

## *La fruta, ¿alimento o medicamento? Reflexiones sobre la presencia de la fruta en la farmacopea árabe medieval*

ROSA KUHNE BRABANT

Advertencia previa: Aprovecho en este artículo la parte esencial de una comunicación, no publicada, que presenté -hace ahora cinco años<sup>1</sup>- ante un público de historiadores de la ciencia árabe.

Desde mis remotos tiempos de alumna de enfermería, mi preocupación por la dietética me ha acompañado a lo larga de toda mi vida y no sólo en el sentido profesional. Evidentemente, el haber trabajado en la preparación de alimentos para nuestros niños enfermos, que en los duros momentos de la postguerra europea solían ser, en muchos casos, nuestro único recurso terapéutico para corregir sus disfunciones digestivas, me predispusieron para -una vez licenciada en Filología Semítica y dedicada a las investigaciones sobre medicina medieval- prestara especial interés a las teorías sobre nutrición y tratamientos basados en el empleo de ciertas sustancias alimentarias, que encontraba en los textos antiguos. A eso conviene añadir que -con el tiempo- yo misma empecé a padecer trastornos crónicos del aparato digestivo. Así comencé a leer -independientemente de los tratamientos que me aplicaban los especialistas- toda clase de textos sobre el tema, que me resultaban accesibles gracias a mi preparación profesional en los dos campos, el de las ciencias de la salud y el del arabismo histórico: antiguos, medievales y contemporáneos.

Dentro del campo de la dietética, hubo un subtema que me llamó la atención de un modo particular: el del consumo de fruta con fines medicinales. Fue a raíz de mi lectura de un *bestseller* de finales de los años 80, el *Fit for life* del matrimonio Diamond<sup>2</sup>, que recordé haber visto en un manuscrito árabe de la BN de Madrid<sup>3</sup> un tratadito de al-Rāzī sobre el consumo de la fruta antes o después de la comida principal<sup>4</sup>. Como se trataba de un tema de la máxima actualidad y la obra de al-Rāzī aún estaba inédita y se conservaba en varios mss., decidí editar, traducir y estudiarla. Mi trabajo cristalizó, de momento, en una comunicación pronunciada

---

<sup>1</sup> *Quinto Simposio Internacional de Historia de la Ciencia Árabe*, Granada, 30 de marzo - 4 de abril de 1992.

<sup>2</sup> Versión castellana: Harvey y Marilyn Diamond, *La antidieta*, Barcelona, 1987.

<sup>3</sup> El 5240.

<sup>4</sup> *La Maqāla fī taqdīm al-fākiha qabla l-ta'ām wa-ta'jīri-hā*.

en Utrecht<sup>5</sup> y un artículo que apareció en *Anaquel*, 2 (1991)<sup>6</sup>.

Pero esto sólo fue el principio de una investigación más profunda cuya finalidad era confeccionar un *Fichero de frutas*, es decir una colección de datos sobre el consumo y la utilización médica de la fruta tal como se deduce de la lectura de las fuentes árabes medievales. El resultado fue un fichero que contiene extractos de toda clase de obras, tanto literarias en prosa culta y popular, relatos de viajes, tratados de agricultura y de cocina, sin olvidar las de *adab*, como, por ejemplo, el *Kitāb al-'iqd al-farīd* de Ibn 'Abd Rabbihi<sup>7</sup> y la *Nihāyat al-arab fī funūn al-adab* de Šihāb al-Dīn Aḥmad b. 'Abd al-Wahhāb al-Nuwayrī<sup>8</sup>. Ahora bien, lo que predomina son las obras de autor médico, dentro de un espectro muy amplio, tanto en el aspecto cronológico como en lo referente al género específico de los escritos.

Veamos, por ejemplo: el libro árabe más antiguo que he utilizado es el *Firdaws al ḥikma* de 'Alī b. Sahl al-Ṭabarī [la mitad del siglo IX]<sup>9</sup>, aunque también recogí pasajes anteriores procedentes de la Antigüedad clásica y helenística, empezando por el mismo *Corpus Hippocraticum*<sup>10</sup>. El límite cronológico superior lo constituyen el *Kašf al-rumūz fī bayān al-a 'šāb* de 'Abd al-Razzāq al-Āzā'irī [1ª mitad del siglo XVIII]<sup>11</sup> y la anónima *Tuḥfat al-aḥbāb fī māhiyyat al-nabāt wa-l-a 'šāb* [probablemente también del siglo XVIII]<sup>12</sup>. El espacio de tiempo comprendido entre las obras citadas incluye, por lo tanto, toda la época clásica de la medicina árabe con las figuras señeras de los siglos IX y X en oriente y XI y XII en al-Ándalus. Como cosa curiosa mencionemos que hemos tenido en cuenta también alguna obra escrita en tierras no islámicas, concretamente en la España cristiana: *El Maravilloso Regimiento y Orden de Vivir*

---

<sup>5</sup> R.K.B.: "Al-Rāzī on when and how to eat fruit" publicada por F. De Jong en *Miscelanea Arabica et Islamica...*, Lovaina, 1993.

<sup>6</sup> R.K.B.: "Un tratadito inédito de dietética de al-Rāzī", pp. 35-73.

<sup>7</sup> Ed. Aḥmad Amīn/Ibrāhīm al-Abyārī/'Abd al-Salām Hārūn, Cairo, 1967. VI, pp. 308 y ss.

<sup>8</sup> XI, pp. 86-184, en la reproducción fotomecánica de la ed. de la *Dār al-kutub* de El Cairo.

<sup>9</sup> Ed. Šiddiqī, Berlín, 1928.

<sup>10</sup> Versión española en Biblioteca Clásica Gredos, n°s 63, 90, 91, Madrid, 1983/6.

<sup>11</sup> Aunque tenga noticias de una edición litografiada de Argel, 1904 y otra impresa preparada por Aḥmad b. Murād al-Turkī, Argel, 1335/1917 sólo pude utilizar una impresión de vulgarización del libro cuarto, sin fecha, sin lugar y sin nombre de editor.

<sup>12</sup> Ed. Renaud/Colin, Paris, 1934.

del médico valenciano-catalán Arnau de Vilanova (1240/1311)<sup>13</sup> y la del judío español Ishaq b. Abī Hārūn Ibn Waqqār que, aunque súbdito de los reyes de Castilla, nos dejó una obra escrita en árabe<sup>14</sup>.

El género de los tratados escritos por médicos abarca desde las grandes enciclopedias, como el *Kitāb al-Hāwī* de al-Rāzī<sup>15</sup> y el *Qānūn fī l-ṭibb* de Ibn Sīnā<sup>16</sup> hasta tratados tan especializados como la ya aludida *Maqāla fī taqdīm al-fākiha qabla l-ta'ām wa-ta'jīri-hā* de al-Rāzī, pasando por toda clase de monografías sobre alimentación y tratados de simples, tanto si su enfoque es farmacológico como si es botánico o puramente lingüístico.

