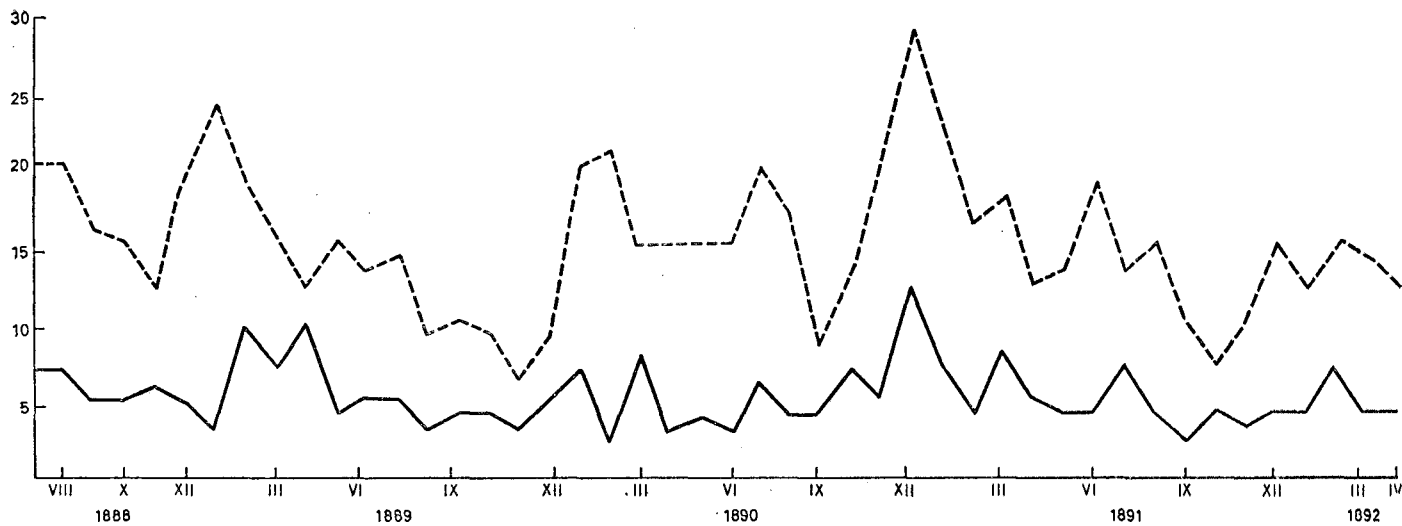
Al final del segle XIX, el consum mitjà anual del barceloní era de 40 kg de carn, contra 100 de l'habitant de París i 110 del de Londres.⁵

La medicina positivista, que veia el problema, no reeixia, en general, en les seves aportacions per resoldre'l, i ho compensava amb la popularització d'uns específics *reforçants*: “emulsió de Scott”, “sarsaparrella de Bristol”, “oli de fetge de bacallà”, etc.

3. “La Independencia Médica”, Barcelona, 25 de març de 1897.

4. C. RONQUILLO, *Alimentos y condimentos*, Barcelona, 1877, p. 12.

5. *El trabajo nacional*, Barcelona, 1903, p. 250.



GRÀFIC 2. Mortalitat infantil, proporcional a 10.000 habitants, en dos barris barcelonins (agost 1888-abril 1892). La línia contínua correspon al barri de la Concepció i la discontinua al d'Hostafrancs.

Amb tot, tingué molts encerts. Un d'ells seria la confecció d'unes estadístiques que havien de donar molta llum en el camp mèdico-social. Servint-nos de les que es publicaren al llibre que commemorava el Congrés de Ciències Mèdiques de 1888 i de les consignades mensualment a la "Gaceta Sanitaria de Barcelona" i a la "Gaceta Médica Catalana", hem comparat la mortalitat en dos districtes sanitaris barcelonins: el d'Hostafrancs, habitat principalment per obrers, i el de la Concepció (Eixample). Els qui morien als hospitals, un bon percentatge dels quals procedia d'Hostafrancs, no han quedat consignats en les nostres gràfiques, però, malgrat tot, es fa evident que la proporció de la mortalitat del barri obrer és sempre superior. Cal atribuir-ho sobretot a l'alimentació deficient en el barri obrer, sense oblidar, però, altres factors coadjuvants, com és, entre altres, la relació espai-habitant, ja que si a la Concepció era de 48 m², a Hostafrancs quedava reduït a 14.⁶ Les xifres referents a l'any 1900 són proporcionals als cinc primers mesos, ja que a partir del mes de juny del mateix any aquests tipus d'estadístiques deixaven de publicar-se, d'acord amb les ordres d'una circular del govern civil que donava unes noves normes a seguir, amb un mínim contingut mèdico-social, "con el objeto de unificar los trabajos estadísticos".

