RECUPERANDO LA HISTORIA

DR. HONORIO GIMENO

El Dr. Gimeno fue un médico especialmente dotado para la práctica del Naturismo y para su enseñanza. De sólida formación académica –había logrado obtener un total de once matrículas de honor durante la carrera–, su aspiración inicial era la de llegar a convertirse en catedrático de Medicina legal. Sin embargo esa aspiración pronto se desvanecería; mientras estudia tercero, lee "Mi testamento", de Sebastian Kneipp, y resuelve hacerse naturista.

Este joven voluntarioso y moderado, nacido en Espadilla, Castellón, un 29 de marzo de 1907, había de llegar a convertirse en una figura importante del Naturismo médico español, así como uno de sus mejores divulgadores.

Con Sylvia, a la que había conocido diez años antes de casarse con ella en una reunión de estudiantes universitarios, y que se convertiría en su más eficaz colaboradora, formará un entusiasta matrimonio naturista, que aprovechará su viaje de novios para visitar los sanatorios naturistas del centro de Europa y entrevistarse con los eminentes médicos suizos y alemanes de la época. La asidua y profunda lectura de los grandes autores naturistas extranjeros, les obligará a aprender el inglés, y a perfeccionar el alemán y el francés. Posteriormente el Dr. Gimeno emprenderá un viaje de estudios por Alemania (Worishöfen y Jena).

En 1931 inicia su colaboración en el Grupo Helios, grupo barcelonés formado por seguidores del Naturismo aportando excelentes trabajos a la revista "Helios" [*] que edita el grupo homónimo, entre los que se incluyen sus primeros "cursos de Medicina Naturista", que más tarde impartirá en forma de conferencias en la Sociedad Vegetariana de Barcelona.

El Dr. Honorio Gimeno en los años treinta

En 1949 fundará en Esplugas, en las inmediaciones de Barcelona, la única clínica naturista que durante muchos años existió en España, a la que él prefería llamar "sanatorio", para uso exclusivo de sus pacientes, entregando la mayor parte de su tiempo y energía al ejercicio de la Medicina Naturista, a la que tanto amaba.

Era de la opinión de que un médico nunca debería retirarse de su trabajo, y se aplicó cabalmente a sí mismo aquel principio: el 26 de febrero de 1991, después de su habitual consulta matinal, fallecía a los 83 años de edad, tras haber estado viendo pacientes durante 61 años.

[*] Integral (Ed. Oasis SL) acaba de publicar la recopilación de la mayor parte de sus artículos (1931-1936) que aparecieron en la revista Helios. "Paso por Helios del Dr. Gimeno" es el título del libro.

CUADERNOS DE
BIONOMÍA
XXXVI
VOLUMEN IX
INVIERNO 1956-57

Evolución Histórica del Concepto de Médico Naturista

Por el Dr. H. Gimeno

Los resúmenes que he leído acerca de las antiguas Medicinas de los sumerios, de los asirios, de los babilonios, de los egipcios, de los israelitas, de los persas, de los indios, de los chinos, de los japoneses (1) no me han permitido hallar la menor indicación de lo que es un médico naturista. Para darme cuenta de la existencia de semejante clase de médico, me es preciso llegar a la Medicina griega, y de ésta, a la Medicina de Hipócrates.

En efecto, un extracto de las lecturas que acerca de Hipócrates, de sus obras o de las que se le atribuyen he hecho, permitirá dar a conocer una serie de caracteres que coinciden de un modo casi absoluto con lo que se entiende o ha de entenderse por médico naturista.

Hipócrates, el antiguo médico griego, nacido en la isla de Cos, cinco siglos antes de Jesucristo, escribió cosas trascendentales, imperecederas, en cuestiones médicas, tanto que, en mi concepto, constituye esta figura histórica el principio y el fin de la Medicina ordenada. Si él resumió los conocimientos médicos que le precedieron y les dio un concepto y un orden que hasta entonces no tenían, hoy, transcurridos más de 2.000 años (2), volvemos a beber en aquellas fuentes y aceptamos aquel modo de concebir las cosas médicas y seguimos su criterio ordenador, con diferencias de matiz, propias de la época en que vivimos, que en nada afectan a la esencia de aquellas ideas.