Ante el espectro tan amplio de las fuentes extractadas, se comprende que muchos de ellas hablan simplemente de la fruta como artículo de consumo<sup>17</sup>. En los textos de autor médico, aunque también en alguno puramente literario, solemos encontrar un juicio valorativo sobre la conveniencia de ingerir una u otra especie o variedad, en qué circunstancias y para que tipo de persona es aconsejable su uso y cuando hay que evitarlo. Pero es más: se puede observar -me atrevería a afirmar en un porcentaje alto de los autores consultados- una tendencia a destacar la utilización de la fruta para la prevención y el tratamiento de un gran número de enfermedades.

Esto me sugirió comparar opiniones y actitudes actuales con los datos obtenidos de la lectura de los textos medievales. Partí de la base de que -sin llegar a los extremos de los que ven en la fruta el alimento primordial del género humano<sup>18</sup>-, la mayoría de los tratadistas contemporáneos sobre alimentación destacan la importancia vital del consumo de fruta fresca para llevar una vida sana y evitar las múltiples secuelas desastrosas de una alimentación inadecuada. No es preciso decir que, como tal, se entiende, en la actualidad, la ingesta de cantidades excesivas de proteínas y grasas animales, que suele implicar la carencia

---

<sup>13</sup> En traducción castellana de comienzos del siglo XVII, editada por J.A. Paniagua, Zaragoza, 1980.

<sup>14</sup> *Tadkira quwà l-agḍiya l-musta'mala 'inda-nā fī l-akṭar multaqaṭa*, ms. Escorial 870, autógrafo escrito en Guadalajara en 1425.

<sup>15</sup> Ed. Hyderabad, 1955 ss., sobre todo los vols. XX y XXIII.

<sup>16</sup> Repr. fotomecánica de la edición de Būlāq, 1290 h., libro 2º [que está contenido en el vol. I, pp. 222-470].

<sup>17</sup> Dedicué a este aspecto otro trabajo: "Apuntes sobre el consumo de fruta en el mundo árabe medieval", *La alimentación en las culturas islámicas*, ed. M. Marín y D. Waynes, Madrid 1994, pp. 295-308.

<sup>18</sup> Tal es el caso de los ya aludidos Diamond, a los que he citado profusamente en mis "Apuntes" y de otros autores como, por ejemplo, H.M. Shelton, *La combinación de los alimentos*, 2ª ed. Barcelona, 1990.

de vitaminas y fibra.

Sin embargo, al consultar sobre el tema mis textos medievales, me encontré con un hecho curioso: en su valoración de la fruta como alimento, los médicos medievales están en franco desacuerdo con los modernos bromatólogos o especialistas en medicina natural. Mis lecturas de los textos médicos me confirmaban, una y otra vez, que los médicos medievales consideraban nocivo el consumo de fruta fresca en calidad de alimento<sup>19</sup>. Sin embargo, todos ellos coincidían en atribuir a la fruta determinadas virtudes medicinales. Tales virtudes se aprovechaban, ya para conservar la salud, ya para corregir ciertas disfunciones y deficiencias, ya para curar enfermedades concretas. Si bien este aspecto médico de la utilización de la fruta y de sus subproductos es el tema de este artículo, no puedo evitar aludir a ella como «nutriente». No cabe duda de que la alimentación es parte del régimen de vida y éste, a menudo se prescribe con fines claramente terapéuticos. Con otras palabras: la preocupación por una alimentación correcta forma parte de la «medicina preventiva».

Aunque luego tengamos que profundizar algo más en el tema, quiero traer a colación, antes que nada, dos pasajes de autores de primera fila dentro de la medicina medieval, que expresan con mucha claridad la distinción que conviene hacer entre la fruta alimento y la fruta medicamento. Dice Maimónides (1135-1204): "De las frutas frescas, las que producen los árboles son en general mal alimento para los hombres..." [sin embargo] "...el zumo de las frutas, las mermeladas, los jarabes y las medicinas que se hacen de ellas son útiles para enfermedades concretas, ya que su acción es distinta como alimento que como medicina<sup>20</sup>. Más tajante es, si cabe, nuestro Arnau de Vilanova: "Los cuerpos templados no deben usar de la fruta en lugar de mantenimiento y comida, sino de medicina, a saber: para preservarse de algún accidente dañoso... pues es cierto que usar de la fruta solo para recreo, impide la conservación de la sanidad"<sup>21</sup>.

A lo largo de mis investigaciones sobre el tema, he llegado al convencimiento de que ninguno de los médicos antiguos consultados niega el hecho de que la fruta y los frutales posean virtudes medicinales utilísimas contra toda clase de males. De sus tratados de simples, de sus regímenes de salud, sus

---

<sup>19</sup> Esto no impide que los médicos árabes medievales incluyan la fruta en sus tratados de alimentación, aunque no la suelen considerar como producto alimentario de la misma categoría que la carne y los "granos", es decir los cereales y leguminosas, en terminología moderna: los alimentos concentrados con alto contenido en aminoácidos, carbohidratos y ácidos grasos. Incluso los menos radicales, como por ejemplo al-Rāzī en su *Maqāla fī taqdīm al-fākiha qabla l-ṭa'ām wa-ta'jīri-hā* hace la distinción entre los términos *fākiha* ("fruta") y *ṭa'ām* ("alimento"), cuando se propone discutir el orden correcto en que han de tomarse una cosa y otra. Por cierto, éste es otro de los problemas que preocupan a bromatólogos y naturalistas actuales.

<sup>20</sup> En los pasajes no problemáticos reproduzco la versión castellana de Lola Ferre, *Maimónides: El régimen de salud (y otro)*, trad. e intr. Lola Ferre, Córdoba, 1991, p. 53.

<sup>21</sup> *O.c.*, folio 16 (adaptado la ortografía al uso actual).

obras de dietética y sus tratados de medicina general y práctica, se deduce fácilmente que aprovechaban tales virtudes profusamente en sus prescripciones terapéuticas.

Antes de hablar de ellas, ¡permítaseme que vaya intercalando en mi exposición alusiones a actitudes de nuestro tiempo ante la temática que nos preocupa en nuestros autores medievales! ¡Fijémonos un momento en lo que ocurre en la actualidad! ¿Quién pone en duda los progresos espectaculares de la medicina académica durante las últimas décadas?<sup>22</sup> Y sin embargo nos topamos, cada vez con más frecuencia, con personas que buscan soluciones para sus problemas de salud en las medicinas alternativas. Por un lado se han puesto de moda métodos terapéuticos exóticos, de tradición milenaria en las culturas extremo-orientales, por otro, mucha gente acude de nuevo a la medicina natural, heredada de nuestros antepasados. Los naturalistas actuales, muchos de ellos también licenciados en medicina, están empeñados en remozar lo tradicional, aplicando a los productos naturales los baremos de los descubrimientos recientes y examinando sus componentes con ayuda de la tecnología moderna. Aunque la preocupación por una alimentación correcta no sea privativa de los naturalistas, parece que -al igual que los médicos antiguos y medievales- prestan especial atención a esos factores de la vida diaria que pueden favorecer o perjudicar la salud del cualquier ser vivo. Por lo tanto podemos afirmar que, para ambos grupos de sanadores, el tratamiento de sus pacientes empieza por el régimen de salud, cuya base histórica son las así llamadas «seis cosas no naturales»<sup>23</sup>, entre las que nuestros autores árabes y sus seguidores occidentales clasificaban los alimentos y bebidas. Estas, al margen de su destino primario de nutrir al organismo y compensar el desgaste, consecuencia de la actividad diaria, eran también lo primero que tenían en cuenta para aplicar un tratamiento, o sea: su primer recurso terapéutico consistía en regular el régimen alimentarlo del enfermo antes de acudir a sustancias propiamente medicamentosas<sup>24</sup>. Por otra parte, la lectura de cualquier texto farmacológico nos demuestra, cómo en los largos registros de sustancias usadas en medicina, alternan constantemente los nombres de los productos, que nosotros clasificamos como alimentos, con los de las sustancias de uso puramente médico. Sólo los autores que ordenan sus tratados