La desnutrició afectava també la infància, i les corbes de mortalitat infantil en el barri obrer durant una de les èpoques en què foren publicades sobrepassen sempre les de l'altra.

Al Congrés de 1888 s'estudiava la vida mitjana dels barcelonins segons les classes socials. Era de 36,47 anys per a la classe rica, de 25,15 per a la classe mitjana i de 23,55 per a la classe jornalera.⁷

No sabem fins a quin punt podria fer més llum a la investigació d'aquesta mortalitat el fet que a la Concepció hi hagués 48 llocs de venda de carn de bou i de vedella i 93 on se'n despatxava d'altres classes, mentre que a les dues barriades de Sants i d'Hostafrancs, amb 25.000 habitants més que a la Concepció, hi trobem 18 llocs de venda de carn de bou i de vedella i 98 d'altres tipus.⁸

LA MEDICINA NATURISTA

El naturisme, que és "un principi filosòfico-social més que pràctica terapèutica o higiènica",⁹ és molt antic. Però la sistematització doctrinària es deu als homes del segle XIX: Kneipp, Kuhne, Rikli, Priessnitz, Just, Lahman i d'altres.

6. *Congreso de Ciencias Médicas*, Barcelona, 1889, p. 946.

7. *Ibid.*, p. 949.

8. "Anuario Estadístico de la Ciudad de Barcelona", Barcelona, 1902, p. 507.

9. "Naturismo", Barcelona, 1921, p. 90.

Intimament lligades amb el naturisme hi ha totes les modalitats del vegetarianisme, des del més rigorós fins al que accepta els ous i la llet. Paral·lelament als esdeveniments político-socials de 1848, fou creada a les zones industrials de Manchester la primera societat vegetariana.

El naturisme neix com una reacció al materialisme científic-mèdic del segle XIX, i vol orientar la higiene en el sentit de fer exemptes de responsabilitat social les classes econòmicament poderoses. Considera com a necessitats falses i apreses per una defectuosa educació alimentària el fet de menjar molt, menjar carn, beure vi i licors, etc., i edifica unes noves premisses que intenten d'augmentar el poder adquisitiu del salari obrer, privant els treballadors de les despeses que ocasionen la carn, el tabac i l'alcohol. I en la implantació del vegetarianisme entre els obrers, els naturistes veuen la solució del prolema social, ja que la vida vegetariana és més barata. Sobre aquests mòbils socials descansa llur doctrina.

Els naturistes, repetim, estaven convençuts que la carn i l'aliment en general no produïen vigor. D'aquí que prediquessin el dejuni, que, entre altres virtuts, tindria un valor "econòmic i social".¹⁰ Recomanaven també als obrers el control de la natalitat, amb el qual no sols s'acabaria amb la misèria, sinó que s'aconseguiria una regeneració racial. Només els sans tindrien dret a reproduir-se. I, així, cauriem en les teories del Zaratustra de Nietzsche i veurien lògic que "odiar els imbècils malalts que en la vida no serveixen per a res de bo és fer *justícia de salut*, perquè a ells, en veure's estimats i respectats, tant els fa estar sans com malalts [...]. Propaguem la veritat nua: la malaltia com a delictes social i de Raça!"¹¹

Acceptaven la teoria de Fletcher, segons la qual amb una masticació lenta es necessitaria menor quantitat d'aliments. I, en aparent contradicció amb les seves idees, consideraven un error de creure que l'oli d'oliva d'origen vegetal era superior als més barats greixos i llards d'origen animal. Com fos que la vacuna antivariòlica suposava un descens de la mortalitat infantil, i amb això una nova càrrega per als pobres, eren enemics de la vacunació, ja que aquesta fa una "selecció mèdica", que entra en conflicte amb la "selecció natural".¹²

Els naturistes són partidaris del crudoverisme.

