

Aportes de José Martí a la Medicina Preventiva

MSc. Dra. Marta Álvarez Sáez

Siempre me ha impresionado la vehemencia y predicción de "Martí" con relación a la salud Pública en particular a la Medicina Preventiva, la vigencia de Martí, como modelo de integralidad creadora en nuestra política de salud, fue el paradigma a seguir y puesto en práctica hoy por nuestro Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz quien ha aludido en muchas de sus intervenciones aspectos teóricos de la medicina, con una permanente voluntad orientadora y educativa de antecedentes martianos.

Tomando en consideración que *José Martí* salió deportado de Cuba el 15 de enero de 1871 faltándole unos días para cumplir los diecinueve años de edad y que con posterioridad solamente viviría en La Habana del 6 de enero al 24 de febrero de 1877, en forma secreta y del 31 de agosto de 1878 al 25 de septiembre de 1879, en que fue deportado nuevamente a España, no tuvo tiempo ni tranquilidad suficiente para ponerse en contacto con las publicaciones médicas cubanas y a pesar de haber vivido en esos breves lapsos muy estrechamente unido al doctor *Fermín Valdés-Domínguez Quintanó* (1853-1910), su amigo del alma, no es posible creer que conociera en toda su importancia el devenir histórico médico cubano, aunque sí a muchas de sus grandes figuras, llevado por esa insaciable curiosidad por todo lo cubano de que siempre dio muestras.

De ahí la importancia de su pensamiento y mencionamos continuación algunas citas:

Refería Martí " La medicina preventiva es la verdadera medicina¹.

En la "América" New York 1883 refería" La verdadera medicina no es la que cura sino la que precave": La higiene es la verdadera medicina.

Septiembre 1883" Mejor es evitar la enfermedad que corregirla"

Mayo 1882... el arte de curar consiste más en evitar la enfermedad y precaverse de ella por medios naturales que combatirla por medios violentos e

inevitablemente dañosos para el resto del sistema cuyo equilibrio es puesto a contribuir en beneficio del órgano enfermo².

Es justo señalar que los métodos preventivos tradicionales estaban dirigidos al aislamiento del enfermo y evitar por esta vía las posibilidades de contaminación de la comunidad. De aquí la trascendencia educativa del mensaje martiano cuando analiza en un primer plano la higiene como práctica indispensable en la conservación de la salud.

Para obtener esta información se realizaron visitas al Centro de estudios Martianos, se revisaron las obras completas de José Martí, anuarios martianos, el cuaderno de Martí en la Universidad, periódicos y libros relacionados con la medicina y la prevención, revisiones realizadas por el Dr Loreto Sáez Díaz conferencista del Partido Comunista de Cuba (PCC) y materiales en soporte digital.

El objetivo general del trabajo es exponer el pensamiento Martiano respecto a la medicina preventiva como paradigma para la aplicación por nuestro Comandante en jefe Fidel Castro Ruz.

Refería respecto a la enseñanza

“El mundo requiere escuela nueva”

Cada cual puede ser un poco médico de sí mismo. Debía ser obligatoria la enseñanza de la higiene en las escuelas públicas.

En agosto de 1883, publicó de nuevo en el diario "La América" un artículo titulado "Abono: La sangre es un buen abono". "Se dan clases de geografía antigua, de reglas de retórica y de atañerías semejantes en los colegios: pues en su lugar deberían darse cátedras de salud, consejos de higiene, consejos prácticos, enseñanza clara y sencilla del cuerpo humano, sus elementos, sus funciones, los modos de ajustar aquellos a estos, y ceñir estas a aquellos, y economizar las fuerzas, y dirigirlas bien, para que no haya después que repararlas".

El 5 de junio de 1891 fue creada la Sociedad de Higiene de La Habana. En esta etapa de resurgimiento de las ciencias médicas en Cuba, se van a instalar algunos pequeños laboratorios privados.

Esto sería el antecedente de lo que es la Escuela Nacional de Salud Pública, Los Institutos Nacionales de Higiene y Epidemiología, los Centros y Unidades Provinciales y Municipales para la enseñanza de la Higiene y Epidemiología

Abordo aspectos relacionados con los hábitos tóxicos

Acercándose a los aspecto de Prevención y Promoción de salud, tan necesarios para evitar las enfermedades

Hábito de fumar.