---

<sup>22</sup> Y no me refiero en este contexto de los adelantos en el campo de la cirugía, que son más sorprendentes todavía; más bien me fijo en la enorme cantidad de medicamentos más o menos revolucionarios, que los laboratorios farmacéuticos suelen lanzar al mercado casi sin interrupción.

<sup>23</sup> Medio ambiente, alimento y bebida, movimiento y reposo, sueño y vigilia, vacuidad y repleción, estados anímicos.

<sup>24</sup> En realidad esta regla nos acompaña a través de toda la literatura médica. Citaremos un pasaje concreto: "Si fuera posible dejar [los medicamentos] y sustituirlos por algún alimento, más completa sería la felicidad del médico y menor el temor por los enfermos. No se puede comparar el horror que siente la naturaleza ante la toma de un medicamento con el agrado que produce ingerir un alimento" (al-Rāzī, *Sirr šinā'at al-ṭibb*, ed. R. Kuhne, *Al-Qanṭara*, III (1982), 381/V (1984), 274.

conforme a la graduación galénica<sup>25</sup> separan, en cierto modo, alimentos de medicamentos, no por sistema, sino porque la graduación de los primeros es inferior a la de los segundos<sup>26</sup> y, por ello, se explican en distintas partes del tratado.

Quien, como yo, alterne la lectura de la literatura científica, que se escribió en lengua árabe hace muchos siglos, con la de los tratados de dietética -generalmente de divulgación- que han inundado los escaparates de nuestras librerías, se puede dar cuenta de los muchos puntos de contacto que hay entre unos y otros, a pesar de algunas opiniones diametralmente opuestas.

Ya aludí arriba a lo que pensaban los antiguos sobre el empleo de la fruta en la alimentación. Evidentemente, nuestros autores medievales desconocían la existencia y la utilidad de lo que hoy se recibe el nombre de «vitaminas». Más difícil será resolver, hasta qué punto conocían la presencia de elementos minerales en frutas y verduras. La fibra, aún sin desconocer su presencia, supongo, de momento, que no tendría para ellos mayor importancia, por carecer de valor nutritivo propiamente dicho<sup>27</sup>. Lo que sí conocían era su altísimo contenido en agua, y lo aprovechaban en ciertos tratamientos hidratantes. Sin embargo, como veremos más adelante, éste no les parecía provechoso para una alimentación adecuada, ya que para ella preferían los alimentos concentrados, o sea los de alto contenido en proteínas, carbohidratos y grasas, porque eran los que «alimentaban». Pero también he señalado ya el hecho de que la fruta y los subproductos de los

<sup>25</sup> Por ejemplo Ibn Wāfid, *Tratado de Simples*, ed. Aguirre de Cárcer, Madrid 1995.

<sup>26</sup> Para quien no conozca bien el criterio diferencial, se lo explicaremos con palabras del propio Ibn Wāfid: "El medicamento es todo lo que tiene la propiedad de alterar nuestra naturaleza y el alimento es todo lo que tiene la propiedad de acrecentar y aumentar nuestra sustancia. He aquí que el alimento es dominado, vencido y transformado por el sujeto que se alimenta de él y el medicamento es al revés, ya que ejerce su dominio sobre el cuerpo, al que sirve de medicamento, alterándolo... Como tales medicamentos dominantes tienen distintas funciones: calentar, enfriar, humedecer y secar, gracias a una potencia imperceptible, es preciso explicar y comentar eso. Decimos, pues, que cuando el medicamento se encuentra con un organismo, bien puede ser semejante al temperamento de éste y no le calienta, ni le enfría ni le seca ni le humedece, así que no debemos llamarlo ni seco, ni húmedo, ni caliente ni frío, más bien debemos llamarlo «equilibrado». O bien puede ser desigual a éste, es decir: más seco, más caliente, más húmedo o más frío. En tal caso lo llamamos por el nombre tomado de esta potencia dominante... poniendo a cada una de esas potencias dominantes cuatro grados y dentro de éstos 4 (sic) posiciones: inicial, media o final. Lo que aparta al organismo del equilibrio sin alterarlo de un modo manifiesto... está en el primer grado. Lo que lo altera de un modo claro pero no intenso, está en el segundo grado. Lo que lo altera fuertemente pero no llega al extremo de desintegrarlo, está en tercer grado. Lo que lo altera de un modo destructivo, está en el cuarto grado" (traduzco, a mi modo, el texto árabe: II, 17/18).

<sup>27</sup> De todos modos no me atrevería a formular un juicio en este sentido. Quizá algún día la lectura más atenta de un texto antiguo nos revele que sí intuían la importancia de ese componente no nutritivo para el paso del bolo alimentario a través del tracto digestivo.

árboles frutales formaban parte de la farmacopea árabe<sup>28</sup>, de modo que es lícito enfocar nuestro estudio desde el punto de vista de su uso propiamente medicinal, no dietético<sup>29</sup>.

Saltando otra vez a la actualidad, quisiera hacer referencia a varios datos, que para la mayoría de mis lectores serán tan novedosos como lo fueron para mí, cuando recibí las primeras informaciones sobre el particular. Lamento mucho apuntar las dos o tres ideas que expondré a continuación, sin la debida base bibliográfica. Son noticias que me han llegado a través de los medios de comunicación social: un reportaje televisivo alemán, suplementos dominicales de la prensa española, folletos que acompañan determinados productos cosméticos, hasta consejos e informaciones recibidas de viva voz. Espero que, ante lo sugestivo de la información, se me permitirá esta licencia no muy científica. De todos modos se trata de resultados provisionales de investigaciones que están todavía en curso, o sea nada definitivo. Pero creo que puede servir para amenizar la exposición de los resultados de mis investigaciones sobre literatura médica medieval, que, posiblemente sea más aburrida.