El doctor Letamendi, a la dreta i enfront del positivisme mèdic català, fou un dels iniciadors del naturisme a Catalunya, des de la seva revista "La Salut". Malgrat tot, no era un naturista en el ple sentit de la paraula. A "La Salut" reconeix que el proletariat estava subjecte a un major nombre de causes morbores, però segons ell tenia més força de

10. "Salud y Vida", Barcelona, 1936 (octubre de 1935).

11. "Pentalfa", Barcelona, novembre-desembre de 1926, p. 15.

12. "Naturismo", Barcelona, 1922, p. 112.

resistència, i així li seria suficient l'observació de certes regles higièniques per no caure malalt. Les pàgines de "La Salud" recollien les *preocupacions* pel problema de la triquinosi, ja que en l'exageració d'una veritat s'havia trobat una de les més sinuoses subtileeses per justificar una alimentació sense carn. Com a mal menor elogiaria la carn de cavall, que considerava més nutritiva que la de bou, i predicaria contra l'ús del tabac, "gravamen bastant notable per a la butxaca del pobre". Però sobretot aconsellaria a una societat desnodrida "la comida moderada [...] y continua ocupación". Letamendi, en la seva *Gimnástica cristiana*, veia la regeneració física y espiritual dels obrers en la creació d'una sèrie de centres on poguessin practicar aquest esport.

Collaborador directe de Letamendi a "La Salud" fou el no metge Gaspar Sentiñón, enemic de la vacunació antivariòlica, i que es va distingir per les seves activitats dintre els primers nuclis anarquistes de Catalunya.

El doctor Falp i Plana, procedent d'una de les doctrines mèdiques més moderades de la medicina catalana, fundava, l'any 1908, la primera associació vegetariana en el nostre país i, segons afirma en el seu *Concepte modern del vegetarianisme*, comptava amb la simpatia de "metges, fabricants, banquers, gerents industrials i comerciants distingits".

La propaganda entre els medis obrers fou intensa. Se'ls predicava la *regeneració* individual enfront de les reivindicacions collectives. Alguns grups de l'acràcia catalana acceptaren el naturisme.

El naturisme català no presentava una unitat doctrinària massa rígida. I un dels grups, dirigit per Nicolás Capo, en proclamar-se la segona república, faria propaganda del nudisme.

Seria un greu error de considerar que el naturisme fou obra d'un determinat grupet molt reduït. Una anàlisi, per lleugera que sigui, hi descobreix, més o menys ocultes, múltiples, profundes i poderosíssimes arrels i ramificacions.

L'any 1915, el director de l'Institut Català de Sant Isidre, J. Raventós, escrivia un llibret titulat *L'alimentació de l'home*, del qual l'Ajuntament de Barcelona repartiria milers d'exemplars entre els obrers i llurs associacions. En aquest llibret, Raventós es lamentava que els obrers substituïssin per la llet les sopes de pa i aigua, "amb greu perjudici per a sa alimentació i ses butxaques", i assegurava que el brou de carn, a més de caríssim, era pobríssim en valor nutritiu, i en canvi seria de bon digerir i d'alt valor nutritiu un puré "d'aigua, patates, pastanagues, ceva, ordi, faves, llenties i mongetes [...]". L'introducció de la carn en l'alimentació de les classes de poc cabal, fa que aquestes vagin mal alimentades, perquè gasten ara en carn el que abans gastaven en llegums i és de notar que un ral de llegums per a l'alimentació val tant i més que una

pesseta de carn grasa de segona" (p. 35). A continuació Raventós faria una classificació dels aliments, posant els de màxim valor nutritiu entre els "aliments concentrats", que segons ell eren ametlles, avellanes, nous, oli, cansalada, llard i d'altres.

Del llibret se'n faria una reedició el primer any de la Dictadura, època daurada del naturisme català.

