



## EL PALMA DE LA JUVENTUD

REVISTA DE ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD RICARDO PALMA

Vol. 2, n.º 2, enero-diciembre, 2020, 71-84

Publicación anual. Lima, Perú

ISSN: 2789-0813 (En línea)

DOI: <https://doi.org/10.31381/epdlj.v2i2.4245>

# LA PRESENCIA DE LA MEDICINA NATURAL EUROPEA Y ASIÁTICA EN «¡A NADAR, PECES!» DE RICARDO PALMA<sup>1</sup>

The presence of European and Asian natural medicine in Ricardo Palma's «¡A nadar, peces!»

SEBASTIÁN FIDEL ZAMALLOA ASTORGA

Facultad de Medicina Humana, Universidad Ricardo Palma

Lima, Perú

Contacto: 202010215@urp.edu.pe

## RESUMEN

Este artículo toma como punto de referencia a la tradición peruana «¡A nadar, peces!», escrita por Ricardo Palma. En este trabajo se desarrollará un análisis sobre las plantas y los productos naturales con propiedades medicinales de origen europeo o asiático que son nombrados en el texto antes mencionado. Se tiene como fin definir la llegada de estos elementos al territorio nacional durante el Virreinato, las características y los diferentes usos que hacen que se califiquen como remedios naturales. Se busca también argumentar sobre la importancia del campo al cual pertenecen: la naturopatía.

**Palabras clave:** *Tradiciones peruanas*; plantas; medicina natural; naturopatía; países europeos; utilidad.

---

1 Este artículo se elaboró como parte del curso Taller de Comunicación Oral y Escrita II, asignatura dictada por la profesora Gladys Flores Heredia en el semestre 2020-II.

## ABSTRACT

This article takes the Peruvian story «¡A nadar, peces!», written by Ricardo Palma, as a point of reference. In this paper, an analysis will be made of the plants and natural products with medicinal properties of European or Asian origin that are mentioned in the mentioned text. The aim is to define the arrival of these elements to the national territory during the Viceroyalty, the characteristics and the different uses that make them qualify as natural remedies. It also seeks to argue about the importance of the field to which they belong: naturopathy.

**Key words:** *Tradiciones peruanas*; plants; natural medicine; naturopathy; European countries; utility.

Recibido: 13/11/2020 Aceptado: 15/12/2020

## INTRODUCCIÓN

Es un hecho que a través de los tantos escritos que conforman la tan reconocida obra *Tradiciones peruanas* del célebre Ricardo Palma (conocido popularmente como el Bibliotecario Mendigo), el lector puede llegar a proyectarse por los diferentes periodos de la historia peruana (ya sea el Imperio incaico, la Colonia, la Emancipación o la República); puesto que en ellos se recogen diversos relatos en los cuales se plasma el ambiente característico y los elementos propios de aquellas épocas, tales como las costumbres, los personajes típicos, las creencias, los modismos, entre otros.

Un elemento que no es excluyente al grupo antes mencionado es, sin duda, la medicina; más específicamente, y abarcando lo concerniente a la naturaleza de este artículo, la medicina natural o naturopatía, entendida como «un método curativo que utiliza múltiples medios naturales para permitir que el individuo adquiera

un nivel máximo de salud» (Pascual, Pérez, Morales, Castellanos y González, 2014, p. 1467).

«¡A nadar, peces!» es una de las tantas tradiciones en donde se puede apreciar una referencia por parte del autor hacia este concepto que «ha sido un factor indispensable que ha ayudado al hombre a combatir las enfermedades y los embates del clima desde hace muchos siglos atrás» (Balderas, 2012, p. 47).

Situándose en la Lima virreinal (a inicios del siglo XIX), durante el mandato del trigesimoséptimo virrey Gabriel Miguel de Avilés y del Fierro, se narra la historia de una propuesta que le hace un mozalbete a un seglar con el supuesto objetivo de inaugurar una botica. Para ello, el capital que tenía ahorrado el lego debía ser utilizado en la obtención de los productos con los cuales se abastecería el establecimiento. Dirigiéndose el jovenzuelo a su socio, le dijo que se debía comprar: «Un almirez, un morterito de piedra, una retorta, un alambique, un tarro de sanguijuelas, unas cuantas onzas de goma, linaza, achicoria y raíz de altea, unos frascos vistosos, vacíos los más y pocos con drogas, y pare usted de contar» (Palma, 2007, párr. 17).