De cuantas Escuelas médicas han existido, puede decirse que la nuestra, la naturista, es la que ha conservado con más pureza y seguido con mayor fidelidad la doctrina hipocrática.

Expongo a continuación el extracto a que antes aludí, que, como es lógico, se referirá sólo a los aspectos naturistas de la obra del Padre de la Medicina.

La Medicina es un arte más que una ciencia. De médico, como de artista, se nace. Se puede enseñar a diagnosticar y a pronosticar; lo que no se puede enseñar es la capacidad de poner sano a un enfermo; ésta es innata. Al médico no hay que pedirle sólo conocimientos, experiencia, sino, y aún mas, personalidad.

La salud es el resultado de la mezcla normal de los humores orgánicos; en cuanto ésta se altera, aparece la enfermedad, que, aunque puede manifestarse en cualquier sitio y con los más diversos síntomas, siempre depende de una mezcla anormal de los humores: la causa de todas las enfermedades. Y el motivo de que se impurifiquen los humores es un modo inadecuado de vivir. Si queremos, por lo tanto, curar o evitar las enfermedades, hemos de corregir los defectos que se observan en nuestra vida, especialmente en la alimentación. Estos defectos dependen de nosotros mismos (alimentos inadecuados, vida licenciosa, etc.) o son independientes de nuestra voluntad (condiciones hereditarias, climatológicas, etc.).

En el interior del cuerpo existe una fuerza natural que lo conserva y que, en caso de enfermedad, lo cura. Ella hace que se *cuezan*, que se pongan en condiciones de ser eliminadas las substancias tóxicas que se han formado en el organismo. Es el mejor médico de que disponemos. Para curar las enfermedades hay que contar siempre con ella, y toda nuestra actuación ha de limitarse a desembarazarla de obstáculos, para que obre con toda libertad. Nuestro primer cuidado ha de ser no hacer daño. Téngase presente que una gran parte de las enfermedades que se curan con tratamiento médico, también se curan sin él.

Aunque en la terapéutica hipocrática figura todo lo que al respecto se conocía en su tiempo, se preconiza de preferencia el empleo de la influencia psíquica y de medios dietéticos.

Un médico hábil calma siempre a sus enfermos. Les da ánimos para que soporten con entereza su enfermedad y luchen con decisión hasta vencerla.

Se procura que el enfermo tenga expeditas sus vías de eliminación para evacuarr los humores pecantes. A tal efecto, se hace sudar, orinar, deponer el intestino, vomitar, expectorar, según el caso o las circunstancias. Por ejemplo, se hace sudar con calor externo o con bebidas calientes; orinar con cebolla, ajo, espárrago, rábano, apio.

En este conjunto terapéutico figuran de modo preferente la alimentación sencilla, las envolturas y otras aplicaciones hidroterápicas, el movimiento, el masaje, los baños de luz y de sol, las unciones de la piel y, sobre todo ello, como ya se ha dicho, la influencia psíquica.

Hipócrates prefería las drogas vegetales a las de otra naturaleza. Preconizó el ayuno, el pan integral y las frutas y hortalizas crudas y aconsejó que en cuestiones de alimentación se atendiese al instinto del enfermo. En lo fuerte de la enfermedad, conviene alimentación muy débil o la supresión absoluta de todo alimento. En las diarreas intensas, la ingestión de manzana cruda. En invierno y en primavera, se puede comer más que en verano y en otoño. Cuando se tiene fiebre, el mejor alimento es el jugo de

frutas. Si un enfermo se ha adelgazado bastante por enfermedad larga, no tiene que comer demasiado para recuperarse antes, sino que ha de hacerlo con precaución. Cuando la enfermedad no es muy importante y evoluciona en sentido favorable, el médico no ha de emplear muchos remedios; es mejor que actúe la fuerza vital natural, a ser posible, por sí sola.

Los baños frios, seguidos de ejercicios fisicos, dan más calor al cuerpo que los baños calientes. Los dolores muy fuertes de la gota o del reumatismo pueden desaparecer con repetidos chorros de agua fría. El agua del mar cura heridas y úlceras cutáneas (3). Además de estos consejos, de estas prácticas y de estas observaciones, que son características de la Medicina naturista actual, Hipócrates utilizó otros productos como alumbre, asfalto, plomo, arsénico, azufre, cobre, etc., en diferentes preparados, que ya no son propios de esta Medicina. Y es que en Hipócrates podemos espigar los naturistas y los médicos que no lo son.

