

# Lo físico y lo moral en la cura balnearia

Diego GRACIA GUILLEN \*

## RESUMEN

Se consideran las diferencias que a lo largo de la historia se han establecido en el concepto de enfermedad y de cura balnearia, resaltando la relación de los antiguos lugares de cura con el agua, agente purificador. También se hace referencia a la importancia de la regulación armónica de los diversos factores actuantes sobre el organismo humano, en el mantenimiento y en la recuperación de la salud, así como que precisamente los balnearios se pueden considerar lugares de reequilibrio, en los que las aguas junto a otros múltiples factores ambientales, costumbres y condiciones morales, son concurrentes en la creación de un microsistema sanitario y cultural. Finalmente, la acción psicoterápica reviste alta significación en la cura balnearia, aunque sólo sea de apoyo.

## RÉSUMÉ

On considère les différences qui tout au long de l'histoire on a remarqué, sur le concept de maladie et le concept de cure thermale, tout en soulignant la relation des anciens lieux des cures, avec l'eau comme agent purificateur. On met en relief également, l'action régulatrice ou harmonieuse sur l'organisme humain, dans la prevention et récupération de la santé, des différents facteurs agissants dans la station thermale qu'on été appelées «lieu de rééquilibré» où les eaux minérales, avec d'autres facteurs, hygiène, etc., collaborent à la création d'un microsystème sanitaire et culturel. Finalement, l'action psychothérapique d'appui au malade, prend sa plus haute signification parmi l'ensemble des facteurs de la cure thermale.

## SUMMARY

The author considers the differences between concepts of disease and Spa cure standing out the relationship between the old places of cure and water as a purifying agent. He makes also a reference to the importance of the harmonic

regulation of the different factors acting on the human body, on the maintenance and recovery of health, considering the Spas as «balance places» where water together with many other environment factors, habits and moral conditions, create a sanitary and cultural microsystem. Finally, the psychotherapeutic action takes on a high meaning in the spa therapy, though only as a support of it.

---

## INTRODUCCION

A lo largo de toda la historia de la medicina occidental ha sido frecuente diferenciar las enfermedades en dos grupos de características antagónicas, el grupo de las dolencias crónicas y el de las enfermedades agudas. Hoy solemos dar a esta distinción un mero carácter cronológico, de modo que por enfermedades agudas entendemos aquellas que son de aparición brusca y curso breve, en tanto que las crónicas suelen caracterizarse por su instauración lenta y curso prolongado. A esto es a lo que ha quedado reducida una distinción que durante muchos siglos dividía en dos ámbitos completamente distintos la patología humana. Los médicos antiguos pensaron siempre que las enfermedades crónicas tienen una etiología específica, caracterizada por ser «moral», es decir, por estar relacionada con un desarreglo de las costumbres. No en vano costumbre se dice en latín *mos*. La causa de las enfermedades crónicas es por ello directamente comprensible. Cuando el hombre no usa adecuadamente de su cuerpo, cuando abusa de él una y otra vez, poco a poco va dejándose poseer por hábitos de vida viciosos (alimentarios, laborales, sexuales, etc.), que acaban arruinándolo. Como antítesis de la virtud que es, el vicio provoca desarreglos corpóreos, enfermedades, del mismo modo que los hábitos ordenados o virtuosos de vida promocionan la salud y previenen la enfermedad. De lo que se deduce otra característica fundamental de las enfermedades

---

\* Catedrático de Historia de la Medicina. Universidad Complutense. Madrid.

crónicas: tienen por autor al hombre y son el producto de la voluntad humana. Lo contrario sucede con las agudas. Estas se caracterizan por sobrevenir de modo fulminante, inesperado, y ser de una violencia extrema. Ante ellas el hombre se encuentra desarmado, no sólo porque pone en inmediato peligro su vida, sino sobre todo porque se ve incapaz de hallar su causa o justificación. ¿Por qué se sufren las enfermedades agudas? La respuesta del hombre antiguo no pudo ser más que una: porque así lo quieren los dioses artesanos de la naturaleza, es decir, los demiurgos. Las enfermedades crónicas tienen una explicación «moral»; las agudas la tienen «religiosa».

