

Comentario del Director

Nos agrada publicar en Nutrición Hospitalaria estas notas sobre el Quijote, dedicándolas especialmente a los lectores de fuera de España. Se afirma que El Quijote es la mejor obra literaria de todos los tiempos, pero también es cierto que poca gente lo ha leído desde la primera a la última página. Es, sin embargo, un libro delicioso que, ábrase por donde se abra, cautiva. El tema de la alimentación en El Quijote me interesó en una época y no me resisto a incluir, aprovechándome de mi calidad de director de la revista, otro episodio. Se trata de una carta (Cap LI, 2ª parte) que remite Sancho a Don Quijote, relatándole sus experiencias como gobernador de la Ínsula de Barataria. El escudero está muy preocupado por los consejos que le da el médico de Tirteafuera, Don Pedro Recio: *“...Ese tal doctor dice él mismo de sí mismo que él no cura las enfermedades cuando las hay, sino que las previene, para que no vengan, y las medicinas que usa son dieta y más dieta, hasta poner la persona en los huesos mondos, como si no fuese mayor mal la flaqueza que la calentura. Finalmente él me va matando de hambre, y yo me voy muriendo de despecho, pues cuando pensé venir a este gobierno a comer caliente y beber frío, y a recrear el cuerpo entre sábanas de Holanda, sobre colchones de pluma, he venido a hacer penitencia, como si fuera ermitaño, y como no hago de mi voluntad pienso que al cabo al cabo me ha de*

llevar el diablo.” Nótese que los consejos del médico eran los más adecuados por su obesidad mórbida, aun cuando éste no los aceptara como buenos. Sancho solamente aspiraba a disfrutar con la comida.

Me gusta la afirmación de “comer caliente y beber frío”. Si en el año 2005 esto parece una obviedad, debemos ser conscientes de que se trata de una conquista relativamente reciente de nuestra sociedad y de que, en aquella época, las bebidas frías eran un refinamiento al alcance de muy pocos. Sancho, a decir de Don

Quijote era “...*tu eres Sancho, el mayor glotón del mundo*” y según la sobrina de Don Quijote “*golosazo, comilón*”. No hay duda de que los consejos del Dr. Recio de hace cuatro siglos serían hoy suscritos por cualquier experto en nutrición.

Felicito a Mireia Farriol por haber enviado estos apuntes a Nutrición Hospitalaria y espero que constituyan una provocación a nuestros lectores para que, en momentos de relax, se aproximen a las páginas de El Quijote.