De este extracto del escrito, se pueden enunciar cuatro elementos (goma arábica, linaza, achicoria y altea), los cuales comparten la característica de no ser oriundos del continente americano, y que son utilizados dentro del campo de la medicina natural. Elementos que han sido y son de gran utilidad en diversas civilizaciones del planeta debido a las propiedades medicinales que los convierten en verdaderos remedios naturales.

## LLEGADA AL TERRITORIO NACIONAL

Como se mencionó, estos elementos no pertenecen al catálogo de productos naturales propios del continente americano, sino que son oriundos de diversas zonas situadas en Europa y Asia (el lugar

de origen se detallará más adelante). Ante tal situación, ¿cómo es que en la tradición «¡A nadar, peces!» se hace mención de estos remedios como elementos que están al alcance de la población limeña de ese entonces? La respuesta la podemos encontrar en el proceso de intercambio cultural y biológico que se dio con la llegada de los españoles a tierras americanas.

Sobre este asunto, Reyna Pacheco Olvera (2009) explica que:

Durante la época colonial numerosas especies y productos americanos fueron difundidos en Europa y el resto del mundo, mientras los europeos que radicaban en el Nuevo Mundo recibían plantas y productos procedentes de sus tierras natales. Este intercambio promovió el uso y el comercio de algunas especies a nivel mundial, por lo que la demanda de los productos nativos y extranjeros en América y Europa requirió el establecimiento formal de un sistema de intercambio. De manera simultánea, España mantenía relaciones comerciales con China, por lo que promovió una ruta que comunicaba a los tres continentes sin afectar las relaciones políticas de España con otros países como Portugal (p. 593).

De esta manera se logró que la presencia de diversos productos medicinales de carácter natural (frutos, raíces, semillas, entre otros) se expandiera por los tres continentes antes mencionados; y, al cabo de un tiempo, comenzaran a producirse en territorios ajenos a su lugar de origen, al adaptarse a las nuevas condiciones climáticas. Este esparcimiento se tradujo también en una propagación del conocimiento popular acerca de las propiedades de estos elementos, incrementando, de esta forma, la popularidad y la demanda de adopción (necesidad de producirlos en el territorio nacional).

La industria farmacéutica resultó favorecida por todo este proceso, puesto que adquirió una relevancia considerable en la venta y distribución de medicamentos naturales; enfocándose principalmente en el abastecimiento de almacenes y boticas ubicadas en distintos

lugares del mundo. Situación que se ve reflejada en la tradición elegida como punto de referencia para el desarrollo de este escrito, puesto que en ella se menciona la apertura y el suministro de un establecimiento de este tipo como los prometedores objetivos principales de la asociación entre los personajes principales del texto antes enunciado.

## CARACTERÍSTICAS Y PROPIEDADES MEDICINALES

Son cuatro los productos naturales referenciados en la tradición «¡A nadar, peces!», que se detallarán en los siguientes párrafos.

En primer lugar, la goma arábica o goma de acacia (*Vachellia nilotica*). Originaria de las tierras hindúes, se trata de una exudación gomosa (la cual se seca al entrar en contacto con la luz solar o el aire) a modo de defensa ante infecciones o deshidrataciones que presentan los troncos y las ramas de algunas especies de acacias cuando ocurren situaciones como lesiones en la corteza. La estructura química de este compuesto se traduce en un complejo polisacárido ramificado conformado por una cadena recta de galactosa enlazada a bifurcaciones de arabinosa, ramnosa y ácido glucorónico. La goma arábica posee propiedades prebióticas, es decir, favorece el desarrollo de las bacterias ácido lácticas intestinales; estas bacterias, como resultado de su metabolización, producen una sustancia conocida como ácido láctico, que constituye una importante fuente de energía para el cuerpo humano. Además, diversos estudios sugieren que existe una cierta relación entre su consumo frecuente y la disminución del índice de masa corporal (IMC); por esta razón, también se le suele catalogar como un tratamiento óptimo para la obesidad. Algunas otras características medicinales de este producto son sus efectos antioxidantes y anticancerígenos, y sus funciones como protector cardiovascular al impedir la formación de placas y gastrointestinal al mejorar el tránsito intestinal (Alcocer, Paz, Garay et al., 2019).