LA MEDICINA NOUCENTISTA

L'any 1903 moria el doctor Giné i Partagàs. Havia estat el màxim ideòleg del positivisme mèdic i, sense cap dubte, una de les figures de major transcendència en la medicina catalana. Giné i el seu grup deixaven una doctrina i un equip que més endavant havien de portar el mètode baconià a les últimes conseqüències: a l'observació provocada, a la interrogació sistemàtica; en una paraula: a l'experimentació i la investigació. Aquesta actitud ideològica col·locaria els nostres metges noucentistes en una plataforma científica envejable i crearia les condicions on proliferaria un grup d'escoles mèdiques d'autèntica ressonància internacional.

En els metges noucentistes no hi havia una uniformitat política, però tenien el denominador comú de la fidelitat i l'esperit de servei al país.

Concretament respecte al problema de l'alimentació, la posició dels metges noucentistes seria francament contrària a qualsevol modalitat més o menys encoberta del naturisme. I, a excepció del moment de feblesa que s'esdevindria després de la Setmana Tràgica, en què la "Gaceta Médica Catalana" acollia uns articles del doctor Castañer en pro del vegetarianisme, predicarien sempre obertament i a tota veu la necessitat de l'aliment carn.

D'aquella època daten uns coneixements bioquímics que acceptava la nostra medicina i que ara ens permetem de resumir i divulgar de cara al problema sobre el qual se centra el nostre treball.

Dient-ho d'acord amb un criteri antiquat, però molt gràfic, les proteïnes refan els nostres teixits destruïts. Les proteïnes són un conjunt d'aminoàcids. L'ur valor nutritiu dependrà dels tipus d'aminoàcids que contenen (valor biològic), i no del sol fet d'ésser proteïnes. Els aminoàcids, d'impossible sintetització per part de l'organisme, i que han d'ingerir-se ineludiblement amb els aliments, han estat denominats *essencials*. La carn és rica en aminoàcids essencials. Però en els aliments vegetals també hi ha proteïnes, i en la possibilitat que aquestes substitueixin les proteïnes animals recolza el fonament científic del naturisme. (Obrint un breu parèntesi, afegirem que en l'alimentació que els naturistes propugnen, ells hi veuen un altre avantatge per la gran riquesa d'hidrats de

carbó que contenen el pa i les fècules, que afavoririen el treball muscular de l'obrer. No diuen, però, que per compensar les proteïnes animals —més fàcilment assimilables— per les proteïnes vegetals cal augmentar la ingesta dels materials alimentaris, amb la qual cosa es carreguen enormement els òrgans digestius i creixen les dificultats metabòliques.) La dieta, a més de donar l'energia necessària, ha de contenir en adequat equilibri certes quantitats dels diferents principis immediats (glúcids, greixos i proteïnes). La substitució dels uns pels altres sols pot fer-se dintre de certs límits, en opinió de Pi Sunyer. Aquest investigador del noucentisme mèdic assenyalava la necessitat d'ingerir un mínim d'1 g de proteïnes per quilogram de pes i dia. Xifra per sota de la qual comença la malícia de l'investigador i la fam del consumidor. Però, tenint en compte que el 5% de les proteïnes animals i el 25% de les vegetals ingerides deixen d'aprofitar-se per causes diverses, la nostra medicina noucentista considerava imprescindible donar un marge de seguretat, i llavors es feien necessaris un mínim diari de 90 a 125 g de proteïnes, de les quals el 40-50% havien d'ésser d'origen animal. Fets els càlculs, en resulta la necessitat de consumir diàriament un mínim de 150 a 200 g de carn. És la xifra que donava el doctor Tarruella en la seva *Higiene de l'alimentació* (p. 19), i la que avui és universalment acceptada per tots els investigadors seriosos.

Els metges noucentistes eren conscients que un estament professional no podia solucionar el problema social, però es disposaven a crear revistes i institucions on s'estudiarien des de l'angle pertinent, amb realisme i objectivitat, les qüestions mèdico-socials. Algunes de les estadístiques sobre mortalitat pertanyents a aquest període acusen encara les diferències socials. Així, per a l'any 1920 el doctor E. O. Raduà donava una mortalitat per mil habitants de 15,80 a la Concepció i de 21,66 a Hostafrancs.¹³

I en unes noves estadístiques sobre la mortalitat infantil a Barcelona, corresponents a l'any tipus de 1928, es donen uns valors en tants per cent de 10,40 per al barri Rambles-Rondes-Paralel; de 9,50 per al Poble Sec i barraques de Montjuïc; de 8,50 per a La Bordeta-Hostafrancs-Sants, i de 4,53 per a l'Eixampla.¹⁴

Però no hi ha cap intent de dissimular o, cosa que és pitjor, de justificar la trista situació d'algunes classes socials.