Esta distinción es importante para entender la evolución histórica de los balnearios, instituciones que comenzaron teniendo un carácter religioso para luego asumir otro resueltamente moral. Veamos en qué sentido.

## I. SOBRE LA HISTORIA DE LA CURA BALNEARIA

La historia de las religiones confirma de modo unánime que tanto la manifestación de Dios a los hombres como el culto de éstos hacia El se realiza siempre de acuerdo con las categorías de «dónde», «cuándo», «cómo» y «quién». Así por ejemplo, la gran teofanía de la religión hebrea acontece, según nos cuenta el libro del **Exodo**, en un lugar concreto, el monte Sinaí, en un momento determinado, «el tercer día, al rayar el alba», bajo forma de tempestad, y a un personaje específico, Moisés. Los israelitas, por su parte, también debían adorar a Yahwé en un lugar concreto, el santuario, de un modo muy preciso, ofreciéndole sacrificios, en momentos determinados del día, por la mañana y entre dos luces (cf. Ex. 29,39), y realizados por los sacerdotes, es decir, por Aarón y sus hijos.

Pensemos ahora en el caso concreto de la enfermedad. Bien porque ésta tenga un carácter agudo y de algún modo sobrenatural, bien porque aun siendo crónica se halle en su estado final y amenace seriamente la vida de los hombres, la enfermedad se ha puesto durante muchísimos siglos en relación directa con el orden de lo demoníaco y lo divino. De ahí que haya sido ocupación típica de sacerdotes, y que a ella se dedicaran templos o lugares especiales, como Epidauro o la Isla Tiberina, y hasta divinidades específicas, como Asclepio, Higiá y Panacea. No debe olvidarse, por otra parte, que **therapeía** es término que originariamente tuvo un sentido religioso, el de servicio divino en el templo, de donde luego pasó a tener el

de servicio o cuidado de una casa o un señor, y finalmente el de cuidado técnico o médico, es decir, el de curación. También es importante resaltar el hecho de que muchos de estos lugares salutíferos estaban estrechamente relacionados con el agua, bien porque se hallaran situados en medio de un río, como era el caso de la Isla Tiberina, bien porque sus aguas se consideraban terapéuticas o beneficiosas. No debe olvidarse que el sentido primitivo del término **phármakon** es el de purificador y purgante, de donde llegó luego a significar medicina. La terapéutica en general, y la farmacología en particular, están íntimamente relacionadas con el agua. De ahí la importancia de fuentes termales y curas de agua en la historia de la humanidad.

Al llegar aquí puede que el lector esté haciendo en silencio la siguiente reflexión: es verdad que las curas balnearias tienen su origen en estas tradiciones religiosas, pero hoy no creemos que las enfermedades estén producidas por espíritus malignos, ni que puedan ser curadas inmediata o directamente por baños lustrales. No parece, pues, que lo dicho tenga nada que ver con el presente de la balneoterapia. Y ello es cierto. Pero sucede que las creaciones humanas nunca se entienden debidamente más que analizando su génesis histórica, razón por la cual no podemos comprender lo que después han sido los balnearios y lo que hoy siguen siendo, si no tenemos en cuenta esos orígenes.

Hace muchos siglos que los hombres de la cultura occidental nos hemos puesto de acuerdo en afirmar que todas las enfermedades son igualmente divinas e igualmente humanas. Ya no puede seguirse diferenciando una patología aguda y «religiosa» de otra crónica y «moral». Tan tempranamente como en el siglo V a.C. cierto médico hipocrático escribió un tratado para demostrar que una enfermedad caracterizada por cursar con crisis muy agudas, la epilepsia, no era más sagrada que todas las demás. El objetivo del tratado **Sobre la enfermedad sagrada** es demostrar que no hay enfermedades propiamente sagradas, que todas tienen por causa el desequilibrio de las fuerzas de la naturaleza. He aquí cómo comienza el citado librito:

Acerca de la enfermedad que llaman sagrada sucede lo siguiente. En nada me parece que sea algo más divino ni más sagrado que las otras, sino que tiene su naturaleza propia, como las demás enfermedades, y de ahí se origina.

