

Citius, altius, fortius: la mejora del hombre y la defensa de la patria a través de la higiene y el deporte

Higiene (del griego hygieinon, salubridad): estudio de los métodos para conservar y mejorar la salud y evitar la enfermedad.

Aunque la preocupación por la higiene hunde sus raíces en la Grecia Clásica, no fue hasta la revolución industrial y el auge de los nacionalismos cuando comenzó a desarrollarse como corriente científica, tanto en su vertiente individual como en la salud pública. Gracias a sus técnicas, la humanidad entera ha experimentado una explosión demográfica sin precedentes como producto de las mejoras en la expectativas de vida y la reducción de la morbilidad en todas las franjas de edad. Sin embargo, el higienismo no se contentaba con eso, y se sumó a la ambiciosa misión de mejorar la especie humana y defender y agrandar a la patria.

Nos situamos en la segunda mitad del siglo XIX. La ciencia se desliga definitivamente de la filosofía: hay que demostrar empíricamente los hechos, superando la razón pura. El desarrollo tecnológico se alía con el conocimiento científico para ponerse al servicio del poder. Estratégicamente, es imperativo controlar la demografía, aumentando las posibilidades de que los hombres lleguen a ser productivos, ya sea para servir a la fábrica o para engrosar las filas militares. Y una de las formas más efectivas para conseguir ese fin es mediante la imposición de los predicados del higienismo.

París, Londres y Berlín se disputan la capitalidad del mundo.

Se acerca el fin de siglo. Sobre el continente europeo planea la sombra de la decadencia. Filósofos como Nietzsche y Schopenhauer acentúan el pesimismo y abrazan el nihilismo. El hombre-máquina está agotado, exhausto de tanta exigencia de productividad sin fin. Y se recurre a la ciencia y a la medicina para buscar soluciones a la crisis y adelantar la llegada del nuevo hombre.

Toda una cohorte de higienistas europeos recurren a la gimnasia para aumentar la resistencia del hombre al cansancio y regenerar su capacidad física, su salud y su moral. Se sirven de los conocimientos en anatomía, fisiología y biología humanas, y aplicando tecnologías incipientes como la cronofotografía, consiguen medir y estudiar el movimiento del cuerpo y evaluar la respuesta del organismo al estrés físico y psíquico. Dichos conocimientos sentaron las bases para conocer los límites del cuerpo, hasta dónde y cómo podíamos seguir aumentando nuestro rendimiento, para gloria de las naciones.



Cinefotografía, por Georges Demeny

En 1899 anuncia Philippe Tissie, neuropsiquiatra e higienista francés, que «la educación física es la gran regeneradora física y moral» de toda una generación de apáticos jóvenes. Su función última es salvaguardar «la tierra de Francia», de capa caída tras la caída en 1870 de Napoleón III en la batalla de Sedán de la guerra francoprusiana. Mediante el sacrificio de la disciplina ascética que supone el adiestramiento corporal y mental, el hombre debe sobreponerse a la fatiga para poder servir de forma más productiva a la patria. Francés también es el barón Pierre de Coubertin, refundador de los juegos olímpicos, que se adueña del lema «citius altius fortius», con el que el sacerdote y pedagogo galo Henri Didon espolea a sus alumnos, para adoptarlo como estandarte del movimiento olímpico.

Pero esta concepción utilitaria de la educación física como instrumento meliorativo al servicio de la patria no es un fenómeno ni exclusivamente francés ni se circunscribe a la crisis del fin de siglo.

En el primer tercio del siglo XIX, en Suecia, el poeta, profesor, militar y médico Pehr Henrik Ling lleva a su máxima expresión la necesidad de hacer confluír los métodos artísticos, pedagógicos, militares y biomédicos para ponerlos al servicio de la mejora de la especie. Así, Ling se basa en los modelos estéticos de la antigua Grecia para propugnar la «rettsstillingen» (posición erguida o perpendicular) como la «buena postura», la postura sana y propia de hombres libres (contraria a la postura plegada de los esclavos), que hay que enseñar con disciplina castrense a los críos en los colegios. Aplicando sus conocimientos en anatomía, biología y fisiología, concibe la gimnasia, a golpe de voces de mando y con gran contumacia, como el mecanismo universal y absoluto para corregir defectos corporales y vicios posturales, e incluso para combatir numerosas enfermedades (él mismo se recupera de las crisis de reumatismo y de una parálisis que dejaron su brazo derecho casi inutilizado a base de practicar y practicar el esgrima). Es, además, uno de los precursores del masaje sueco y de la kinesioterapia (ciencia del tratamiento de enfermedades y lesiones mediante el movimiento).