Malauradament, la medicina noucentista catalana seria una de les "ciutats que s'enfonsarien", segons el vers del metge Màrius Torres.

13. E. O. RADUÀ, *Moviment natural de la població de Barcelona*, Barcelona, 1923, p. 86.

14. "Butlletí de la Societat Catalana de Pediatria", Barcelona, 1930, p. 89.

LA MEDICINA OFICIAL DE LA POSTGUERRA

La medicina oficial de la postguerra s'ha caracteritzat per la seva preocupació de mantenir unes formes externes enlluernadores i per l'escassa inquietud creadora. Un sector majoritari del nucli oficialment representatiu ha imprès a la professió mèdica un caire acusadament classista, intentant convertir-la en un instrument complex dels interessos econòmico-socials d'una minoria extramèdica.

En el terreny de l'alimentació, els anys difícils i de fam de la postguerra trobarien en la medicina oficial els elements suficients que legitimarien aquella penosa situació.

L'any 1942 sortia una nova reedició del llibre de Raventós, traduït al castellà i a càrrec de la Diputació Provincial.

El 1947, el doctor García Valdecasas recollia les pròpies opinions sobre l'alimentació, en un llibret titulat *La alimentación del hombre sano*. Comença confessant-nos-hi els seus dubtes: "Aunque la ciencia de la nutrición estuviese tan adelantada que pudiésemos contestar sin duda alguna que una dieta cruda por completo resultaría más beneficiosa (lo cual es muy probable), no aconsejaríamos en las condiciones actuales la adopción de tal régimen" (p. 15). I assegura que "las discusiones sobre qué es más adecuado, un régimen vegetariano o uno carnívoro, son puramente bizantinas. El hombre puede vivir con ambos regímenes en condiciones normales" (p. 15). Però des de l'any 1928 se sap que la font més important coneguda de vitamina B₁₂ es d'origen animal, i que la manca d'aquest element pot ésser causa d'una anèmia de tipus pernicios. Anèmia que es presenta amb freqüència relativa, quan l'alimentació és exclusivament vegetariana. La "normalitat", doncs, és bastant discutible. El doctor García Valdecasas diu que les calories que l'home tipus necessita diàriament estan contingudes en 750 g de farina de blat, o en 2.500 de patates, o en 730 d'arròs, o en 1 kg de mongetes... En canvi, utilitzant aliments animals, la mateixa quantitat de calories necessària, segons ell, l'aportació de 2 kg de carn, o 2,5 de peix, o quasi 4 l de llet, o uns 30 ous. I arriba a la conclusió que "desde el punto de vista exclusivo de las calorías vemos, pues, que los alimentos animales son inferiores a más de ser mucho más costosos" (p. 27). Després compara els vegetals i la carn des del punt de vista dels aminoàcids (proteïnes) i diu: "un kilo de harina de trigo tiene, a más de su elevado contenido en calorías (debido a hidratos de carbono), noventa gramos de proteínas, mientras que un kilo de carne que no tiene apenas más que proteínas sólo tiene el doble. La diferencia consiste en la proporción de agua muy superior en la segunda. Económicamente quiere esto decir que al precio elevado de la carne compramos una gran cantidad de agua pura" (p. 27).

No diu de quina carn parla. En la vedella guisada magra hi ra 322 g de proteïnes per quilogram, si és de vaca n'hi ha 193, i si és de conill, llebre, gallina o pollastre n'hi ha uns 200.¹⁵ Finalment, però, confessa la necessitat d'ingerir un mínim de proteïnes animals: "Por fortuna bastan muy pequeñas cantidades. Así es que con un buen aporte de proteínas vegetales (unos 50 g diarios) bastan muy pequeñas cantidades de carne, leche o huevos para completar las necesidades de aminoácidos del individuo" (p. 27).