Un producto farmacéutico que contiene a la goma arábica dentro de su composición es Mucosan (acompañado de otros compuestos como sorbitol líquido, sacarina sódica, parafina, entre otros), cuyo principio o ingrediente activo es el ambroxol hidrocloreto. Este medicamento, el cual se suele encontrar en la presentación de pastillas y jarabe, forma parte del grupo de remedios mucolíticos (nombrados así por poseer una alta capacidad de fraccionar las estructuras químicofísicas de la secreción bronquial) orientados a confrontar las complicaciones producidas por la acumulación de mucosidad en el tracto respiratorio, reduciendo la viscosidad y facilitando la expulsión de esta.

En segundo lugar, la semilla de la planta lino (nombrada científicamente como *Linum usitatissimum* y cuyo lugar de origen se delimita entre la región mediterránea de Europa y en Asia Occidental) conocida como linaza. El consumo de este producto, compuesto en un 28 % por fibra dietética y ácidos grasos como el Omega 3 (de tipo poliinsaturado, influye en la reducción de triglicéridos y el acopio de placas en las paredes arteriales) o el Omega 6 (de tipo poliinsaturado, reduce los riesgos de padecer afecciones cardiovasculares), resulta beneficioso puesto que ayuda tanto a disminuir los niveles de colesterol y de azúcar en la sangre como a mejorar el tránsito intestinal. Además, la linaza es considerada una gran fuente de nutrientes y lignanos. Se ha logrado comprobar que estos últimos componentes obstruyen la formación de tumores malignos y, por consiguiente, el desarrollo de ciertos tipos de cánceres como el cáncer de mama y de colon (Malcolmson, 2016, párrs. 4-5).

Se puede encontrar a la semilla de lino como un componente esencial del fármaco Linomed (junto con hoja de sen y corteza de frágula). Este medicamento granulado, comercializado como un producto administrado por vía oral, se suele implementar en el tratamiento de los síntomas de corta duración provocados por episodios esporádicos

de estreñimiento. El accionar de las asociaciones de los elementos constituyentes del Linomed tiene lugar en el colon; en donde, al actuar sobre las culminaciones nerviosas de los plexos intestinales, se logra estimular la motilidad gastrointestinal (la operación fisiológica encargada del llevado de los alimentos desde el estómago hasta el recto).

En tercer lugar, la achicoria (*Cichorium intybus*), una planta medicinal oriunda de la región mediterránea de Europa que posee treinta componentes antioxidantes (de los cuales sobresale el betacaroteno, debido a que desempeña un papel fundamental en el reforzamiento del sistema inmune del organismo ante el padecimiento de enfermedades graves como el cáncer o de afecciones cutáneas, y en la estimulación de la producción de glóbulos blancos) y que constituye una fuente importante de vitaminas A y B. No obstante, este producto se destaca principalmente por las propiedades beneficiosas que poseen sus raíces, compuestas mayormente por inulina, un glúcido capaz de favorecer la disminución de los niveles de azúcar en la sangre; por lo que es recomendable implementar este remedio natural dentro del tratamiento de los pacientes diabéticos (Mannise, 2019, «Beneficios de la achicoria», párr. 2).