La primera noticia de este tipo es la siguiente: Hasta hace poco se creía, que el efecto antioxidante, que se observaba a consecuencia de la ingestión abundante de fruta [y verdura], se debía básicamente las vitaminas C,E y B-Caroteno. Con otras palabras: que éstas eran las responsables de que la dieta a base de vegetales crudos influía favorablemente en la prevención de enfermedades degenerativas como las cardiovasculares y algún tipo de cáncer. No obstante, investigaciones más recientes han descubierto la presencia de otros componentes, que se conocen, de momento como «principios activos secundarios»<sup>30</sup> y que, posiblemente, sean los agentes a través de los cuales la fruta produce el efecto señalado. Concretamente se habló de que se había comprobado el efecto anticancerígeno de las uvas negras en sujetos sometidos a experimentación<sup>31</sup>.

---

<sup>28</sup> Cualquier tratado de simples habla detenidamente de muchos tipos de fruta y de los subproductos derivados tanto de los árboles frutales como de partes, en principio no comestibles, de ciertas frutas, como huesos o cáscaras, que sí se empleaban con fines terapéuticos.

<sup>29</sup> Quizá convenga advertir en este sentido de que es imposible trazar la frontera entre lo estrictamente dietético y lo estrictamente terapéutico. Ya aludí a que ambas cosas se solían fundir en un tratamiento concomitante.

<sup>30</sup> *Sekundäre Wirkstoffe.*

<sup>31</sup> En el reportaje en cuestión se mencionaron ya nombres de esos principios activos secundarios, pero fue tan rápido que no pude tomar nota. También se insistió en la provisionalidad de los resultados. Al comentar esta noticia con una vecina amiga, persona culta y bien informada, además hija de una señora que practica la medicina natural, me dijo cómo su madre había conseguido aliviar los sufrimientos de su padre moribundo, enfermo de cáncer terminal, después de que los médicos habían desistido de todo tratamiento por inútil. Le administraba zumos, preparados por ella, en los que la uva negra era uno de los componentes esenciales.

La segunda noticia se refiere a la eficacia del pomelo, ingerido en ayunas, para rebajar el nivel de glucosa y de colesterol en sangre<sup>32</sup>.

Finalmente quiero referirme a que, desde hace algún tiempo, los fabricantes de productos cosméticos suelen incluir en sus cremas «rejuvenecedoras» para el cutis de la cara ácidos de fruta<sup>33</sup>.

Permítaseme una última advertencia: Se comprende fácilmente que la «materia prima» de este trabajo, es decir: la fruta, ha experimentado una evolución importante a lo largo de los años transcurridos desde que escribieron los autores consultados por mí, grosso modo entre el siglo II y el XVIII. Y no sólo hay que pensar en los *¿avances?*<sup>34</sup> de estos últimos años, en que la selección de especies para una mejor comercialización, la manipulación genética y otros trucos de nuestros contemporáneos han cambiado el producto.

Después de todos estos preliminares podemos resumir: Sin basarme exclusivamente en sutilezas lingüísticas<sup>35</sup>, quiero dejar claro que los autores árabes medievales consideraban la fruta como algo marginal al concepto general de "alimento". Ahí está un riquísimo abanico de citas al respecto que he podido reunir en mi fichero y que en parte he expuesto en mi trabajo titulado "Apuntes sobre el consumo de fruta en la sociedad árabe medieval"<sup>36</sup>. No todas las opiniones en contra del consumo de fruta con la finalidad exclusiva de alimentarse son tan radicales como las citadas de Maimónides y Arnau, pero en una inmensa mayoría de textos de autor médico me he encontrado, si no con el rechazo frontal, al menos con una advertencia prudente contra los peligros que éste implica.

---

<sup>32</sup> El tratamiento fue prescrito por un médico naturalista a un paciente amigo de mi informadora. Mi marido, que es diabético, sigue la recomendación desde hace mes y medio. La última prueba de glucemia arrojó un resultado bastante más satisfactorio que las que se había hecho a lo largo de todo el año anterior. No obstante cabe señalar que no ha dejado de tomar la medicación de siempre y que el tiempo transcurrido desde el principio del experimento es muy corto. Aún así creo que aquí hay un campo, al que pienso dedicar, en un futuro no demasiado lejano, un estudio monográfico. No es este el lugar de discutir la relación botánico-lingüística entre "pomelo", "toronja" y "cidra" y lo que en la literatura farmacológica se conoce por *citrus médica L.*, cítrico a cuyo fruto y derivados se atribuían muchas propiedades curativas, ampliamente representadas en mi fichero.

<sup>33</sup> Posiblemente también por el efecto antioxidante. Desgraciadamente se trata de los secretos comerciales de una industria sometida a una lucha feroz de competencia entre unas marcas y otras y los prospectos de los productos no incluyen la fórmula de los mismos.

<sup>34</sup> Sabemos que por razones de productividad, comercialización, tratamientos antiplagas, etc., se está produciendo una reducción de especies alarmante que va destruyendo el equilibrio ecológico.

<sup>35</sup> Véase mi nota n° 19.

<sup>36</sup> Véase mi nota n° 17.

Prevalece el concepto de que la fruta tiene más de medicamento que de alimento<sup>37</sup>.

En resumidas cuentas: el médico árabe medieval consideraba la fruta un mal alimento, productor de mal quimo que -tomada indistintamente sin tener en cuenta sus propiedades específicas y sin un propósito terapéutico determinado- constituía un peligro para la salud. Hasta de las frutas que gozaban del prestigio de ser los reyes o señores de la fruta, es decir los higos y las uvas, se afirmaba con cautela que casi no hacían daño<sup>38</sup>.

Como he podido demostrar en otro lugar, el mal concepto que tuvieron los médicos medievales de la fruta como alimento tiene una explicación histórica y otra bromatológica: la primera es que nuestros médicos medievales eran tan devotos seguidores de Galeno, que compartían con él sus prejuicios contra la fruta<sup>39</sup>. La segunda se basa sin duda en el alto contenido de agua que presenta la fruta, cosa que los médicos medievales reconocieron perfectamente y que aprovecharon para sus curas de hidratación. Sin embargo -al considerar que ese mismo alto contenido en agua la hacía más susceptible a pudrirse rápidamente y, de esta manera, causar fiebres<sup>40</sup>- creían que sus posibles perjuicios eran más importantes que sus ventajas.

No obstante, el concepto desfavorable que nuestros médicos tuvieron de la fruta, no les impidió tener en cuenta el consumo de fruta más o menos extendido entre sus pacientes, de modo que no tuvieron más remedio que incluir en sus tratados de alimentación instrucciones para prevenir los peligros de ese consumo. Entre los datos que consideraban importantes -a un nivel puramente alimentario- citaban el poco o mucho valor nutritivo, la rápida o lenta digestión o el efecto laxante o astringente de cada especie o variedad, si dentro del tracto digestivo se transformaba en quimo bueno o malo y en cual de los cuatro humores

---

<sup>37</sup> Basta una cita de Abū Bakr Muḥammad b. Zakariyyā' al-Rāzī: "La mayor parte de las frutas son medicinales, por eso la adicción a ellas estropea la sangre" (*Hāwī*, XXIII, 1, p. 13), que no es siquiera el más radical en este sentido.

