

¿Decae la raza vasca?

por el

Dr. J. Rodríguez del Castillo

«Custodit vitam qui custodit
sanitatem».

(Salerno).

Cualquiera que sea el origen de la raza vasca que los investigadores no han logrado descubrir hasta ahora y con el vocabulario de cuya lengua se hallan todavía reminiscencias que pueden permitir imaginar su existencia en la época neolítica, ha permanecido como una raza privilegiada tanto en su constitución, en su vitalidad, como en su resistencia orgánica.

Los vascos han sido constantemente una raza enérgica, de marinos y cultivadores, resistente, tenaz, activa, incansable, conservando a través de los siglos sus caracteres etnológicos y sus cualidades particulares. Su poder físico, sus defensas contra las enfermedades y su longevidad, así como su sobriedad, han constituido caracteres especiales de dicha raza. Estos rasgos son precisamente los que se han transmitido de generación en generación, sin alterarse hasta hace poco tiempo.

A pesar de que en España las invasiones han sido numerosas por su fertilidad y sus riquezas, los vascos se han conservado durante muchos siglos aislados de dichas invasiones y gracias a ello han logrado conservar el patrimonio de sus valores. Sabemos lo corrientes que eran aún hace pocos años los matrimonios de una misma familia entre los vascos. Pero nada de ello perjudicaba a la raza, pues está demostrado que estas uniones sólo producen degeneraciones en el caso de que existan taras familiares con cuyos cruces aumentan. Sólo esto sirve para demostrar la salud indiscutible de los vascos.

En cambio actualmente es evidente y fácil de comprobar que los valores tanto físicos y morales de la raza vasca se hallan en una

relativa decadencia. Es verdad que las invasiones de todas las regiones de España han contribuido a ello forzosamente. Pero en nuestra preocupación sentimos que no son éstos los factores esenciales que pueden determinar en un próximo futuro una decadencia general de nuestra raza. Precisamente porque sabemos que hay otras razones más activas, queremos dar el grito de alarma.

Si otras razas han tenido en su Historia periodos alternos de grandeza y de decadencia, hay que reconocer que los vascos no han presentado estas alternativas. Su vida se ha desarrollado siempre igual a sí misma en las labores del campo y de la pesca, con una actividad constante, sin aspiraciones inmensas de gloria o de riqueza, en medio de una modestia y de una sencillez que han constituido su verdadera gloria.

Hoy día es un hecho claro, citado en varias estadísticas y conocido por mucha gente, que el vasco muere más tempranamente que hace dos siglos, que pierde sus hijos en mayor número y que la vejez general de la raza es cada vez más prematura.

En el estudio de la longevidad general de la Humanidad se observa que aquélla depende de la prosperidad, del bienestar material y de la superioridad moral e intelectual de los pueblos. En cambio, la longevidad de las razas primitivas, poco civilizadas, es mucho menor que la de las demás. Los adelantos científicos actuales han salvado muchas vidas y de una manera general podemos afirmar que hoy la longevidad ha mejorado notablemente. Pero en cambio ha disminuído la natalidad y además han surgido una serie de razones que predisponen a una vejez prematura y a una decadencia de las razas.

El País Vasco es actualmente una de las regiones más prósperas de España, siendo esta prosperidad comparable a cualquier país pequeño próspero y activo de Europa. Los vascos son por naturaleza hábiles hombres de negocios, emprendedores y ahorradores. Es natural que esta coyuntura actual de comercialización y de industria les proporcione una facilidad de adquirir un bienestar. Pero todo bienestar lleva consigo en un plazo corto una tendencia a la comodidad. Y ésta produce y origina numerosas razones para perder los valores sociales, raciales, de salud y de longevidad. En cambio, mientras el vasco se conservó agricultor o marino, si no tuvo grandes riquezas,

obtuvo al menos la conservación de su salud y la independencia de su vida rural tranquila.

La grandeza que para el pueblo vasco se anuncia no está exenta de graves peligros cuyas consecuencias aparecerán mañana. Por eso creemos que vale la pena expresarlo desde hoy para que, persiguiendo la quimera de la riqueza y de las grandezas, no tengamos que recurrir después a corregir la decadencia.

La piedra de toque de la salud general de una raza es la longevidad. A ella nos tenemos que referir para comparar los valores físicos de una colectividad. Todos sabemos que el espíritu sano habita siempre en los organismos sanos; por eso no podemos separar los valores generales de una raza de sus valores físicos y de su salud.

RIQUEZA Y LONGEVIDAD

La riqueza proporciona en primer lugar la buena alimentación; pero fácilmente se llega a los abusos y sabemos los médicos que sólo los ricos padecen ciertas enfermedades determinadas por los excesos alimenticios; éstos también producen taras importantes que menoscaban la salud.