Este producto no es ajeno dentro de la composición de productos farmacéuticos, ya que puede ser utilizado en la preparación de derivados medicinales antimicrobianos (enfocados en destruir microorganismos perjudiciales para la salud o inhibir su multiplicación y desarrollo), vasodilatadores (centrados en ensanchar los vasos sanguíneos), diuréticos (provocan un aumento en la producción de orina por parte de los riñones y, por lo tanto, en la expulsión de sodio a través de este medio), antiinflamatorios (dirigidos a contener o disminuir el proceso inflamatorio en una zona determinada del organismo), antipiréticos (encaminados a reducir la gravedad de los síntomas y la intensidad de un episodio de fiebre), entre otros.

Por último, la altea o malvavisco (nombrada científicamente como *Althaea officinalis* y oriunda de las regiones ubicadas en el sur de Europa y Asia), se trata de una planta medicinal usada desde la Edad Antigua para contrarrestar los casos de tos, bronquitis, lesiones cutáneas, gastritis, entre otros males. Resaltan como uno de sus principales componentes los mucílagos, los cuales son fibras solubles que poseen un valor terapéutico relacionado con la prevención y el tratamiento de afecciones gastrointestinales, respiratorias y cardiovasculares (además, se les suele atribuir efectos hipocolesteromiantes, hipoglucémicos y laxantes). A pesar de lo antes mencionado, su principal fortaleza curativa se encuentra en sus raíces, cuyas estructuras químicas se traducen en polisacáridos ramificados (formados por galactosa, ramnosa y ácidos glucurónico y galacturónico). Estas destacan principalmente por poseer propiedades demulcentes (cumplen una función de protección local similar a la realizada por las membranas mucosas), antiinflamatorias y antimicrobianas (Carretero y Ortega, 2017).

Se resalta al fármaco Bronchostop por integrar a la raíz de altea como uno de sus principios o ingredientes activos (acompañado del tomillo, una hierba medicinal que actúa como expectorante, antiséptico y mucolítico). Este producto —cuyos otros componentes son el sorbitol líquido, la maltodextrina, la sacarina sódica, el maltitol, entre otros elementos— está dirigido a tratar la tos productiva (se da la expulsión de mucosidad) o seca (no se presenta expulsión de secreciones mucosas) relacionada con el padecimiento de un resfriado, disminuyendo la irritación de la garganta.

## IMPORTANCIA DE LA NATUROPATÍA

Como se ha enunciado en las líneas anteriores, este grupo de productos naturales posee ciertas características o propiedades médicas con las cuales se pueden prevenir y tratar una gran cantidad de



afecciones. Este perfil de utilidad se le puede atribuir a todos los elementos pertenecientes al campo de la medicina natural o naturopatía, la cual ha empezado a relacionarse y funcionar como un complemento de la medicina científica. No obstante, aún existen ciertas discrepancias entre este ámbito (al cual se puede integrar dentro de la medicina tradicional) y la medicina convencional (aceptada oficialmente dentro del sistema de salud).

Para muchos, ambas son prácticas aparentemente irreconciliables que se encuentran en las antípodas del ejercicio médico. Además de esa supuesta dicotomía o contradicción, se desenvuelven en una convivencia carente de horizontalidad y de respeto entre ellas. Se deja de lado y se menosprecia el valor de la práctica de la medicina tradicional por la naturaleza empírica que la caracteriza o por la dimensión mágico-religiosa en la que está parcialmente basada. El escepticismo deviene muchas veces en el desprecio y la marginación de estas prácticas (Pereyra-Elías y Fuentes, 2012, p. 62).

De esta forma es que se manifiesta el conflicto entre ambos bandos. Cabe resaltar que la desacreditación y marginación provienen de un carácter mayormente unilateral (por parte de diversos especialistas de la medicina convencional). Se promulga como principal enunciado o razón por la cual se busca vilipendiar a la naturopatía (y la medicina tradicional en general) a la existencia, en primeras instancias, de una fundamentación inadecuada de sus principios, puesto que se basan exclusivamente en las experiencias y la observación práctica divulgada de generación en generación para sustentar los procedimientos, diagnósticos y tratamientos a implementar. El pensar de Timothy Caulfield evidencia la posición que algunos tienen con respecto a la naturopatía:

Timothy Caulfield, un profesor de legislación de salud en la Universidad de Alberta en Edmonton, Canadá, y por mucho tiempo

un escéptico de la medicina alternativa, dice que comprende la razón por la que la medicina naturopática atrae a algunos consumidores: los médicos naturopáticos son serviciales y los planes de tratamiento son personalizados.