En el siglo V antes de Jesucristo era médico naturista el que creía en la existencia de una fuerza vital natural que tiende a conservar la salud del cuerpo humano y a recuperarla en caso de haberla perdido; y el que utilizaba con cierta preferencia medidas de orden dietético, sin olvidar todo el arsenal de substancias con que la terapéutica de aquel tiempo contaba, además de abundantes prácticas de Cirugía.

La idea de la fuerza curativa natural pasa por fases de obscurecimiento, pero no se pierde totalmente en el transcurso de la Historia. El gran escritor latino Aulo Cornelio Celso, que vivió por el año 30 después de Jesucristo, dijo en su obra imperecedera (4) que existe una fuerza curativa natural en el cuerpo humano. Y recomienda, para protegerse de las enfermedades, una vida de acuerdo con las leyes de la Naturaleza.

Areteo de Capadocia y Rufo de Efeso (uno~ 30 años después) siguen el mismo credo de la fuerza curativa natural.

Y asimismo Galeno (año 129 de nuestra Era), que empleó medicamentos en abundancia extraordinaria. Y Alejandro de Tralles y Aecio de Amida (siglo VI). Y los árabes Isaac Hebreo, Maimónides y Razés (siglos X, XI y XII). Y Paracelso (1493-1541), quien dijo: «De la Naturaleza proceden la enfermedad y la curación». Y Tomás Sydenham (1624-1689), el Hipócrates inglés, que dijo esta misma frase y aquella otra de que renunciaría al ejercicio de la Medicina, si no dispusiera de opio. Y Boerhaave, a quien un mandarín chino dirigió una carta, que llegó a su destino, con el siguiente sobre: «A *Boerhaave, en Europa*». Y Hoffmann y Stahl y von Hall er y Tissot (5) y Buchan (6) y Hufeland (7) y Brousais y Corvisart y Laennec y Skoda y tantos otros que han figurado con brillantez en su época y figuran brillantemente en la Historia de la Medicina. Todos ellos han creído en la existencia de una fuerza curativa natural, que es la que restaura la salud maltrecha, pero cada uno ha interpretado a su manera la naturaleza de esa fuerza: unos dando una cantidad enorme de medicamentos; otros, cantidades excesivas; otros, cantidades regulares, pero ninguno como el citado en último lugar, que no recetaba nada. Así como la terapéutica empleada por ellos era en cierto modo contradictoria, la interpretación que de la fuerza medicatriz hacían también lo era.

Después de Hipócrates y hasta mediados del siglo XIX se entiende por médico naturista al que está convencido de que en el cuerpo humano existe una fuerza natural que tiende a curar al organismo y de que, para favorecer la acción de ésta, ha y que medicar mucho o ha y que medicar regularmente o no hay que medicar nada.

Así las cosas, a mediados del pasado siglo, actúa en el eampo médico un hombre de talento extraordinario, que no es médico. Se llamaba Vicente Priessnitz, nació en 1799 y murió en 1851. Curaba a sus enfermos con el agua, con el aire. con el ejercicio, pero principalmente con la primera. P~r eso a su medicina se la llamaba la Medicina del agua (en alemán, *Wasserheilkunde*), y al que la practicaba, médico del agua (en alemán, *Wasserdoktor*), hasta que un discípulo suyo, Rausse (8), teniendo en cuenta que en este tratamiento no se emplea sólo el agua, sino también otros agentes naturales, substituyó la denominación de Medicina del agua por la de Medicina natural (en alemán, *Naturheilkunde*). Y en este momento, en que por primera vez se habla de Medicina natural, iníciase otro concepto de médico naturista. Médico naturista es el que emplea agentes que suministra la Naturaleza (agua, aire) para curar las enfermedades. Mas como Priessnitz admitía la existencia de la fuerza medicatriz y reprobaba en absoluto el empleo de medicamentos médico naturista en esta fecha es el que cree en la fuerza medicatriz y para favorecer la acción de ésta, no emplea medicamentos, sino agentes o acciones naturales (agua, aire, eiercicio).