Así comienza ese tratado hipocrático, que en el capítulo quinto añade:

La enfermedad ésta en nada me parece que sea más divina que las demás, sino que tiene su naturaleza como las otras enfermedades, y de ahí se origina cada una. Y en cuanto a su fundamento y causa natural, resulta ella divina por lo mismo por lo que lo son todas las demás. Y es curable, no menos que las otras, con tal que no esté ya fortalecida por su larga duración hasta el punto de ser más fuerte que los remedios que se le aplican.

De este modo, el autor hipocrático unifica todas las enfermedades, haciéndolas humanas y curables. En consecuencia, el ámbito de las enfermedades «por necesidad forzosa» (**kath'anán-ken**) o «religiosas» va poco a poco reduciéndose, en favor de las enfermedades «por azar» (**kata tykhen**) o «morales». Las enfermedades divinas ceden el paso a las enfermedades humanas.

Cabe preguntarse qué son estas enfermedades que denominamos morales o humanas. El griego hipocrático, y tras él toda la medicina occidental, dio de ellas una definición enormemente clara: son dolencias que surgen por alteración del recto orden de la naturaleza. La salud es orden y la enfermedad, desorden. Uno y otro dependen de la regulación de seis cosas, que en la medicina antigua se denominaron las **sex res non naturales**. Helas aquí:

Aer	Aires, aguas y lugares
Cibus et potus	Comida y bebida
Motus et quies	Movimiento y reposo
Somnus et vigilia	Sueño y vigilia
Excreta et secreta	Excreciones y secreciones
Affectus animi	Vida psíquica

Todo esto tiene que ver con la salud, la enfermedad y la curación: los aires, las aguas, los lugares, la comida, la bebida, el movimiento, el reposo, el sueño y la vigilia, las excreciones y secreciones y, en fin, los afectos del ánimo. La verdadera terapéutica consiste en la regulación armónica y conjunta de todas estas cosas; entonces, en efecto, es cuando se unen «cuidado» (**care**) y «curación» (**cure**). Esto sólo se consigue en lugares muy propicios, en comunidades aisladas donde puede establecerse una especie de constitución o **regula vitae** especialmente higiénica. Este sería el caso de los balnearios. Sea lo que fuere de las propiedades curativas de las aguas, de lo que no hay duda es de que el balneario es un medio especialmente propicio para el reequilibrio de la vida corpórea mediante el cuidado de las **sex res non naturales**. Intentaré mostrarlo analizando primero la higiene y terapéutica hídricas y después los demás factores que intervienen en la balneoterapia.

## II. LOS FACTORES FISICOS DE LA TERAPEUTICA POR LAS AGUAS

Los médicos han tenido conciencia muy temprana de la importancia higiénica y terapéutica de las aguas. Debemos a un autor hipocrático un precioso tratadito titulado **Sobre los aires, las aguas y los lugares**. Es uno de los primeros y más clarividentes textos ecológicos de la historia de la Humanidad. Sus primeras líneas dicen así:

Quien quiera estudiar perfectamente la ciencia médica debe hacer lo siguiente: en primer lugar, ocuparse de los efectos que puede ocasionar cada una de las estaciones del año, pues no se parecen en nada mutuamente, sino que difieren mucho no sólo entre sí, sino también en sus cambios. Después, ha de conocer los vientos, calientes y fríos, especialmente los que son comunes a todos los hombres, y, además, los típicos de cada país. También debe ocuparse de las propiedades de las aguas, pues, tal como difieren en la boca y por su peso, así también es muy distinta la propiedad de cada una.