El problema, dice Caulfield, es que muchos de sus tratamientos no tienen base en evidencias. «Fui con un naturópata, y fue una experiencia totalmente placentera», dice. «Pero salí con \$250 en soluciones homeopáticas y suplementos de hierbas que son totalmente inútiles» (Interlandi, 2018, párrs. 15-16).

Ante este punto de vista, se puede enunciar una serie de disconformidades con lo mencionado en la cita anterior. Al referirse a la naturopatía como un método alternativo para la atención de la salud carente totalmente de toda validación científica, se estarán atribuyendo características erróneas a la forma de atención médica más antigua de la que se tiene registro; puesto que el uso de la herbolaria nativa en el cuidado de la salud del hombre se sitúa hasta los tiempos más remotos de la humanidad como una especie avanzada (conocimientos que se irían transmitiendo y complementando a lo largo de los diferentes periodos y civilizaciones). Esto debido a que, durante los últimos años, la medicina convencional y la naturopatía han logrado establecer una especie de «diálogo intersectorial»; ello se refleja en la implementación de elementos de origen natural dentro de la composición de diversos productos farmacéuticos (como los ejemplos mencionados para cada uno de los productos desarrollados en el subtítulo anterior) y en la formulación de documentos e investigaciones (denotadas del carácter de la medicina científica) orientadas a demostrar la utilidad de múltiples plantas y compuestos orgánicos dentro del tratamiento de enfermedades. Esta última manifestación muestra una valorización adecuada de los métodos pertenecientes a la medicina natural y sus diferentes ramas; esto a consecuencia de que:

La mayoría de todas estas prácticas, tal y como ocurre con innumerables expresiones de la medicina regularmente empleada, merecen ser valoradas y estudiadas críticamente, especialmente cuando pueden tener un impacto sustantivo sobre la salud pública. Llegado el caso, recibirán el aval que corresponda, o serán rechazadas, según proceda, por parte de los órganos reguladores. Tales conclusiones, de uno u otro signo, raramente serán sin embargo inamovibles (Rojas, Silva, Sansó y Alonso, 2013, p. 108).

La prevalencia de esta relación entre ambos sistemas médicos, en donde se evidencia el respeto mutuo y el desarrollo bilateral, resulta de gran relevancia, pues facilita considerablemente el modelo de atención de salud en forma general. Esto se debe a que, gracias a esta correspondencia, se lleva a cabo el establecimiento de puntos de concordancia o encuentro que puedan derivar en mejorar los niveles de bienestar para la población mundial. Esto no es de sorprender puesto que tanto la medicina natural como la convencional comparten una naturaleza equivalente dentro de sus enfoques y propósitos esenciales, los cuales contribuyen a la sociedad, sin la existencia de un afán de lucro o de intereses individuales.

## CONCLUSIÓN

En síntesis, se ha dado un breve análisis sobre el intercambio cultural y biológico entre continentes, que permitió la llegada de este tipo de productos medicinales ajenos al territorio nacional; el nombramiento de las principales características y propiedades medicinales de los productos mencionados en la tradición «¡A nadar, peces!»; y una argumentación sobre la importancia y relevancia del campo al cual pertenecen dichos productos, la naturopatía.

Los diferentes beneficios que poseen los elementos desarrollados con anterioridad (tales como las propiedades prebióticas de la goma arábiga, el suministro de lignanos por parte de la linaza, los múltiples

derivados farmacéuticos de la achicoria o la capacidad demulcente de las raíces de altea) nos adentran en una dimensión diferente a la medicina convencional; una que ha sido utilizada a lo largo de la historia de la humanidad, la medicina natural. Un concepto que no es ajeno a los relatos recogidos por Ricardo Palma y plasmados dentro de su magnífica obra *Tradiciones peruanas*, puesto que el texto elegido para el desarrollo de este artículo es solo un ejemplo de los múltiples escritos en donde: «Se hace mención relativamente copiosa de hierbas medicinales o de tratamientos a base de raíces y sus aplicaciones» (Rey, 2017, p. 469).