A imitación de Priessnitz o por su influencia, actúan numerosos médicos, pero la mayor parte de ellos y alguno que alcanzó celebridad en el ejercicio de la Hidroterapia no son verdaderos médicos naturistas, porque, si bien empleaban un agente natural no tenían ni en poco ni en mucho a la fuerza medicatriz (Fleury, Beni-Barde, Duval, Winternitz, etc.) (9).

Así como Priessnitz, del cual deriva indudablemente todo lo que es hoy Medicina natural, tuvo por discípulo a Rausse, (1805-1848), el discípulo de Rausse fue Teodoro Hahn (1824-1883). Y a Hahn hay que recordarle, porque después de practicar durante un tiempo las enseñanzas recibidas de su maestro, cayó en la cuenta de que el régimen vegetariano añadido a la Hidroterapia, favorecía más a los enfermos y de que aquél, continuado después de recuperar la salud, servía para preservarse de las enfermedades y para dignificar la condición humana (10).

Después de Teodoro Hahn, se entiende por médico naturista aquel que, además de seguir a Priessnitz, aconseja el régimen vegetariano, la prohibición absoluta del consumo de carnes y pescados de toda clase a sus enfermos. Se acaba de dar otro paso fundamental en el concepto moderno de médico naturista.

Es verdad que no fue Teodoro Hahn el primero en recomendar el régimen vegetariano al género humano, como también es verdad que no fue Priessnitz el primero que utilizó el agua en el tratamiento de las enfermedades. Pero seguramente sin Priessnitz y sin Teodoro Hahn no habría hoy médicos naturistas en el Mundo tal y como hoy creemos que han de ser éstos.

Es verdad, Pitágoras ya recomendó la alimentación vegetariana (11), y unida precisamente a la Hidroterapia. Pero esas ideas habían sido olvidadas en la Medicina. Es verdad, Schroth (1798-1856) (12), empleó una alimentación vegetal en el tratamiento de sus enfermos, pero sin el menor asomo en sus intenciones de lo que es el Vegetarismo, como lo prueba la práctica de recuperación del paciente en la que figuran carne en abundancia y vino con profusión, bebida que también emplea en el tratamiento. Hahn, siguiendo las prescripciones de Priessnitz, era abstemio.

Cuando se hable de Vegetarismo en Alemania, sobre todo de los principios del Vegetarismo en este país, no se puede omitir el nombre de Eduardo Baltzer (1814-1887), quien después de leer una obra de Teodoro Hahn (13) quedó tan prendado de las ideas vegetarianas que se hizo un adepto de ellas y fundó la primera sociedad vegetariana alemana, en 1867, con el título de «Sociedad para

la práctica de una vida natural», de la que surgieron otras, en las que aprendieron naturistas que luego se habían de distinguir, como Luis Kuhne (14) (1835-1903).

En 1855, un suizo, llamado Arnoldo Rikli (182~1906), funda en Veldes (antiguo imperio austro-húngaro, actual Yugoeslavia) un sanatorio naturista, donde se practican de modo preferente los baños de aire, de luz y de sol (15). Con este hecho se inicia otra característica del médico naturista, la de preconizar esta clase de baños como agentes higiénico-terapéuticos. También aquí como en la Hidroterapia se da el caso de médicos que practican los baños de sol en su profesión y sin embargo, no son médicos naturistas, como Rollier. Y se repite el hecho de que, como Priessnitz en Hidroterapia y Hahn en Vegetarismo, Rikli no es el primero en emplear los baños atmosféricos, pero sí el de hacerlo de modo sistemático. Y a él debemos los actuales médicos naturistas el empleo que hacemos de la Helioterapia.

Cuando todas estas cosas se hallaban conocidas, algo practicadas y medio olvidadas, aparece la fi~ura destacada, la más destaca~a después de Priessnitz~ de Sebastián Kneipp (1821-1897), el famoso cura bávaro, que volvió a popularizar la Hidroterapia, se hizo el campeón en preconizar la vida sencilla y añadió a las prácticas naturistas conocidas el empleo de la tierra y sobre todo el de las plantas medicinales inofensivas (16).