Y continúa el autor hipocrático:

Así, cuando se llega a una ciudad desconocida, es preciso preocuparse por su posición: cómo está situada con respecto a los vientos y a la salida del sol. Pues no tiene las mismas propiedades la que mira al Norte que la que da al Sur, ni la orientada hacia el sol saliente, que la que mira a Poniente. Hay que ocuparse de eso de la mejor manera, y, además, de qué aguas disponen los habitantes: si consumen aguas pantanosas y blandas, o duras y procedentes de lugares elevados y rocosos, o saladas y crudas.

Para nuestro autor, quien conozca todas estas cosas nunca estará confuso en el tratamiento de las enfermedades ni cometerá errores, ya que la enfermedad es una ruptura de la adaptación o el equilibrio entre el cuerpo y su medio. Según sean los aires, las aguas y los lugares, así será el cuerpo de sus habitantes, y naturalmente también sus enfermedades. Las ciudades que están expuestas a vientos calientes y se hallan al abrigo de los que vienen del Norte, suelen tener aguas abundantes y a flor de tierra, algo saladas, calientes en verano y frías en invierno. Sus habitantes son por lo general de constitución débil, poco comedores y bebedores. Esto les hace propensos a ciertas enfermedades, como la esterilidad y los abortos espontáneos en las mujeres, espasmos y epilepsia en los

niños, y en los hombres disenterías, diarreas, escalofríos y fiebres crónicas. En cambio no suelen padecer pleuritis, perineumonías, causiones ni ciertas enfermedades agudas.

Lo contrario acontece en las ciudades expuestas a los vientos fríos del Norte y al amparo de los cálidos procedentes del Sur. Sus aguas suelen ser frías, duras y dulces, y sus habitantes vigorosos y flacos, más biliosos que flemáticos. En ellos predominan las enfermedades agudas, como pleuritis y empiemas. Buenos comedores y poco bebedores, tienen un carácter más salvaje que apacible, y gozan por lo general de larga vida.

Ocioso resulta decir que para el autor del tratado hipocrático las ciudades mejor orientadas son las que abiertas a Oriente. Su descripción dice así:

Las que están orientadas hacia la salida del sol son, como es natural, más sanas que las que miran hacia el Norte y que las orientadas hacia los vientos calientes, aunque sólo haya un estadio de separación entre ellas. Pues, en primer lugar, el calor y el frío son más moderados, y, además, todas las aguas orientadas hacia la salida del sol son, por fuerza, claras, de olor agradable y blandas. No se produce niebla en esta ciudad, pues lo impide el sol, cuando se levanta y resplandece... Los habitantes, por su aspecto, gozan de buen color y vigor, más que en cualquier otro sitio, si no lo impide alguna enfermedad. Tienen la voz clara y son mejores en actitud e inteligencia que los orientados hacia el Norte, del mismo modo que son también mejores los demás seres que nacen en este lugar. La ciudad así orientada se parece muchísimo a la primavera por la moderación del calor y del frío. Las enfermedades son menos numerosas y más flojas y se parecen a las que sobrevienen en las ciudades orientadas hacia los vientos calientes. Las mujeres son allí muy fecundas y dan a luz con facilidad.

**Ex Oriente lux**, decía un viejo adagio latino. Del Oriente viene la luz, la vida y también la salud. Los cuatro puntos cardinales se corresponden con las cuatro estaciones del año, de tal modo que las ciudades abiertas al Norte son como el invierno, las del Sur emulan el verano, las del Oeste el otoño y las que miran al Este viven en casi perpetua primavera. También esto tiene que ver con las partes de que consta el día, razón por la cual las primeras viven como en la noche, las segundas en el mediodía, las terceras en la tarde y las cuartas en la mañana.

Pues bien, tras exponer la ecología de los distintos tipos de asentamientos humanos, el autor hipocrático dedica unas páginas al estudio más pormenorizado de las aguas. Quiere explicar, dice, cuáles son malsanas y cuáles otras saludables, así como los males y bienes que naturalmente producen, pues éstas, las aguas, «contribuyen muchísimo a la salud».