<sup>38</sup> Tal afirmación aparece en varios autores, p. e. en Ibn Sīnā, *Qānūn*, I, p. 446; también, I, 404: "El alimento que proporcionan [las uvas] es comparable al de los higos, en cuanto al poco daño que hacen y lo mucho que alimentan". *Cfr.*, también la cita de Galeno que trae al-Rāzī, *Hāwī*, XX, p. 197 y ss.: "[El higo maduro] es menos dañino que las demás frutas... está próximo a no causar daño"; Maimónides, *Regimen Sanitatis*, 69: "Otras [frutas] son menos dañinas, más aún, casi nutritivas, como los higos y las uvas". En este lugar debo una explicación al lector. La ya aludida versión castellana de Lola Ferre, no refleja a veces los matices, que aparecen en la versión hebrea de Mošeh b. Tibbon (Jerusalén, 1957), sobre todo gracias a las notas del editor, Süßmann Muntner, que es también autor de la traducción alemana (Maimonides... *Regimen Sanitatis*, Basilea 1966). Si cito siguiendo a Ferre, pongo el título en castellano, si lo hago por S. Muntner, conservo el título en latín.

<sup>39</sup> *Cfr.*, las anécdotas autobiográficas de Galeno citadas por al-Rāzī [*Hāwī*, XXIII, 1, 13] y Maimónides [*o.c.*, Ferre, 53/4, S. Muntner, h. 41, al. 70].

<sup>40</sup> "La humedad de las frutas es una materia que causa fiebre" [Maimónides, *ibidem*].

fisiológicos se convertía después, abundando, en el caso de la fruta, sobre todo la bilis y la flema. Se preocupaban de dar reglas para comer cada fruta correctamente: si había que lavarla, pelarla, tomarla recién recogida o más bien al cabo de unos días<sup>41</sup>, si era más sana fresca o pasa, cruda o confitada, a qué tipo de personas convenía y quienes debían evitarla y cuando se debía ingerir cada clase: en ayunas y con un intervalo importante antes de tomar otra cosa o bien como «aperitivo», es decir inmediatamente antes del alimento principal, o después de éste a modo de postre. Si bien parece que -en términos generales- prevalecía la recomendación de tomar la fruta con el estómago vacío<sup>42</sup>, que es precisamente una de las reglas de oro de las escuelas dietéticas contemporáneas antes aludidas. El tema del momento correcto para consumir la fruta ha dado lugar a toda una ciencia complicada, que distingue minuciosamente entre especies, temperamentos y circunstancias personales de los consumidores y finalidades pretendidas con la ingestión. No existe un criterio unánime, sí una antigua máxima según la cual todo lo laxante debe tomarse antes y lo astringente después<sup>43</sup>. Mucho depende de las especies y, dentro de ellas, a menudo de la variedad o el punto de madurez del espécimen. Entre las frutas que hay que tomar forzosamente antes de la comida principal figuran, precisamente las ciruelas<sup>44</sup>. Así leemos en el *Kitāb*

---

<sup>41</sup> Véase p. e., la recomendación de Ibn Sīnā en relación con la uva: "es mejor dejarlas dos o tres días que comerlas recién cosechadas".

<sup>42</sup> P. e.: "Las frutas, en general, deben tomarse antes de la comida, especialmente las de poca sustancia y resbaladizas" (Ibn Māsawahy *apud* al-Rāzī, *Ḥāwī*, XXIII, I, 34; "Las frutas no deben mezclarse con la comida, sino se comerán siempre antes de ésta... No se comerá nada después de ellas hasta que salgan del estómago" [Maimónides, *ibidem*]).

<sup>43</sup> "Si es una comida hay dos alimentos, uno de ellos laxante y otro astringente, si se toma antes el laxante y después el otro, el descenso del laxante será fácil, pero si se toma antes el astringente, no desciende y todo se echa a perder" (Hunayn b. Ishāq *apud* al-Rāzī: *Ḥāwī*, XXIII, I, 59); "Las astringentes, como los membrillos y las peras, se comerán después de la comida, pero en poca cantidad, con el fin de fortalecer el intestino..." (Maimónides, *ibidem*.) He aquí un caso curioso de diferencias en la interpretación del texto, la confusión entre pera (astringente) ciruela (laxante), tema que, por sí sólo merecería un artículo. Aunque no disponga del texto árabe original, sé por las notas de S. Muntner que el pasaje dice *ka-l-safarjāl wa-l-kummaṭrā*, o sea "como el membrillo y la pera". Un poco más arriba, cuando habla de frutas laxantes, que se deben comer antes del alimento principal, usa el término *al-iṣṣāṣ*, que en el árabe culto de la época de nuestro autor equivale a "ciruela". Todo lo que ha pasado con este término en ciertos dialectos locales, incluso en hebreo moderno, no sirve para nuestro propósito. El problema, además de ser de lingüística diacrónica, es de sentido común. La traducción correcta de todo el pasaje sería: "Quien tenga que comer fruta, que tome aquellas que ablandan las heces, como la ciruela, las uvas y los higos antes del alimento principal... Las frutas astringentes, como el membrillo y la pera, hay que tomarlas después de la otra comida". Y de esta forma está de acuerdo con la opinión de los médicos árabes y no árabes de la época.

<sup>44</sup> Véase mi nota anterior.

*al-agḍiyya*<sup>45</sup> de Abū Marwān b. Zuhr: «Para quien padece estreñimiento, es preciso que se las coma antes del alimento principal», o en el *K. al-agḍiyya* de al-Rāzī<sup>46</sup>: «Se deben comer antes del alimento principal, si se necesita enfriar y laxar», o en la *Maqāla fī taqḍīm al-fākiha* del mismo autor<sup>47</sup>: «No conviene en absoluto tomarlas después de la comida, pues la estropean y la fuerzan a salir del estómago antes de estar digerida ... hay que tomarlas antes del alimento principal y esperar que descendan y vuelva el hambre auténtica". Otro tanto podemos afirmar de los melocotones y las moras. Para no cansar a mis lectores con tantas citas, diré simplemente que la coincidencia de los distintos autores<sup>48</sup> sobre la ingestión del melocotón con anterioridad a todo otro alimento parece bastante clara: no se le debe comer después de otra cosa, porque al entrar en descomposición estropearía el alimento que estuviera debajo. Permítanme observar que se trata precisamente de una fruta, cuyo alto contenido en agua<sup>49</sup> es destacado por casi todos nuestros médicos. Por ello lo recomiendan particularmente para curas de hidratación, mientras otros desaconsejan totalmente su consumo<sup>50</sup>.

Pero ya he dedicado demasiado espacio a la atención que prestaban los médicos medievales a las ventajas y los inconvenientes de la ingestión de fruta y las reglas que había que observar para aprovechar las primeras y evitar los segundos. Estas cosas, al fin y al cabo, no dejan de pertenecer a la «dietética».

En este trabajo quería hacer hincapié en la utilización de la fruta con una finalidad terapéutica, o sea: la fruta como fármaco. Ya he aludido arriba a que, para nuestros autores, este aspecto era mucho más importante que el simple hecho de que la fruta formaba parte de la dieta de la sociedad de su tiempo y ambiente geográfico, a la que había que aconsejar el uso prudente y adecuado de ese tipo de comestible.