Todos los organismos que realizan un abuso casi constante de la satisfacción de comer abundantemente, pierden pronto su vitalidad, su equilibrio físico, sus cualidades y sus valores intelectuales. Esto no tendría consecuencias si el perjuicio quedara limitado a ellos mismos. Lo más triste de esta costumbre es que al agotar las funciones digestivas en los abusos, sus glándulas degeneran y esta degeneración queda transmitida sistemáticamente a sus descendientes tanto por herencia como por la costumbre que se adquiere viendo comer mucho. Así disminuye rápidamente la longevidad. El hígado, la vesícula biliar, el páncreas y cuantos aparatos constituyen la digestión, pierden gradualmente su potencia funcional ocasionando en una o dos generaciones alteraciones graves de la salud.

Es verdad que la buena alimentación contribuye a disminuir la tuberculosis. Pero en cambio produce la diabetes, la insuficiencia hepática, la cirrosis, el artrismo, la gota, el reuma, la hipertensión,

etcétera, enfermedades transmisibles por herencia, capaces de disminuir gravemente la salud.

El equilibrio más perfecto que encontramos es el de aquellos que llevan una vida eclesiástica, y efectivamente podemos afirmar con numerosas estadísticas al apoyo, que éstos viven muchos más años que la mayoría de los demás. La regularidad de sus costumbres, la sobriedad, la serenidad de su alma y de su vida, de su cuerpo y de su espíritu y la falta de excesos de cualquier clase son la razón de esta longevidad ejemplar. La vida social impone muchas más preocupaciones y luchas, muchos más desvelos y disgustos. Pero mantiene el peligro de caer, generalmente por ambición, en el exceso contrario. Por eso todos aquellos que alcanzan una vida centenaria dicen siempre que llevaron mucha regularidad y sobriedad en su existencia.

Toda la vida humana es una serie de equilibrios como la fisiología enseña. Lo mismo sucede con la vida espiritual y con la salud. Todo lo que tienda hacia uno u otro extremo presenta un peligro, un desequilibrio y unas consecuencias irreparables. Por eso la riqueza que proporciona los medios de tener cierta salud es un arma de dos filos. Y el hombre se deja más fácilmente arrastrar por la pendiente de la comodidad y de los excesos amables que por los caminos de la moderación.

CAUSAS DE LA DECADENCIA

Enumeraremos en primer lugar cuáles son las causas que actualmente concurren a la decadencia general de los valores raciales de los vascos para indicar después los medios de evitarlos.

Estas causas son esencialmente las siguientes:

1. El abuso del alcohol y sus derivados.
2. La lactancia artificial.
3. La tuberculosis.
4. El raquitismo.
5. La sífilis.
6. La emigración a las poblaciones.
7. El aumento del trabajo.

El *Alcoholismo* comienza en cuando se bebe más de medio litro de vino al día. Pero esta cifra se refiere al organismo perfectamente sano. En general, sólo un tercio de la gente se encuentra en dichas circunstancias. Para los demás, ese límite debe ser menor aun.

Todos sabemos que los vascos hace cincuenta años bebían casi exclusivamente sidra, cuya proporción es cuatro o cinco veces menor en alcohol que cualquier vino. Pero a medida que el vasco ha frecuentado más la ciudad, gracias a los fáciles medios de comunicación, se ha extendido el uso del vino y de los alcoholes. Hoy día, además, en cada pueblecillo de Guipúzcoa por ejemplo, existen varias tabernas aunque sólo tenga cincuenta familias; parece a veces mentira que todas puedan vivir con ese único comercio.

El alcohol produce una esclerosis en todos los órganos, pero ataca especialmente al cerebro, al sistema nervioso, a las glándulas de secreción interna y al aparato digestivo. El efecto pernicioso se extiende a la descendencia, porque en los hijos de alcohólicos existe una apatía, una necesidad biológica del alcohol, desde que nacen. Esta herencia resulta un problema social y humano de capital importancia, pues ha quedado demostrado científicamente que el alcohol determina en los hijos debilidad, malformaciones, retraso mental, idiocia, epilepsia, amoralidad, dipsomanía, etc.

Los efectos sociales del alcoholismo han dado lugar a infinidad de estudios, de estadísticas y de trabajos. De todos éstos se deduce que la criminalidad y los diversos delitos se elevan en los intoxicados por alcohol a un 70 %.

El rendimiento de la clase trabajadora es muy inferior al de los obreros que no poseen dicha costumbre. Es notable observar las estadísticas realizadas por varias importantes empresas del rendimiento de un obrero en el período anterior a su vicio y del rendimiento marcadamente inferior producido durante su período de alcoholismo crónico. Se calcula en un 50 % la disminución de este rendimiento.

Existe evidentemente, como muchos han invocado, una explicación climatológica para que la absorción de alcohol pueda ser más necesaria en esta región norteña y marítima que en las demás de España. El clima marítimo y bajo es más depresivo que la altipla-

nicie y aquí la alimentación debe ser más intensa y más abundante, así como el sueño ha de ser más largo. Pero de cualquier forma ésta no puede ser una justificación de los abusos, ya que anteriormente no existían y la salud era mejor con menor cantidad de tóxico.

La lactancia artificial.—La lactancia artificial se emplea desde el siglo XII y ha tenido su boga en los siglos XV y XVI para decaer después y volver a recrudescerse actualmente.

Esta es una costumbre capaz de debilitar una raza en cada generación y se emplea hoy cada vez con más inconsciencia y menos fundamento.