Aguas malsanas son, en principio, todas las «quietas, pantanosas y estancadas». El autor las considera «mortales en grado sumo», y por eso añade: «pienso que las aguas de ese tipo son malas para todo uso». La razón es la siguiente:

En verano, se dan (por su causa) muchas disenterías, diarreas y fiebres cuartanas de larga duración. Esas enfermedades, al prolongarse, hacen caer en hidropesía a las personas de tal constitución y acaban con su vida.

El polo opuesto de las aguas superficiales y estancadas lo ocupan las corrientes que proceden de un manantial. En orden a su ingestión, estas aguas pueden dividirse en dos grupos, el de las duras y el de las blandas:

Aquellas cuyas fuentes salen de rocas —que por fuerza han de ser duras—, o de la tierra, donde hay aguas termales o se obtiene hierro, cobre, plata, oro, azufre, alumbre, asfalto o nitro. Efectivamente, todos éstos se forman a causa de la fuerza del calor. Por tanto, de una tierra de tal tipo no es posible que se produzcan aguas buenas, sino duras, ardientes, difíciles de eliminar por la orina y contrarias a la evacuación del vientre. Las mejores son las que manan de lugares elevados y de colinas de tierra, pues son dulces, transparentes y aptas para mezclarse con un poco de vino. Durante el invierno resultan calientes, y, en verano, frescas. Son así cuando proceden de fuentes muy profundas.

Cuando estos manantiales, además, brotan en dirección a la salida del sol, entonces la calidad de las aguas es óptima. Lo cual no quiere decir que las otras, las saladas, crudas y duras no tengan utilidad. Como dice nuestro autor, «ninguna es buena para beber, pero hay algunas constituciones y enfermedades a las que resulta conveniente el beber tales aguas». La regla general es que las aguas que son buenas para cocer y muy disolventes, sueltan el vientre y lo relajan, en tanto que las crudas y duras, en modo alguno buenas para cocer, contraen el vientre y producen estreñimiento.

Me he detenido en el examen del escrito hipocrático **Sobre los aires, las aguas y los lugares**.

res, porque creo que él explica mejor que cualquier otro la importancia que el médico ha concedido desde los orígenes de la medicina occidental al agua en la promoción de la salud y la remoción de la enfermedad. Si analizáramos textos posteriores, veríamos cómo poco a poco empiezan a diferenciarse tres grandes capítulos en el estudio médico de las aguas:

1. El agua como bebida.
2. Los baños.
3. Las fuentes termales.

Cada uno de ellos requeriría un tratamiento especial. No es nuestro tema. El único objetivo de este epígrafe era demostrar cómo la medicina occidental ha considerado, desde sus orígenes hipocráticos, que el agua tiene unas «propiedades físicas» que la hacen buena o mala, mejor o peor, apta para unas constituciones y perjudicial para otras. El agua, en fin, es un elemento higiénico y terapéutico de la máxima importancia.

### III. LOS CARACTERES MORALES DE LA CURA BALNEARIA

Sospecho que el lector puede estar un poco sorprendido por el título de este epígrafe. Por ello requiere una mínima explicación. Y para darla hay que acudir, como siempre, a nuestras raíces históricas, es decir, a Grecia. Los griegos nos enseñaron a diferenciar con toda nitidez lo que es **physis**, naturaleza, de lo que es **nómos**, costumbre. Costumbre se dice en latín **mos**, de donde viene nuestro término moral. A todo lo largo de la historia de nuestra cultura se ha diferenciado con gran precisión lo moral de lo físico, es decir, lo adquirido de lo innato. Un gran cronista americano, el padre José de Acosta, sorprendido ante el espectáculo americano, escribió un interesantísimo libro titulado **Historia natural y moral de Indias**. También los médicos usamos continuamente de esta dicotomía. Al principio de este artículo analizábamos la distinción entre las enfermedades agudas y las crónicas; y decíamos que las primeras parecen tener por causa algo así como una necesidad forzosa de la naturaleza, por tanto algo natural, en tanto que las segundas son estrictamente morales.