Al principio de mi recogida de datos sobre el papel de la fruta en la medicina medieval, me chocó enormemente que los tratados farmacológicos contenían mucho más material que las obras de dietética propiamente dicha, aunque -la verdad sea dicha- después de leer las partes correspondientes del *Hāwī*

---

<sup>45</sup> Ed. Jattābī en *al-Agḍiyya wa-l-adwiyya 'inda mu'allifī l-garb al-islāmī*, (Beirut, 1990), 112.

<sup>46</sup> Citado por Ibn Waqqār.

<sup>47</sup> P. 62.

<sup>48</sup> V.g., Ibn Māsawayh, Ibn Sīnā, Ibn al-Jaḥīb y, en general, también al-Rāzī, aunque en el *Taqḍīm* haga la salvedad de que, comiendo muy poca cantidad después del alimento, sirve para fortalecer la boca del estómago.

<sup>49</sup> Según los modernos aproximadamente un 85%.

<sup>50</sup> V.g. Ibn Zuhr y Maimónides.

de al Rāzī, de Arnau y de Maimónides, no debería haberme chocado.

Los tratados de simples se suelen interesar en primer lugar por la identificación de cada árbol frutal o planta de fruto comestible, aludiendo a sus distintas clases y las diferencias cualitativas entre unas y otras, indicando -en caso de poder optar- cuál debe ser preferida. En ciertas especies llama la atención el gran número de variedades que se conocían ya en aquella época, cosa que parecen ignorar algunos historiadores modernos de la alimentación<sup>51</sup>.

Otro concepto que hay que aclarar, es que -en la farmacología medieval- el aprovechamiento de determinado árbol frutal no se limitaba a sus frutos, es más: a veces parece que el fruto tiene menor importancia que otros derivados de la misma planta, como podían ser la flor, las ramitas tiernas, las hojas, las gomorresinas y secreciones lechosas, las cenizas de la madera, la corteza del tronco o de la raíz, el líber y los huesos, las pepitas o las cáscaras del propio fruto. En algunas especies los distintos subproductos poseen virtudes análogas pero en otras tienen características bien distintas<sup>52</sup>.

El estudio del autor medieval suele fijarse luego en las cualidades temperamentales de cada fármaco, es decir : si es caliente o frío, húmedo o seco y en qué grado, pues de ello dependerá el efecto que ejerce sobre el organismo humano en general o sobre algún órgano concreto.

Esos efectos pueden ser beneficiosos o perjudiciales de un modo general o simplemente convenientes para algunas personas e inconvenientes para otras. En el estudio de las virtudes medicinales de las frutas y de otros subproductos de los árboles frutales abundan las referencias a sus propiedades laxantes o astringentes, a si son diuréticos o producen retención de orina, si son flatulentos y en qué parte del tracto digestivo originan los gases, si son termógenos o antitérmicos, hidratantes o secantes, tonificantes, depurativos, madurativos, disolutivos o atrayentes, sin olvidar que pueden ser afrodisiacos y también lo contrario.

Todo ello no se limita a los efectos concretos de la ingestión del fruto, como podría pensar un lector moderno ajeno a la temática. Se usan maceraciones, decocciones, zumos -al natural o cocidos con azúcar o miel- jarabes, arropes, confituras; frutos -secados al sol, -asados en masa o en barro; hojas o ramas quemadas, *sawīq* preparado con fruta y un largo *etcétera*, aunque en los textos a que nos referimos aquí, es raro encontrar recetas completas. Salen toda clase de aplicaciones locales: friegas, unciones, apósitos, cataplasmas, a parte de colirios, gargarismos, enemas y supositorios y pesarios. A veces se recomienda

---

<sup>51</sup> V.g. Brothwell, *Food in Antiquity*, (¿N. York? 1969), 135 (con referencia a la ciruela).

<sup>52</sup> Como ocurre p. e., en el cidro y las distintas partes de su fruto: la cidra.

simplemente oler cierta fruta o subproducto de fruta<sup>53</sup>.

Otra característica de alguno de nuestros textos es que se va repasando la utilidad de los productos de determinado frutal para las distintas partes del cuerpo<sup>54</sup>. Sería demasiado decir por «especialidades médicas», ya que el método "topográfico" de la medicina medieval va mezclando en el mismo apartado sistemas orgánicos distintos, v.g. bajo el epígrafe *Enfermedades de la cabeza* nos encontramos con problemas dermatológicos del cuero cabelludo, afecciones bucales pertenecientes al campo de la estomatología y otras que serían de la competencia del otorrinolaringólogo. En ese repaso por partes no faltan la cosmética y lo que los medievales entendían por "toxicología" [*al-sumūm*] pues, más de un subproducto de frutal se recomienda como antídoto contra la picadura del escorpión o la mordedura del perro rabioso.

No faltan alusiones a ciertos efectos de los subproductos frutales no directamente relacionados con la salud humana, como por ejemplo el uso de ramas de higuera para ablandar la carne, de leche de higuera para coagular y licuar la cuajada o de pepitas de cidra para alejar la polilla. También se repiten -en todos los autores sin excepción- afirmaciones a las que hoy en día buscamos en vano una explicación satisfactoria, por ejemplo : que el consumo inmoderado de higos pasos produzca piojos.

Volvamos, en último lugar, nuestra atención a una preocupación que subyace en todos los tratados de dietética y farmacología y a que algunos autores han dedicado estudios monográficos<sup>55</sup>, aunque lógicamente éstos no se limiten a la fruta : me refiero a la corrección de las propiedades nocivas de los alimentos y medicamentos. Se trata de administrar antes, después o simultáneamente con la cosa ingerida otra sustancia que "corregirá" los posibles inconvenientes de la primera. Esas sustancias suelen variar según las condiciones temperamentales y vitales del individuo e incluyen a menudo otras reglas de tipo higiénico, amén de las instrucciones sobre momento y modo de consumo de las que hablamos arriba.

Sin entrar en el tema señalemos en último lugar que la fruta aparece también en los tratados de *Jawāṣṣ*, rama de la literatura médica que, en mayor o menor medida, se sale del campo de la medicina científica, pero que bien merecería ser estudiada más profundamente.

Para ilustrar lo expuesto doy un ejemplo de descripción farmacológica

<sup>53</sup> Para citar un caso llamativo: Abū Marwān b. Zuhr, *Kitāb al-agḍiya*, elogia altamente la olfacción de la manzana como reconstituyente cardiaco y cerebral, además de somnífero. Acto seguido, desaconseja la ingestión de esta misma fruta como muy peligrosa, ya que -en casos extremos- puede ser causante de tisis.

<sup>54</sup> Me estoy refiriendo ante todo al gran sistematizador de la medicina medieval Abū 'Alī al-Ḥusayn Ibn 'Abd Allāh b. Sīnā.