En nuestro país, uno de los precursores de la concepción higienista de la gimnasia es el catalán Joaquín Ramis, padre de una saga familiar de médicos. Para Ramis, la gimnasia tiene cualidades médicas no sólo para combatir la enfermedad, sino también como forma de ayudar al organismo a restablecer el «equilibrio» perdido y a recuperar sus funciones «perfectamente»; es higiénica en cuanto a que contribuye a «robustecerlo» una vez se encuentre «todo el cuerpo del hombre ordenado y normalizado en sus funciones»; y utilitaria en cuanto a que otorga «el valor necesario al hombre, le enseña a

luchar con los elementos, a fin de ponerse a cubierto de la muerte ante las varias e infinitas contingencias que de improviso se presentan en el curso de la vida» (como huir de una panda de rufianes o de un incendio). El abuelo Ramis considera en su obra magna, «Programa de gimnasia en general y de la gimnasia higiénica, médica y utilitaria en particular» (1888), a la gimnasia como

una de las tres ramas que comprende la Medicina; corresponde en particular a lo mecánico del cuerpo humano: es movimiento armónico y moderado; es vida y escuela artístico-científica. El objeto que alcanza es disponer la estructura del hombre para el máximo de su desarrollo corporal, siendo uno de los agentes que lo encamina a la perfección.

Otros autores, como el pedagogo y filósofo manchego Rufino Blanco, no esconden la capacidad regeneracionista y eufenésica que puede tener la educación física, pero recalcan que su utilidad no era para la defensa personal, sino «para la defensa de la patria» y «para que dé el mayor rendimiento en el trabajo». En esta docle concepción, el papel de algunos médicos castrenses es primordial para difundir y aportar sus conocimientos para profundizar y mejorar esta programación física. Así, Alberto Conradi, Médico del Cuerpo de Sanidad Militar, al prologar la edición española de unos de los libros de culto de divulgación doméstica de las bondades de la educación física, «Mein System», libro avalado por las sociedades médicas del momento, deja a las claras que el objetivo no es otro que «ihacer Raza!».



Jørgen Peter Müller: «Mein System: 15 Minuten täglicher Arbeit für die Gesundheit», 1904

La llegada de Franco al poder no hace sino grabar a fuego y sangre la idea de que la gimnasia es un instrumento primordial para formar a individuos correctos, fuertes, disciplinados y con un marcado espíritu nacional. Prueba de ello es el «Manual de gimnasia utilitaria y ejercicios de aplicación», publicado por el Frente de Juventudes de Falange en 1954, cuyo fin es preparar a los futuros «flechas» para la acción bélica. Pero 11 años antes, en el I Congreso Nacional de Educación Física, ya se decían cosas como ésta:

La cultura física se convierte en un sistema ascético novísimo, capaz de hacer obedecer a nuestros músculos, fibra por fibra y nervio por nervio, a las voces del espíritu (...) y así la teoría falangista da al cuerpo lo que es del cuerpo y al alma lo que es del alma, transformando el concepto antiguo y moderno del ejercicio físico al darle tradición hispánica, sentido que nos permitiría utilizarle como medio obligado y el más eficaz para servir a la vez a nuestro destino individual –a salvación del alma- y a nuestro destino como españoles –la misión católica ante el mundo- concepto que obligará a todo español a considerar su práctica como un deber para con su alma, para con su Patria, para con Dios.

Materiales para la historia del deporte:
https://www.upo.es/revistas/index.php/materiales_historia_deporte/article/viewFile/1231/1006

Las escuelas gimnásticas y su relación con la actividad física y educación física actuales:
<http://www.efdeportes.com/efd73/gimn.htm>

Discursos alrededor del cuerpo, la máquina, la energía y la fatiga: hibridaciones culturales en la Argentina fin-de-siècle:
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-59702010000300005

Actividad física, nacionalismo y robustez:
www.cafyd.com/HistDeporte/htm/pdf/2-28.pdf

Programa de gimnasia en general y de la gimnasia higiénica, médica y utilitaria en particular:
<http://bdh-rd.bne.es/viewer.vm?id=0000084003&page=1>

Educación Física, milicia e infancia: de los batallones infantiles a la gimnasia premilitar:
<http://www.cienciadeporte.com/images/congresos/madrid/Factores%20Sociales%20de%20la%20Actividad%20Fisica%20y%20del%20Deporte/Historia%20del%20Deporte/Educaci%C3%B3n%20F%C3%ADsica,%20milicia%20e.PDF>