Pues bien, en la terapéutica por las aguas no sólo hay que tener en cuenta su acción física sino también las costumbres o condiciones morales de quien la recibe. Yo pienso que para designar lo primero el término técnicamente más apropiado es el de «hidroterapia», en tanto que para las segundas sirve mejor la expresión «cura balnearia». Balneario, como es bien sa-

bido, viene del latín **balneum** y significa baño. Los baños públicos romanos eran verdaderos centros de cultura. Junto a los baños se efectuaban competiciones gimnásticas y se hablaba de cultura. No era infrecuente que en el mismo edificio de los baños hubiera una biblioteca pública, a fin de que los ciudadanos cultivaran no sólo el cuerpo sino también su espíritu. Los baños, en consecuencia, eran más centros culturales o morales que puramente naturales o físicos.

Algo semejante cabe decir de la cura balnearia. Además de los efectos físicos producidos por sus aguas, la acción de los baños es atribuible a los efectos morales del medio en que se toman. El balneario es un microsistema cultural y sanitario. Es el lugar ideal para establecer un régimen de vida sano e higiénico. La expresión «régimen de vida» traduce otra latina que dio lugar a un profuso género literario en la medicina antigua, la de **regimen sanitatis**. La función prioritaria del médico es regular la vida de las personas a fin de promocionar la salud y evitar la enfermedad. Es curioso que la palabra «régimen» se utilice en nuestros idiomas en dos contextos que en un principio parecen completamente distintos, el sanitario y el político. Hablamos de regímenes alimenticios y de regímenes políticos. Y es que ambos tienen una raíz común. Régimen significa regla, orden. Platón y Aristóteles no se cansaron de repetir que la **pólis** ha de ser un lugar bien ordenado. Y lo mismo debe decirse del cuerpo. Pero sucede que el cuerpo no puede guardar un régimen adecuado en un medio desordenado, insano o nosógeno. Esto es lo que desdichadamente sucede con mucha frecuencia en nuestras ciudades, en los medios sociales en los que normalmente tenemos que desarrollar nuestra vida. Y entonces cobran toda su importancia esos microsistemas sociales, esas pequeñas **póleis** en las que la vida puede regularse de modo correcto e higiénico. Es cosa sabida que tal fue el origen de los monasterios medievales. Cada orden religiosa tiene una **regula vitae**, cuyo objeto es ordenar la vida del cuerpo y la del alma. Por eso todas las reglas monásticas medievales son una mezcla de consejos médicos y ascéticos. Los monasterios pretendían ser microsistemas sociales segregados del medio y organizados conforme a criterios médicos y espirituales. De ahí que pronto se convirtieran en grandes centros de cultura, no sólo espiritual sino también médica.

Hay otros modos más modernos de evitar la presión nosógena del medio en que uno ha de realizar su vida y su trabajo y recuperar, aunque sólo sea por breve tiempo, un cierto equilibrio. Tal es la función de todos los lugares de huida, descanso y esparcimiento: segundas residencias,

hoteles, cruceros de turismo, playas, lugares de vacaciones, etc. Como símbolo de todos estos lugares alternativos podríamos considerar el hotel. También en él hay una cierta **regula vitae**, aunque sin duda muy distinta a la del monasterio medieval. No sería ilógico considerar al monasterio y al hotel como los dos extremos, el antiguo y el moderno, de los microsistemas sociales de excepción. Entre ellos, ocupando un lugar de algún modo intermedio, está el balneario. Es un tópico decir que los balnearios son mitad monasterios y mitad hoteles. En el rigor de los términos no son ninguna de esas cosas, ya que no pretenden regular la vida con criterios puramente religiosos o estrictamente recreativos, sino desde normas sanitarias o higiénicas. Los balnearios son o pueden ser los lugares ideales de regulación de la vida sanitaria de las personas. En ellos es posible atender al catálogo completo de las **sex res non naturales**, y por tanto ordenar la dieta (**cibus et potus**), el ejercicio (**motus et quies**), el descanso (**somnus et vigilia**), la vida sexual (**excreta et secreta**) y los afectos del ánimo (**affectus animi**). Esto quiere decir, naturalmente, que un balneario completo puede y debe llegar a ser un centro muy activo de cultura sanitaria, en que se coordine la acción de dietólogos, fisioterapeutas, psicoterapeutas y hasta sexólogos.