Si la madre esquivá la lactancia de su hijo y lo entrega a una nodriza, pone por lo menos en peligro la vida del niño del ama.

La leche materna es un alimento específico de cada especie que no puede sustituirse impunemente en ningún momento. Contiene una serie de sustancias químicas que otras leches no poseen; sus albúminas, encimas y grasas son distintas de las otras; por eso el niño no sabe digerirlas bien; como que las mismas reacciones químicas engendradas por las mismas sustancias de dos leches distintas son diferentes.

Científicamente se puede afirmar que la leche materna es el único alimento adecuado, el único que asimila el niño y el único que digiere perfectamente.

Una estadística basta para dar idea de la importancia que tiene en la vida del niño esta desviación del cauce natural alimenticio. En Noruega y en Irlanda, donde la lactancia artificial es poco frecuente, la mortalidad infantil es menor de 10 %, mientras en Francia, Alemania y Austria, donde es más corriente, la mortalidad infantil es de 25 %.

TACITO decía ya en su época: "Es mala señal para una nación que las madres dejen de criar sus hijos con pecho".

Lo que suelen invocar las modernas madres es que les falta, que carecen de secreción. Tendrían infinitamente más pecho si pensaran sólo en criar en lugar de pensar a cada momento lo incómodo que es privarse de ir a muchos sitios para criar un hijo durante seis o siete meses. Incapaces de sacrificarse en sus caprichos y gustos, prefieren—con una inconsciencia que asusta—dejarlos en manos mer-

cenarias y aprovechar más los días de su vida en tertulias absurdas o en centros de reunión. La verdad científica demuestra que la mujer sana soporta perfectamente la lactancia; y otras, nerviosas o delicadas, son mucho más fuertes después de haber criado. En cambio son poquísimos los casos de enfermedad que excluyen la lactancia natural.

En cuanto a las diferencias que existen entre los niños criados artificialmente y los que se crían con lactancia natural, son tantas y tan importantes, que no podríamos enumerarlas aquí. Por eso nos limitaremos a decir que no presentan casi nunca trastornos digestivos los últimos mientras los otros los tienen a todas horas y que en cualquier enfermedad fallecen diez veces más niños criados artificialmente que de los criados naturalmente.

En el País Vasco, donde la lactancia ha sido hasta hace poco exclusivamente materna, ha penetrado la costumbre de la artificial con una rapidez y una facilidad que nos asusta. Las nuevas generaciones han de resentirse fatalmente de tan triste orientación; por eso es necesario poner un término a esta desgraciada y peligrosa costumbre.

La Tuberculosis es otra de las plagas que azotan al País. Pero se ha intensificado últimamente de manera extraordinaria. En primer lugar, porque se vive menos que antes al aire libre, porque se vive confinados en fábricas sin ventilación suficiente. Y después, porque la costumbre del alcohol tiene como fatal e inevitable término la tuberculosis en todo hombre joven, por el agotamiento y la falta de apetito que a la larga origina. En cambio el alcoholismo conduce al cáncer en el hombre mayor.

Dicha tuberculosis adquirida por estos caminos queda siempre transmitida a los hijos cuando la padece la madre; y si es el padre quien la padece, inocular, en la convivencia continua y hacinada, a los hijos pequeños. Unos fallecen en ella; otros mejor dotados se salvan pero quedan debilitados para toda la vida y vuelven a transmitir a sus descendientes, si no la enfermedad, al menos las malas condiciones físicas que pueden predisponer a ella. Así decae fácilmente una raza.

Por otra parte, el clima marítimo bajo de esta región exige mucha mayor alimentación y mayor descanso nocturno para la vida de tra-

bajo. Aquí es necesario evitar cuanto contribuya a disminuir el apetito. Por eso todas estas últimas causas enumeradas, reunidas, contribuyen seriamente a la disminución de la vitalidad general de la raza. He aquí los peligros que apuntamos para exponer más adelante cuáles pueden ser los caminos de evitar estas causas, así como otras entre las cuales el raquitismo es una de las fundamentales.

En cambio la *sífilis* no es en esta región un factor importante, pues las estadísticas oficiales nos revelan que cada vez es ésta más exigua.

Pero la *emigración* a las poblaciones se acentúa cada día; así las dificultades del campo son cada vez mayores; para los que quedan allí, los trabajos aumentan para producir lo mismo y en estas condiciones se necesita dormir menos, trabajar más; no es un procedimiento para mejorar una raza. El exceso de trabajo y la deficiencia del descanso nocturno acarrear en la juventud las peores consecuencias; empujan a los organismos hacia la tuberculosis y hacia la vejez prematura. Esto es lo que observamos los médicos actualmente en la mayoría de los caseríos y en la provincia. Y sabemos que esta observación no es más que desde el punto de vista médico. Las demás actividades también revelan lo funesto que resulta esta continua emigración, tanto para el campo como para la ciudad.

En otra ocasión podremos exponer las medidas que se pueden tomar para evitar que tantas causas concurren a determinar fatales consecuencias para nuestra raza.