Después de Kneipp, el médico naturista, además de todo lo anterior, receta arcilla y plantas medicinales inofensivas.

Del empleo de la tierra como agente curativo hicieron un extenso y provechoso uso Adolfo Just (1859-1936) (17) y el pastor Felke (1856-1926), sacerdote que adquirió bastante fama con el uso del barro, de otras prácticas naturistas y de la Homeopatía.

En cuestiones de alimentación vegetariana se hicieron verdadaderas e importantes innovaciones. Citaré en primer lugar la idea de que la única alimentación fisiológica es la constituida por vegetales crudos, la llamada ya desde el principio alimentación solar. Asi como Hipócrates y Segismundo Hahn (18) y el profesor Oertel habían dicho alguna vez que los alimentos vegetales crudos eran fuentes de curación de males humanos, así Gustavo Schlickeysen, primero, y Máximo Oscar Bircher-Benner, después, repitieron este concepto, pero lo expusieron con más extensión, con más claridad y dándole más importancia. Schlickeysen (1843-1893) lo hizo en una obra, que reeditó su esposa en 1921, aparecida

El Dr. Gimeno durante su ancianidad

en 1875 (19); Bircher-Benner (1867-1939), en varias publicaciones y en una revista (20). Todas ellas, sobre todo la del primero, están llenas de sugerencias deliciosas.

Así como Rikli aplicaba el sol por fuera, Schlickeysen y Bircher-Benner lo hacían, además, por dentro, con su alimentación solar. Desde este momento, el médico naturista da también mucha importancia a los alimentos vegetales crudos.

Otro médico que se distinguió en alimentación vegetariana fue el Doctor Enrique Lahmann (1860-1905), médico naturista completo, que aprendió Hidroterapia en Grafenberg, la cura atmosférica con Rikli y el Vegetarismo con Baltzer. Defendió de modo notable el aprovechamiento de las sales minerales contenidas en los vegetales (21).

Un colaborador y, en cierto modo, discípulo de Lahmann fue el químico Ragnar Berg (1873-1956), al que conocí personalmente en Dresde, que tanto se ha distinguido en la alimentación vegetariana, recomendando de un modo especial la ingestión de alimentos ricos en bases (22).

En cuestiones de alimentación vegetariana sencilla, hemos de poner en primer lugar a Miguel Hindhede (nacido en 1862), el gran médico danés, creador de la política de la alimentación, que en un libro sugestivo en grado extremo (23) expone las excelencias de la comida vegetariana sencilla, que tan bien conserva la salud.

Y ya que en el capítulo de la alimentación nos encontramos, he de hacer mención de un aspecto naturista muy importante, que es precisamente el de la no alimentación, el del ayuno. Y en tal aspecto hemos de buscar la luz en Norteamérica, a pesar de que en esta cuestión, como en todas las aquí tratadas, hallamos ya afirmaciones en las más antiguas observaciones médicas. No repetiré los argumentos que he dado, sino que continuaré diciendo que Eduardo Hooker Dewey (1840-1904) fue el promotor de todo lo que acerca del ayuno médico se escribe hoy (24), aunque su colega y compatriota Tanner realizó, al mismo tiempo que Dewey se dio a conocer, ayunos prolongados, de 40 días, que ofreció a la consideración médica norteamericana sin que se le hiciese mucho caso.

Actualmente, pues, el médico naturista cuenta con el ayuno, breve o largo, en su arsenal terapéutico.

Y si estas modificaciones de tipo naturista se han hecho en la alimentación vegetariana, también se han realizado otras en las aplicaciones hidroterápicas frías, asociándolas, con una verdadera acción de progreso, a las calientes. Esta se debe principalmente a la actuación de Ernesto Schweninger (1850-1924), médico de Bismarck, hombre de gran personalidad, que, después de dirigir como catedrático un gran hospital naturista, dejó una serie de médicos naturistas cuyos discípulos son los que actualmente más representan, junto con los seguidores de Kneipp, la Medicina natural alemana. Estos médicos fueron entre otros el doctor Guillermo Winsch y los profesores Francisco Schönenberger, de Berlín, y Emilio Klein (25), de Jena. Del último escuché lecciones hace más de veinticinco años.