<sup>55</sup> Para citar sólo el más accesible: Abū Bakr Muḥammad b. Zakariyyā' al-Rāzī, *Manāfi' al-agḍiya wa-daf' maḍārri-hā*, ed. Dr. 'āsim Aytānī, Beirut, 1985.

al estilo de los autores árabes medievales. Si bien me apoyo para la exposición sistemática en el método de Ibn Sīnā, los datos proceden del conjunto de autores y obras consultadas. He dejado como ejemplo el que escogí hace cinco años:

### El higo y la higuera

[Uso dietético y farmacológico]

**Varietades** que se especifican: hortense, silvestre y montañés, incluyendo algunos autores en este capítulo el higo de sicomoro. En la variedad hortense se citan el blanco, [el rojo] y el negro, siendo el blanco preferible. Como alimento es mejor el maduro que el inmaduro, el seco que el fresco, aunque haya quien afirme lo contrario<sup>56</sup>.

**Partes** que se aprovechan: Fruto (maduro, inmaduro y seco), ramas, hojas, jugo de las hojas recién brotadas (buscándose en los últimos casos citados la misma sustancia útil: la "leche" de la higuera o látex) y las cenizas del propio higo y de su madera.

**Temperamento:** El fresco es caliente al final del primer grado o principio del segundo y húmedo, el seco caliente al final del primer grado<sup>57</sup> y seco en segundo, siendo el calor del fresco menor. También se nos transmite un dicho de Hipócrates<sup>58</sup>, según el cual el seco tiende hacia la bilis.

**Virtudes:** A parte de sus propiedades generales de laxante, diurético, pectoral, termógeno y sudorífero se destacan su fuerza depuradora, madurativa y disolvente, que se aprovechan -como veremos en seguida- tanto en aplicación tópica como en administración oral. No olvidemos el papel importante del látex y el jugo de las hojas que, entre otras cosas, son fuertemente termógenos .

**Como alimento:** Todos los autores opinan que, en principio, es un alimento saludable; no hay fruta más nutritiva ni más rápida para que sus partes no aprovechables abandonen el organismo. El calificativo de «reyes», «príncipes» o «señores» de la fruta aplicado al higo y a la uva es repetido por todos, desde al-Ṭabarī hasta Ibn al-Jaṭīb y -aún entre estas dos clases de fruta- el higo lleva la ventaja por ser más nutritivo y más caliente, siendo los gases producidos por el higo menos peligrosos que los causados por la ingestión de uvas. Si bien se admite que la sangre que cría es mejor que la producida por cualquier otra fruta,

---

<sup>56</sup> Así Ibn Māsawayh, véase *Hāwī*, XX, n° 188.

<sup>57</sup> Aunque también encontremos quien lo considere caliente en segundo grado. Según Ibn Waqqār *Tadkīra quwā l-agḍīya l-musta 'malu 'inda-nā fī l-akḷar multaqaia*, ms. Escorial n° 870, f. 89a, tal es la opinión de Hunayn b. Ishāq que se apoya en Galeno.

<sup>58</sup> Véase Ibn Waqqār, *ibidem*.

se la sigue considerando mala. Se salva de este juicio no del todo favorable el higo perfectamente maduro, del que se afirma que "está cerca de no producir daño en absoluto". Con la salvedad de que el fresco muy jugoso es considerado poco sustancioso, el higo es -en términos generales- un nutriente válido, que "engorda" más que ninguna fruta, pero no de la misma manera que la carne y los cereales.

**Combinaciones:** Con pasas y nueces peladas; muy recomendado con nueces, algo menos con almendras. Tomar el higo seco con nueces produce buen quimo, y corrige algunos inconvenientes de la ingestión del higo seco.

**Preparaciones:** El arrope concentrado de higo es semejante a la miel en sus efectos.

**Modo de tomarlo:** Antes del alimento ablanda el vientre; los frescos hay que pelarlos (la piel es de digestión difícil y es laxante) y lavarlos inmediatamente con agua fría (así pierde la lechosidad). Rāzī *Taqdīm* recomienda comerlos después del alimento.

**Órganos que se benefician de su ingestión:** Tráquea, pulmón, vejiga, riñones. Limpia el pecho, corta la tos; útil para enfermedades crónicas en el pulmón. (V. exposición detallada abajo)

**Propiedades no referidas al organismo humano:** Cocer la carne con sus ramas la ablanda. Su látex coagula la leche y licúa la cuajada, al igual que el vinagre.

**Inconvenientes que acompañan su ingestión:** Producen ventosidades, pueden agriarse en el estómago. Según Dioscórides en versión del Dr. Laguna<sup>59</sup> "engendran postillas<sup>60</sup> por todo el cuerpo". Mencionemos en este contexto una propiedad específica del higo seco cuando se abusa de él: la de producir piojos en la ropa<sup>61</sup>.

**Indicaciones específicas:** Personas de temperamento frío, con incontinencia de orina y debilidad de la potencia viril (higo seco), para calentar las personas de temperamento frío y los ancianos. Asmáticos, epilépticos e hidrópicos. Enfermos que tienen mal color debido a una enfermedad crónica.

**Contraindicaciones:** Personas de temperamento caliente pueden padecer fiebres después de comerlo. Conviene evitarlo en caso de tumores de hígado y bazo.

**Correctivos:** Lavarse la boca, chupar granada ácida beber a continuación ojimiel ácida.

---

<sup>59</sup> Citado por Font Quer, *Plantas medicinales*, Barcelona(etc.), 4ª ed. 1978, p. 123.

<sup>60</sup> Costras que se forman en las llagas y granos al secarse éstos.

<sup>61</sup> Esta creencia actualmente incomprensible queda reflejada en todos los autores, no sólo en los que escriben en árabe, sino también en los clásicos y en los medievales. O sea: no se trata de ninguna mala interpretación de la raíz árabe *qml*, como se han esforzado en aclarar algunos (véase Lane, *Lexicon*, reimpr. en 2 vols, 1984, 325, artículo *īm*).

### Usos del higo y los subproductos de la higuera según las partes afectadas del organismo<sup>62</sup>

**Cosmética y dermatología:** Uso externo: Es útil contra las manchas de la cara (pecas), el vitíligo alba<sup>63</sup> la sarna ulcerada, el eczema y las verrugas<sup>64</sup>. Cocimiento de higo inmaduro con agua, machacado finamente con nitro y vinagre, si se unta sobre las úlceras húmedas del cuero cabelludo, las cura. Madurativo para forúnculos, tumores duros, erisipela y hormiga. Si se cuece el higo con harina de cebada y alholva (o mezclados con iris o nitro o cal) y se aplica en emplasto sobre los tumores duros, los ablanda y los disuelve. Se quema higo seco, se machaca y se disuelve en aceite y se mezcla con cera luego se introduce localmente en las grietas de manos y pies debidas al frío. Con caparroza contra las llagas malignas de las piernas. Quemados y amalgamados con cerato contra los sabañones. Con harina de trigo, mundifica la sarna, los empeines, las quemaduras del sol, las manchas blancas del rostro, las asperezas de la piel. La lejía de higuera<sup>65</sup> limpia las fístulas profundas y ayuda a que se cierren

Uso interno: mejora el color.