Hoy se considera el hábito de fumar (tabaquismo) como una enfermedad, pero su genio visionario le permitió realizar en 1883 la valoración crítica sobre el hábito de fumar cigarrillos. Un problema de salud que en la actualidad afecta a gran parte de la población. Reflexiona “la costumbre que se va cada vez generalizando de fumar incesantemente cigarrillos de papel es un poco menos dañino, aunque de una manera sutil y poco sensible, que el hábito de tomar tragos de alcohol entre las comidas³

Para Martí era desfavorable la repercusión que tenía el cigarro para la salud. La censura martiana al hábito de fumar se circunscribe al exceso, más que al uso de los cigarros.

En la actualidad existen servicios de cesación tabáquica radica en el área de Rehabilitación, aquí se coordina las acciones de promoción, prevención, asistenciales y de rehabilitación para el control del tabaquismo. Teniendo como propósito, contribuir a la cesación tabáquica como vía para lograr estilos de vida saludables, con una proyección hacia el Individuo, la familia y la comunidad.

A este servicio pueden asistir los fumadores que desean abandonar la adicción y todas las personas que requieran información u orientación sobre el tabaquismo, para prevenir la iniciación.

Alcoholismo

El 22 diciembre 1881 reporta una novedad farmacológica en el tratamiento del alcoholismo” asegura el Dr. Lutián estremecerá en el contraveneno del alcohol

Y que los individuos atacados del delirium tremens pueden volver a su estado normal de salud gracias a este alcaloide

Martí rechazaba la ingestión inmoderada de bebidas alcohólicas: Si toma el hombre demasiado alcohol, su cerebelo y las celdillas de que se compone rehúsan hacer su labor, y el hombre cae. Refiere de quien toma whisky, toma arsénico, porque con arsénico aderezan comúnmente el whisky⁴. En esta afirmación aflora el principio educativo con que asume su tarea de información científica y técnica dirigida a los pueblos de nuestra América. En 1883 acercarse a la demostración que realizaron en Londres

Denuncia el uso del opio como estupefaciente, al respecto Martí plantea lo siguiente:

Humos de hierba, y opio hediondo, que llenan el espíritu de miasmas, los ojos de miradas lodosas, las manos de temblores”⁵. La denuncia se dirige al deterioro físico y moral causado por la droga, los que no habían alcanzado aún su completo desarrollo físico, han visto su salud seriamente alterada por el hábito de fumar incesantemente cigarrillos de papel.

La educación sexual

Martí refleja su preocupación por la educación sexual de los jóvenes, proyectada en primera estancia sobre su propio hijo, al respecto planteó:” Y como un padre inicia a su hijo decorosamente en el conocimiento de la vida sexual-¿o debe dejarse al azar este asunto de que depende tal vez la vida entera, o debe ser la guía del padre indirecta, y no más?

Practica de ejercicios físicos

El gimnasio doméstico es una buena acción. Es proceso de dar casa de buenos cimientos y recias paredes a las almas atormentada, o un peligro constante de tormentas. Bien se sabe lo que dejito Lahimo

“Ha de tenerse el alma robusta en cuerpo robusto (“Mens sana in corpo sano”)

Un médico prueba que si se sabe hoy más de la manera en que se desenvuelve el germen de la vida, ignorase todo origen y naturaleza, ahora que

se llama protoplasma, como en los tiempos de Demócrito y Epicuro, reconocían una especie primitiva de materia, cuyos elementos tenían la propiedad de combinarse en diversas e infinitas formas⁹.

Valora el ejercicio físico como práctica indispensable en el mantenimiento óptimo de las capacidades físicas, analiza la utilidad del ejercicio para la salud: “La tisis siega en flor nuestros jardines: ¡cuántas menos flores nos arrebataría la tisis, que viene muchas veces de que el pulmón que busca desarrollo no cabe en el pecho apretado y endeble, si se hicieran un hábito en nuestras niñas y jóvenes los ejercicios gimnásticos!¹⁰.