Si algunas modificaciones hechas a las sucesivas prácticas naturistas han significado un progreso, otras representan un verdadero retroceso, como por ejemplo, la de recetar carne a los enfermos. Todos los que hemos visto la asombrosa transformación que experimentan los pacientes sumamente intoxicados cuando se les suprimen bruscamente las carnes de toda clase y los tóxicos habituales, no podemos admitir de ningún modo que sea un progreso naturista permitir y aconsejar la ingestión de aquéllas a los que sufren una enfermedad. Lástima que médicos de talento y que se llaman naturistas, como Pablo Carton (1875-1947), hayan incurrido en este error. Y lo mismo se puede asegurar de la conducta de los médicos que se llaman naturistas y no saben prescindir de los medicamentos en las recetas a sus enfermos. Su conducta representa un evidente retroceso en la marcha de la Medicina

natural. He oído hablar de que algunos de los llamados actualmente médicos neohipocráticos no ponen menos de cuatro medicamentos últimamente salidos en una receta. Los que así obran, ¿No sería mejor que se llamasen neogalénicos? Por lo menos así se denominarían más propiamente.

El masaje y la gimnasia también forman parte de la terapéutica natural, pero sus representantes más conspicuos no han llegado al crédito de carácter naturista que tuvieron los que he citado, pues casi siempre a tales medidas de tratamiento han asociado otras que nada tienen que ver con nuestro credo etiológico ni terapéutico. Sean citados con honor Ling y Thure Brandt.

Asimismo la influencia psíquica sobre el enfermo es otra de las características de nuestra actuación. Honra a Segismundo Freud.

Como resumen de todo lo escrito, diré que desde Hipócrates hasta Priessnitz, médico naturista es el que cree en la existencia de una fuerza vital natural, con todas sus deducciones anatomo-fisiológico-patológicas, y emplea una cantidad mayor o menor, pero siempre bastante perceptible, de medicamentos para favorecer la acción de aquélla. Desde Priessnitz, médico naturista es el que cree en la fuerza natural del organismo y emplea los agentes naturales para ayudar a que actúe; los medicamentos y alguna otra medida terapéutica son utilizados por excepción. Este médico —naturista en doble sentido— da consejos higiénicos: no beber bebidas alcohólicas ni excitantes, no fumar, no respirar atmósferas viciadas, cultivar las buenas acciones, vivir en contacto con la Naturaleza, comer alimentos vegetales sencillamente preparados. ❍

(1) P. V. Renouard: *Historia de la Medicina*. Salamanca. 1871.
Juan Giné y Partagás: *Lecciones sobre Historia de la Medicina*, Barcelona, 1869. Fielding H. Garrison: Introducción a *la Historia de la Medicina*, Madrid, 1921.
Arturo Castiglioni: *Historia de la Medicina*, Barcelona, 1941.
Howard W. Haggard: *El médico en la Historia*. Buenos Aires, 1941.
Juan Fauvet: *Las etapas de la Medicina*, Barcelona, 1946.

(2) Alfredo Brauchle: *Naturheilkunde in Lebensbildern*, Leipzig, 1933.
Alfredo Brauchle: *Handbuch der Naturheilkunde*, Leipzig, 1933.

(3) *Aforismos de Hipócrates*, por Manuel Casal y Aguado, Barcelona 1843. J. E. Dezeimeris: *Resumen de la medicina hipocrática*, Barcelona, 1844.

(4) *De re medica*.

(5) Tissot: Aviso *al pueblo acerca de su salud*. Madrid, 1795.

(6) Buchan: *Medicina doméstica*. Madrid, 1785.

(7) Hufeland: *Tratado completo de Medicina práctica*. Madrid, 1848.

(8) Rausse: *Anleitung zur Ausübung der Wasser- oder Naturheilkunde*, Leipzig, 1895-1896.
Rausse: *Der geist der Gräfenberger Wasserkur*, Zeitz, 1838.
Rausse: *Die gewohnlichsten ärztlichen Moissgriffe beim Gebrauch des Wassers als Heilmittel*, Leipzig.
Rausse: *Miscellen zur Gräfenberger Wasserkur*, Zeitz. 1846.