La enorme participación que tiene este campo dentro de la medicina convencional nos evidencia que sí es posible e incluso recomendable recurrir a ciertos productos de origen natural para el tratamiento de las diferentes afecciones que amenazan el bienestar cotidiano.

## REFERENCIAS

- Alcocer, J. C., Paz, N. F., Cruz, V. E., Garay, P. A., Goncalvez de Oliveira, E., Villalva, F. J., Curti, C. A., Rivas, M. A. y Ramón, A. N. (2019). Goma arábica, un ingrediente funcional para la formulación de productos saludables. *Revista de la Facultad de Ciencias de la Salud*, 2(10), [1-8]. <http://portalderevistas.unsa.edu.ar/ojs/index.php/RCSA/article/viewFile/900/870>
- Balderas, N. (2012). La herbolaria en la Nueva España y su empleo en la botica del Colegio de Vizcaínas 1775-1780. *Multidisciplina*, (11), 47-59. <http://revistas.unam.mx/index.php/multidisciplina/article/viewFile/34262/31245>
- Carretero, M. E. y Ortega, T. (2017). Plantas medicinales antitusivas: altea, malta silvestre. *Panorama Actual del Medicamento*, 41(406), 806-809.

- Interlandi, J. (2018, 13 de febrero). Cómo pueden dañarte los doctores que practican medicina «natural». *Consumer Reports*. <https://www.consumerreports.org/es/salud/como-pueden-danarte-los-doctores-que-practican-medicina--natural/>
- Malcolmson, L. (2016). La linaza-antiguo grano rico en beneficios para la salud y la cocina. *Healthyflax.org*. [https://healthyflax.org/quadrant/media/files/pdf/FLAX\\_TECHNICAL\\_SHEET\\_Malcolmson\\_Final\\_SP.pdf](https://healthyflax.org/quadrant/media/files/pdf/FLAX_TECHNICAL_SHEET_Malcolmson_Final_SP.pdf)
- Mannise, R. (2019, 7 de febrero). Achicoria, qué es, usos, beneficios y contraindicaciones. *Ecocosas*. <https://ecocosas.com/plantas-medicinales/achicoria/>
- Pacheco, R. M. (2009). El intercambio de plantas en la Nao de China y su impacto en México. En Long, J. y Attolini, A. (coords.), *Caminos y mercados de México* (pp. 593-608). <http://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/caminosymercados/cm029.pdf>
- Palma, R. (2007). ¡A nadar, peces! En *Tradiciones peruanas. Tercera serie*. [http://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/tradiciones-peruanas-tercera-serie--0/html/01559788-82b2-11df-acc7-002185ce6064\\_15.html#I\\_62\\_](http://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/tradiciones-peruanas-tercera-serie--0/html/01559788-82b2-11df-acc7-002185ce6064_15.html#I_62_)
- Pascual, D., Pérez, Y. E., Morales, I., Castellanos, I. y González, E. (2014). Algunas consideraciones sobre el surgimiento y la evolución de la medicina natural y tradicional. *Medisan*, 18(10), 1467-1474. <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v18n10/san191810.pdf>
- Pereyra-Elías, R. y Fuentes, D. (2012). Medicina tradicional versus medicina científica. ¿En verdad somos tan diferentes en lo esencial? [Carta al editor]. *Acta Médica Peruana*, 29(2), 62-63. <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v29n2/a02v29n2.pdf>

Rey, A. (2017). *Médicos y medicina en la obra de Ricardo Palma* [Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. <https://eprints.ucm.es/44738/>

Rojas, F., Silva, L., Sansó, F. y Alonso, P. (2013). El debate sobre la medicina natural y tradicional y sus implicaciones para la salud pública. *Revista Cubana de Salud Pública*, 39(1), 107-123. <http://scielo.sld.cu/pdf/rcsp/v39n1/spu10113.pdf>