Higiene del Trabajo

Las medidas de protección e higiene del trabajo en estos momentos atendidas en todas las áreas de salud por los técnicos y Licenciados en higiene y epidemiología y asesorados además por el especialista del ramo a cargo de la Salud de Trabajador

Se refiere al Taller: Esto es objeto del mayor entusiasmo martiano ya que se inserta en el problema social de la protección e higiene del trabajo de los obreros, por eso se refiere a que:” cuánto hay de nocivo a la salud y a la inteligencia en ciertos oficios, y el modo con que se puede remediarlo; cuanto es necesario tener en cuenta para evitar catástrofes en las fábricas y en las minas, y para hacer menos ingrato el trabajo en unas y otras, está representado en el Departamento destinado a “El taller” ¹¹.

“No se puede ver a un obrero de estas grandes ciudades sin sentir lástima, respeto y cariño. ¡Padecen tanto!, ¡gastan tanta fuerza!, ¡la reparan tan mal!, ¡gozan tan poco! Para comenzar no tenemos tiempo, sino apenas para anunciar cuánto hay de nocivo a la salud y a la inteligencia en ciertos oficios, y el modo en que se puede remediarlo; cuánto es necesario tenerlo en cuenta para evitar catástrofes en las fábricas y en las minas, y para hacer menos ingrato el trabajo en unos y en otras (...) cómo puede ventilarse, sacando de él el aire viciado o destruyendo sus elementos nocivos (...) cómo librarse de unos y otros daños, y cómo proteger los ojos, que tanto sufren en estas labores, y aliviar el calor excesivo”.

Higiene Escolar

En relación con la higiene escolar, también dejó escrito en el mismo artículo para el diario "La América" la siguiente frase, donde se nos revela como un profundo conocedor de los males que aquejaban a la escuela primaria en ese momento en Nueva York:

"(...) en la cual se ve cómo ha de ser esta en espacio, ventanas y muebles, para que no empobrezca con su aire viciado y con la larga sesión en bancos incómodos la naturaleza física de los niños que en la escuela se instruyen y necesitan tanto de buen aire como de buenos libros".

La higiene del medio la analiza en varios aspectos:

Esta valoración es una expresión del principio de causalidad, base del análisis epidemiológico.

1) Control sanitario de los alimentos: Martí comenta que comer bien, no es comer ricamente, sino comer cosas sanas bien condimentadas, es necesidad primera para el buen mantenimiento de la salud y que es el eslabón básico para fomentar correctos hábitos alimentarios¹².

Como puede verse, él también se adentró en el difícil camino de la nutrición humana y la higiene de los alimentos, al recomendar que no se debía comer ricamente, es decir, no se debería comer mucho, sino comer cosas sanas, y recalcó que esto constituía la primera necesidad del cuerpo y de la mente para el buen mantenimiento de la salud.

2) La adecuación de la ropa.

3) Las condiciones de la vivienda.

4) Contaminación del aire

En 1882, Martí se hallaba entonces en Ciudad de México, y allí se encontró con los problemas de la higiene de la ciudad. Identificó perfectamente la miseria, la pobreza que abatía a los pueblos de Latinoamérica y las gravísimas situaciones que tenían que enfrentar y que él veía en los miasmas mortíferos que exhalaban las capas que cubrían grandes extensiones de agua (se refería al lago de Texcoco) y en la calidad del aire, que era materialmente irrespirable, y relacionaba estos problemas con la muerte vagabunda que se enseñoreaba

"en este pueblo nuestro" (Martí consideraba al pueblo mexicano como nuestro al sentirse él parte de la gran patria latinoamericana). "¿Por qué en el centro de la ciudad (se refería a Ciudad de México), donde los aires puros no corren fácilmente, repugnan a los ojos y estorban a la respiración y se aspiran elementos dañosos en los miasmas que se desprenden de las extensiones de aguas estancadas, cubiertas por una capa verde de sustancias corrompidas? Daña tener que ocuparse con esto, como daña a la reputación del Ayuntamiento no haberse ocupado en ello ya".

5) Toxicología

6) Efectos del agua de mar

7) Los insectos

Pues bien, Martí incursionó también en este campo, con su artículo "Insectos", publicado en el periódico "La América", en New York, Estados Unidos de Norteamérica, en enero de 1884, donde dijo:

“*Sábase* que los insectos son porta epidemias. Es corriente entre los médicos la creencia de que los mosquitos y otros animalillos de su especie transmiten y diseminan las enfermedades contagiosas. Un buen médico de Georgia publica ahora hechos que estima pruebas de la agencia activa de los mosquitos e insectos semejantes en el desarrollo de la fiebre amarilla. Él aboga por que los actuales cordones sanitarios imperfectos, por entre cuyas filas y sobre cuyas zonas vuelan ahora los diminutos y poderosos agentes de la fiebre, se completen con la creación de cordones de fuego que detengan el paso a los funestos mensajeros".