(9) L. Fleury. *Traité thérapeutique et clnique d'Hydrotherapie*, Paris. 1875.
W. Winternitz: *Die Hydrotherapie auf physiologischer und klimatischer Grundlage*, Leipzig. 1912. Facsimile de la edición de 1877.
Beni-Barde: *Traité théorique et pratique d'Hydrotherapie*. Paris, 1874.
E. Duval: *La pratiQue de l'Hydrotherapie*, Paris, 1891.

(lO) Teodoro Hahn: *Das Paradies der Gesundheit, das verlorene und das wiedergewonnene*, Köthen. 1879.

(11) Diógenes Laercio: *Vidas, opiniones y sentencias de los filósofos más ilustres*, Buenos Aires.
Federico Jaskowski: *Philosophie des Vegerismus*. Berlín. 1912.

(12) Cybulka: *Johann Schroths diätetische Heil-Methode und ihre ausgezeichneten Erfolge*, Leipzig.
Mader: *Das grosse Buch von der Schrothkur*. Jägerndorf.
Kles: *Diätetische Kuren*, Dresden.
Moller: *Das diätetische Heilverfahren Schroths*. Leipzig. 1920.

(13) Teodoro Hahn: *Die naturgemässe Diät, die Diät der Zukunft*.

(14) Luis Kuhne: *La nueva ciencia de curar*.

(15) Arnold Rikli: *Medicina Natural y baños de sol*. Barcelona. 1907.
A Rollier: *Le cure de soleil*, París-Laussane. 1914.
Monteuuis: *Los baños de aire, de luz y de sol en Casa*, Barcelona, 1930.

(16) S. Kneipp: *Método de Hidroterapia*, Barcelona, 1916.
Cómo habéis de uivir.
El consejero de las familias.
El cuidado de los niños.
Atlas de Botánica.
Mi testamento.
Codicilo en mi testamento.
Almanaques Kneipp. De 1894 a 1898.

(17) Adolf Just: *Kehrt zur Natur zurück!*, Blankemburg im Harg, 1930.
Adolf Just: *Wie heile ich Krankheiten?*, Plankenburg i. Harz, 1925.

(18) J. Segismundo Hahn: *Unterricht vor Krafft und Würckung des Frischen Wassers*, Breslau und Leipzig, 1745.

(19) Gustav Schlickeysen *Obst und Brot*, Freiburg i. Br., 1921. En español. *Fruta y pan*, Barcelona, 1930.

(20) M. Bircher-Benner y M. E. Bircher: *Früchtespeisen und Rohgemüsse*. Zürich-Leipzig, 1929.
M. Bircher-Benner: *Kinder-Ernährung*, Zürich-Leipzig-Wien. 1935.
M. Bircher-Benner: *Über das Weltbild des Arztes und den Sinn der Krankeiten*. Zürich-Leipzig-Wien, 1935.
M. Bircher-Benner: *Der Wendepunkt im Leben und im Leiden*. Revista mensual.

(21) H. Lahmann: *Die diätetische Blutentmischung als Grundursacke der Krankheiten*, 1891.

(22) Ragnar B.: *Altägliche Wunder*, Dresden, 1929.
Ragnar Berg: *Die Nahrungs = und Genussmittel*, Dresden, 1929.

(23) M. Hindhede: *Gesundheit durch richtgne und einfache Ernährung*, Leipzig, 1935.
M. Hindhede: *Moderne Ernährung*, Berlín-Leipzig, 1925.

(24) E. H. Dewey: *Lejeunequi guérit*, Bruxelles, 1927.
Gustav Riedlin: *Fastenkuren und Lebenskraft*, Berlín.
Georg Lindner: *Die Elitekur für Ungeheilte*, Munchen, 1928.
Walter Würfel: *Klinische Beobachtungen über das Fasten*, Berlín, 1939.
Ed. Bertholet: *Le retour a la santé et a la vie saine par le jeune*, Lausanne, 1930.

(25) Klein: *Naturheilverfahren*, Leipzig, 1928. Klein: *Zum Naturheilverfahren*, Stuttgart-Leipzig, 1930.

(26) Paul Carton: *Traité de Médecine, d'Alimentation et d'Hygiène Naturistes*, París, 1931.