**Aparato locomotor:** En las fracturas complicadas se introduce en la herida un triturado de higo inmaduro con hoja de adormidera silvestre para extraer los fragmentos de hueso roto. Mezclado con harina de alholva y vinagre se usa en emplastos contra la gota

**Neurología y psiquiatría:** Se recomienda para los epilépticos y los locos.

**Oftalmología:** Contra la telilla que cubre el ojo, el principio de la catarata, espesor de las capas del ojo (látex con miel).

Contra la sarna del párpado (restregar con hoja de higuera). Mezclados

---

<sup>62</sup> El orden normal de los tratados de medicina es desde la cabeza hasta los pies, lógicamente sin coincidir exactamente con las especialidades médicas que conocemos actualmente. He seguido un camino intermedio; no hablo de los "órganos de la cabeza", mezclando problemas otorrinolaringológicos con dermatológicos, sin embargo hablo del aparato locomotor en un sólo apartado, sin preocuparme de la etiología de las lesiones. Igualmente conservo tal cual el apartado de *sumūm*, ya que sería anacrónico hablar de infección por virus.

<sup>63</sup> Se embadurnan con una especie de emplasto a base de frutos inmaduros u hojas; también con *sawīq* de cebada con látex de higuera.

<sup>64</sup> Pulpa de higo con látex de higuera, se aplica localmente alrededor de las verrugas y las arranca; igualmente el cocimiento de higos inmaduros machacado con nitro y harina. Esto último se aplica también localmente sobre las escrófulas. Según Font Quer, la leche de higuera fresca sigue usándose contra las verrugas.

<sup>65</sup> Véase abajo A. digestivo.

con cáscara de granada mundifican las *uñas*<sup>66</sup>, que suelen formarse en los ojos.

**Otorrinolaringología:** Hacer gárgaras con la decocción de higo (y cáscara de granada) es útil contra las anginas, la faringitis y la aspereza de la garganta. El cocimiento de higo sólo machacado, aplicado externamente sobre los ganglios hinchados en la raíz de las orejas, disuelve el tumor. Contra el tintineo en el oído se instila el cocimiento de higo con espuma de mostaza o el higo machacado con mostaza disuelto en agua y pasado por un trapo. Al parecer eso mismo se usa contra la comezón en el oído y para matar los gusanos que se han introducido en el conducto auditivo externo.

**Odontología:** Contra la caries y dolor de muelas se empapa un poco de lana con látex o con jugo de las ramas antes de echar hoja y se mete dentro del diente cariado.

**Aparato respiratorio:** El jarabe se recomienda contra la tos crónica y generalmente contra las afecciones del aparato respiratorio. Purifica el pecho y el pulmón y es útil contra el asma. Cocido con algo de hisopo disuelve la flema del pecho y del pulmón, se usa contra los dolores en el pecho y la tos crónica<sup>67</sup>.

**Aparato digestivo:** Aunque en principio Galeno y Dioscórides advierten que el higo fresco es malo para el estómago, cosa que repiten los médicos árabes, son mayores sus ventajas que sus inconvenientes particularmente tratándose del higo seco. Si éste se toma en ayunas, abre los conductos del alimento, especialmente si se toma con nueces<sup>68</sup> y algo menos si se toma con almendras. Es rápido en su descenso por el tracto digestivo y si se toma con almorí limpia al estómago de superfluidades. El higo fresco suelta el vientre<sup>69</sup>, particularmente si se toma con almendras finamente trituradas, ablanda las heces y laxa el vientre. También el cocimiento de higos secos hasta resultar una especie de miel es laxante al tiempo que limpia el interior del intestino de posos espesos retenidos en él, pero tal efecto es más enérgico si se echan unas gotas de látex de higuera en leche, moviendo ésta con ramitas de del mismo árbol. Sin embargo, si se

---

<sup>66</sup> Excrecencias de la carúncula lagrimal.

<sup>67</sup> Dice Font Quer, *o.c.*, 122: "De todas ellas (es decir de sus numerosas virtudes) la virtud pectoral de los higos, sobre todo para ablandar la tos, todavía se estima en medicina popular.

<sup>68</sup> A esta misma combinación de higos secos con nueces se le atribuye un efecto sudorífico, fuerza para abrir los poros y para calentar las personas de temperamento frío y los ancianos, al mismo tiempo que se le considera un antídoto contra los venenos.

<sup>69</sup> El efecto laxante de los higos frescos se aprovechaba ya en el antiguo Egipto desde hace 4000 años.

elabora una solución a base de madera de higuera y agua<sup>70</sup> produce un efecto contrario, ya que se recomienda en enema contra diarreas y disenteria. Beber jarabe de higo es útil para el estómago y suprime las ganas de comer. El higo seco es desaconsejable para pacientes con tumores hepáticos, sin embargo se le atribuye la virtud de abrir las obstrucciones del hígado<sup>71</sup>. Se recomiendan enemas de higo, particularmente de su látex, con ruda para calmar retortijones de barriga. Si se cuece el higo seco con vino, se filtra y se hace un enema con ello, es útil contra los retortijones de barriga que se producen al quedarse retenidas ahí las heces espesas.

**Aparato urinario:** Tanto el fresco como el seco son depurativos para los riñones a los que limpa de arenilla, recomendándose el jarabe de higo como diurético. Consuela en las molestias producidas por la retención de orina.

Si se cuece el higo seco con agua y se bebe esta agua, es diurética, limpia los riñones y la vejiga de las humedades espesas ayudando a expulsar una especie de arenilla. También se inyecta en solución oleosa en los uréteres.

**Ginecología:** El jarabe de higo sirve de galactogogo. Una mezcla de su látex con yema de huevo aplicado en la vagina purifica la matriz y sirve de emenagogo. También se aplica localmente higo mezclado con alholva.

**Venenos:** La ingestión de higos con nueces y ruda se considera como antídoto contra los venenos, pero particularmente el látex aplicado localmente sobre la picadura del escorpión y la mordedura del perro rabioso.

---

<sup>70</sup> Si bien nuestros textos no especifican el modo de elaborarla, aunque si insisten en que debe ser un proceso repetitivo, se me ocurre que debe ser la "lejía" mencionada por el Dr. Laguna al que cita Font Quer: "De la ceniza de los ramos de la higuera, así salvaje como doméstica, se hace cierta lejía, la cual, para que sea más fuerte, conviene muchas veces renovar la ceniza y dejarla en remojo grande espacio de tiempo. Esta tal lejía se mezcla utilmente con las cáusticas medicinas y es muy saludable remedio contra las llagas mortificadas, porque extirpa y consume todo lo dañado y supérfluo. Así que siendo menester usar de ella, bañaremos una espongia muy a menudo en dicha lejía y aplicaremosla sobre la parte enferma".

<sup>71</sup> También del bazo, que no encaja del todo en nuestra somera clasificación, ya que para Galeno y los médicos árabes era un órgano destinado a purificar los humores terrosos (atrabiliares) producidos en el hígado.