No conoció Martí la teoría del Dr. Carlos J. Finlay, en 1881, y todos los trabajos investigativos realizados por este para demostrar su teoría, no lo menciona.

El Cólera

En el año 1883, preocupado por los problemas del cólera que azotaba en ese entonces al continente americano, escribió una crónica para el diario "La Nación", de Buenos Aires, Argentina, donde describió los efectos del cólera, sobre todo en la población infantil, a la vez que fustigó de nuevo al Estado, a quien hizo responsable de los grandes males que afectaban a los pueblos de América, y el deber de éste en su solución.

El problema del cólera y el drama social fueron retomados de nuevo por Martí en 1884, cuando los mencionó en los siguientes términos:

"Allí, como en los maizales jóvenes al paso de la langosta, mueren los niños pobres en centenas al paso del verano. Como los ogros a los niños de los cuentos, así el *cholera infantum* les chupa la vida; una boa no los dejará como el verano de Nueva York deja a los niños pobres, como roídos, como mondados, como vaciados y enjutos. Sus ojitos parecen cavernas, sus cráneos o cabezas calvas de hombres viejos; sus manos, manojos de hierbas secas.

" ¡y digo que este es un crimen público, y que el deber de remediar la miseria innecesaria es un deber del Estado!".

La Salud Pública como problemática social.

Martí establece la relación directa entre la morbilidad y la miseria: "En los barrios míseros trepan por las rodillas de sus madres los niñuelos enfermos, esos pobres niñuelos descarnados y exangües".¹³

"No es bueno que el ayuntamiento desdiga a los que le recuerdan su deber. Es que en los barrios pobres, en que la muerte vestida de miseria está siempre sentada en los umbrales de las casas, la muerte toma ahora una forma nueva; se exhalan miasmas mortíferas de la capa que cubre cenagosas extensiones de agua; respirase como cuando el aire pesa mucho, o cuando falta mucho aire, y este pobre pueblo nuestro, tan débil ya por su hambre, su pereza y sus vicios, sufre más con los estragos de esa muerte vagabunda, que vive errante y amenazadora en todas las pesadas ondulaciones de la atmósfera. No es que la prensa se querella por hábito o manía; es que mueren más los pobres por el descuido incomprensible del Ayuntamiento. No es esta la cuestión fácil que pueda desentender el municipio: es cuestión de vida, gravísima, inmediata, urgente".

Atención médica integral a los pueblos

El ejercicio de la medicina es la más noble de las profesiones y la más sana

La proyección de la medicina en sus múltiples facetas, desarrollo y proyección positiva.

La falta de atención médica a los pobres es un crimen público y que se debe redimir la misión médica es un deber del estado.

Ante el dolor humano se impone remendarlo con la propia acción o práctica de la medicina y con el que valora como milagro y es que a tono con su decir “aun alcanza el espíritu para andar como médico en las tribulaciones¹⁴...”

En cuanto a la responsabilidad del Estado en la solución de los problemas de salud y de miseria de nuestros pueblos, Martí representa uno de los pioneros en el continente americano que relacionaron la miseria y la pobreza con la salud y la enfermedad. En este sentido afirmó lo siguiente:

"No es bueno que el ayuntamiento desdiga a los que le recuerdan su deber. Es que en los barrios pobres, en que la muerte vestida de miseria está siempre sentada en los umbrales de las casas, la muerte toma ahora una forma nueva; se exhalan miasmas mortíferas de la capa que cubre cenagosas extensiones de agua; respirase como cuando el aire pesa mucho, o cuando falta mucho aire, y este pobre pueblo nuestro, tan débil ya por su hambre, su pereza y sus vicios, sufre más con los estragos de esa muerte vagabunda, que vive errante y amenazadora en todas las pesadas ondulaciones de la atmósfera. No es que la prensa se querella por hábito o manía; es que mueren más los pobres por el descuido incomprensible del Ayuntamiento. No es esta la cuestión fácil que pueda desentender el municipio: es cuestión de vida, gravísima, inmediata, urgente".