No quisiera finalizar sin referirme brevemente al tema de la psicoterapia. Nadie duda del efecto enormemente saludable que para el psiquismo humano con conflictos suelen tener los cambios de lugar y de compañías. Los viajes estimulan siempre algunas de las cualidades más elevadas del ser humano: le obligan a explorar, a innovar, a romper amarras con lo cotidiano y a ponerse en tensión creativa. Por eso también estimulan la autoposición y el dominio de los hombres, haciéndoles más autónomos, adultos y maduros. Todo viaje es una gran cura psicoterápica, y el viaje a un balneario también. Por otra parte, el cambio de relaciones sociales a que obliga la integración en un grupo humano nuevo y distinto libera de muchos conflictos y abre nuevas posibilidades de vida. Es otro de los motivos por los cuales la vida en el balneario tiene de por sí un cierto efecto psicoterápico. Pero junto a los dos citados cabría quizá añadir otros nuevos. La psicoterapia es hoy una ciencia y una práctica perfectamente establecidas. No es preciso pensar en la estricta técnica psicoanalítica. Hay psicoterapias de apoyo, que pueden, deben y tienen que ser manejadas por el médico general, y por supuesto también por el médico de baños. Pienso, por ejemplo, en técnicas

como las puestas a punto por Michael Balint. El balneario es probablemente un lugar ideal para la práctica de los denominados «grupos Balint». Ellos son de una enorme importancia en los procesos crónicos, que son precisamente los tributarios de la cura de baños. El paciente crónico ha de aprender a convivir con su enfermedad, tiene que adaptarse a ella, y esto requiere de una «educación». En el caso de los pacientes crónicos tan importante o más que la terapéutica es la educación en el nuevo modo de vida que les espera. Nadie puede vivir sin ningún grado de gratificación, y al enfermo crónico es preciso ayudarle en el descubrimiento de las gratificaciones parciales que para él aún puede tener la vida.

## CONCLUSION

No quiero concluir sin retornar al punto en que comencé. Toda acción terapéutica, dije entonces, tiene desde la más remota antigüedad unas categorías fijas, que son las del dónde, cuándo, cómo y quién. El chamán siberiano, el levita judío y el sacerdote egipcio actuaban conforme a ellas. Después vino la medicina científico-natural, y parece como si todas esas categorías resultaran ya inútiles, sustituidas por la nueva categoría del porqué. Los fármacos curan porque tienen ciertas estructuras químicas perfectamente identificables en el laboratorio. Todo lo demás parece pura fantasía. Sí, pero la fantasía es una de las cualidades más elevadas de los seres humanos, y no deja de ser obvio que quienes padecen las enfermedades son seres humanos que no pueden prescindir de su fantasía, ni de su miedo, etc. Por eso ha sido preciso introducir en farmacología el llamado «efecto placebo». El hombre no sólo padece la enfermedad que tiene sino también la que se imagina. Y puede afirmarse que ambas van siempre tan estrechamente unidas que son indisolubles. Tanto como un «por qué», las enfermedades humanas siguen teniendo hoy un «dónde», un «cuándo», un «cómo» y un «quién». Precisamente porque las enfermedades tienen un «dónde», ha sido preciso construir todo un complejo y sofisticado sistema hospitalario. Quizá puede afirmarse que el hospital es el «dónde» de las enfermedades agudas. Pues bien, pienso que el balneario puede ser el «dónde» ideal de las enfermedades crónicas. Ideal, digo, porque en él es posible atender como en pocos o en ningún otro lugar a las otras categorías constitutivas de la enfermedad humana, el «cuándo», el «cómo» y, sobre todo, el «quién».