Sembla que les idees de l'ex-rector de la Universitat de Barcelona han fet escola. El seu col·laborador, el doctor J. A. Salvà, escrivia l'any 1960 un opuscle titulat *Cartilla de alimentación*, que li publicaven els serveis sanitaris de l'Ajuntament de Barcelona. Allí escriu que "las proteínas de mayor valor biológico son las de la leche, los huevos y luego carnes y pescados. Las proteínas vegetales son de menor valor biológico, pero como son más abundantes y baratas deben constituir la base de la alimentación", de la qual cosa hom dedueix que s'han d'anteposar els interessos econòmics als biològics. No ens aclareix quina és la quantitat de carn aconsellable per consumir diàriament. Per un costat ens diu que l'home adult necessita un mínim de mig gram diari de proteïnes per quilo de pes, i que el 20 % d'aquestes proteïnes han d'ésser de procedència animal. Per altra banda assegura que de les 3.200 calories necessàries diàriament a l'home típus, el 10 % han de ser donades per proteïnes animals. Fent els càlculs pels dos procediments hi ha una contradicció en els resultats, tenint en compte que ell dóna 140 g de proteïnes per 1 kg de carn.

De tota manera, no creiem que la majoria del públic al qual anava dirigida aquesta *Cartilla* s'entregués a fer operacions aritmètiques, per elementals que fossin. En canvi, els seria més fàcil de comprendre que "en la carne [...], el agua llega a constituir el 80% de su peso" i que "una dieta vegetariana, si se toma leche y huevos, es perfectamente soportable", i que "quien come 1/4 kg de patatas y 1/4 kg de pan, si también toma 1/4 litro de leche o 1 huevo aumenta el valor alimenticio de los alimentos vegetales, como si hiciera una alimentación rica en carne". Pot ésser que hi hagi algunes veritats en tot això, però la gràcia amb què està escrit té una intencionalitat evident. El doctor Salvà no sembla simpatitzar amb l'educació alimentària tradicional, quan escriu que "de los aceites vegetales los más sanos y ricos en vitaminas son los de soja y maíz. El de olivas es más apreciado en España, por costumbre, pero desde el punto de vista higiénico no tiene ventajas especiales".

També imbuït d'unes idees similars hi ha el llibre *Aliméntese mejor, gaste menos*, del doctor Taverna Torm, publicat l'any 1953.

15. *Documenta Geigy. Tablas científicas*, 6.ª ed., Barcelona, 1965, p. 524.

* * *

Les discussions entorn de l'aliment carn, han continuat fins als nostres dies. Els seus enemics no han depositat pas les armes, i, concretament avui, a Espanya, troben una audiència inaudita en la premsa, ràdio i televisió. Cal dir que moltes vegades es manifesten d'una manera sinuosa i camuflada, però no per això menys efectiva. Hi ha una necessitat urgent de corregir aquest corrent. Encara que sigui un corrent poderosíssim. Perquè avui Espanya és un dels països europeus de menor consum de carn *per capita*. I aquest dèficit no pot compensar-se amb antibiòtics, extractes hepàtics i vitamines.

Per altra part, en els últims anys, gràcies a les investigacions del doctor Ewen Cameron i altres s'han descobert en les cèl·lules animals (carn, fetge, ronyó) una quantitat d'àcids nucleics (en relació amb la massa total de la cèl·lula) molt superior a la que es pot trobar en les cèl·lules vegetals. Els àcids nucleics tenen l'efecte d'estimular la memòria i, en definitiva, les activitats cerebrals superiors. Aquest fet donaria peu a la hipòtesi, que l'experiència confirma en molts casos, que els pobles o les classes socials que consumeixen carn estan intel·lectualment més preparats que els altres pobles o classes. L'aliment carn seria, doncs, segons aquestes últimes teories, font de neguits, d'inquietuds i esperit de lluita.

Amb un major consum de carn *per capita*, o almenys amb la possibilitat de poder-lo fer, s'arreglarien moltes coses en el nostre país.

APÈNDIX

Mortalitat a Barcelona de 1893 a 1897
(en percentatges)

	0-13 anys	13-25	25-60	més de 50
Rics	34,33	11,14	23	31,53
Classe mitjana	38,94	8,05	19,04	33,97
Pobres	45,40	10,15	21,35	23,10

FONT: "Memorias de la Gaceta Sanitaria de Barcelona", Barcelona, 1904, p. 85.