Este planteamiento es el antecedente de la cobertura médica total que más tarde el líder histórico de la revolución materializó.

Es evidente la importancia que emite Martí sobre la práctica de la medicina y la ubicación como líder de los profesionales de la salud, para el bien de la sociedad fue puesta de manifiesto en varias ocasiones.

“La más nobles de las profesiones, y quien sabe si la más grata, es la de enfermero”.

Dejó plasmada otras reflexiones cuando apuntó:

“El médico, sale andando con majestad como un rey primitivo que se entra por su selva. No hay mayor majestad que un rey de oficio”

En este mismo aspecto hizo referencia a la relación médico– paciente:

“La medicina pasa al médico, que ya por serlo cura, y con su sonrisa suele abatir la fiebre”

Al final de su existencia, en las últimas páginas de su extraordinaria obra escrita dejaba a todos los médicos cubanos una máxima recomendación: curar con el milagro del yodo, que quiere decir con la mejor medicina y con el cariño, la más alta expresión de la sensibilidad humana¹⁵.

Se puede resumir que José *Martí* Pérez se refirió muy bien lo importante que era precaver y evitar las enfermedades, y no actuar sobre ellas, por eso se actúa sobre el medio, sobre la persona, la familia y la comunidad¹⁶.

Martí fue un precursor del planteamiento de la responsabilidad del estado en la preocupación y en la solución de los problemas salud- enfermedad, identificando los problemas sociales como determinantes del estado de salud De la población.

Referencias bibliográficas

1. Martí J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963- 1973. T. 20. p 332.
2. Martí J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963- 1973. T. 20. p 286.
3. Delgado Correa Dr. Wilikie, ISCM Santiago d Cuba, Profesor titular, ISBN 959-01-394
4. Martí J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963- 1973. T. 20. p 218.
5. Diccionario Enciclopédico ESPASA. Undécima edición. Madrid, España: Editorial Espasa- Calpe.1989. T 4. p 3205.
6. Martí J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963-1973. T 28. p 282.
7. Martí J. Obras completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963-1973. T 23. p 391.
8. Martí J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963-1973. T 9. p 411.
9. Martí, J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963-1973. T 8. p 413.
10. Martí J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963-1973. T 8. p 438.
11. Martí J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963-1973. T 10. p 59.
12. Martí, J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963-1973. T 23. p 30.
13. Martí, J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963-1973. T 11. p 164.
14. Martí J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963-1973. T 21. p 415.
15. Martí J. Obras Completas. La Habana, Cuba: Editorial Nacional de Cuba. 1963-1973. T 19. p 220, 221, 229, 232.

16. Socarrás Sánchez Sonia, López- Chávez Martínez Graciela. Martí y los conocimientos médicos. Rev. Hum Med [Internet]. 2006 Dic [citado 2016 Nov 25]; 6(3): Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202006000300007&lng=es.

Bibliografía

1. Delgado García Gregorio. Martí y la medicina cubana. Rev. Cubana Salud Pública [Internet]. 2007 Dic [citado 2016 Nov 25]; 33(4): Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662007000400016&lng=es.
2. Martí J. Obras Completas. Editorial Nacional de Cuba. La Habana. 1963-1973, T. 21. p. 415.
3. Cuadernos de Historia Sanitaria. La Habana: Editorial Ministro de salubridad y asistencia social, 1955.
4. - López, Sánchez, J. Finlay, el hombre y la verdad científica. La Habana: Editorial Científico Técnica, 1987.
5. Diccionario Enciclopédico ESPASA, Tomo 4. Madrid: Editorial Espasa-Calpe, S.A., 1989.
6. Diccionario Terminológico de Ciencias Médicas. T.1...La Habana. Editorial Científico Técnica, 1977.
7. Hidalgo paz, I. Cronología Mínima de José Martí. Centro de estudios martianos. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1980.
8. López, Sánchez, J. Ciencia y Medicina. Historia de la Medicina. Ciudad de la Habana: Editorial Científico- Técnica, 1986.
9. J. M. Apis. Ed. de Ciencias Sociales. La Habana t 11 p 183.