

LA EDUCACIÓN HIGIÉNICA Y MÉDICA EN LOS AZTECAS

SAÚL GARCÍA BLANCO
Facultad de Educación
Universidad de Salamanca

INTRODUCCIÓN

El deporte moderno, siendo un fenómeno genuino de nuestra época, hunde sus raíces en las manifestaciones culturales de las sociedades más antiguas. Las actividades físicas practicadas por los jóvenes de las distintas civilizaciones habidas, dieron lugar a lo que Ortega definió como «el origen deportivo del Estado». Sin embargo la actividad física, el juego y los deportes han sido considerados generalmente, y hasta tiempos recientes, como unas actividades triviales, casi carentes de valor. No obstante, si se desea comprender las distintas culturas habidas en el mundo, resulta indispensable el estudio de este tipo de actividades excepcionales del comportamiento humano.

Actualmente, a pesar de las posturas aún elitistas de algún investigador, la Educación Física va ocupando dentro del campo de las Ciencias de la Educación el lugar que por derecho propio le corresponde. Ya ningún pedagogo que se precie de tal, discute el valor formativo de los ejercicios físicos y deportivos; incluso nuestra sociedad vive inmersa en una oleada de exaltación deportiva.

El presente trabajo es una síntesis de uno de los capítulos de los que consta la tesis doctoral *LA EDUCACIÓN FÍSICA DE LOS AZTECAS*, y atiende a uno de los aspectos quizás menos investigados de la educación física. Tal y como se pone de manifiesto en la citada tesis, las actividades físicas, lúdicas e higiénicas formaban parte de la educación que recibían los jóvenes aztecas tanto en el ámbito familiar como en el estatal, siendo muy superiores en concepto y contenidos a la que poseían los europeos a su llegada a Mesoamérica.

La necesidad del cuidado del propio cuerpo, muy en boga últimamente, es sin embargo un descubrimiento relativamente reciente. Fue con la aparición del Naturalismo cuando Rousseau primero, y después Tissot y Locke entre otros, abogaron por la conveniencia de ejercicios higiénicos para la juventud. Más tarde Ling, desde su puesto de director del Real Instituto de Gimnasia de Estocolmo, propugnó la necesidad de una gimnasia higiénica. Hoy, uno de los objetivos que plantea la Educación Física es precisamente, la adquisición por parte de los educandos de unos hábitos de tipo higiénico, que favorezcan su práctica cuando el individuo sea adulto.

De igual forma, el «matrimonio» entre la Educación Físico-Deportiva y la Medicina es algo también próximo a nuestra época, aunque existan ejemplos de personajes excepcionales que en tiempos pretéritos ya se pronunciaban a su favor. Tal es el caso de médico andaluz D. Cristóbal Méndez, a quien se debe el primer texto

publicado en el mundo al respecto¹. Hoy se utilizan los conocimientos médicos para planificar la tarea deportiva, mejorar los resultados, o recuperar a los deportistas de posibles lesiones; hasta tal punto, que se ha considerado una necesidad la existencia de una especialidad médica al servicio del deporte. La Educación Física a su vez, en su ámbito educativo procura el estudio y conocimiento por parte de los alumnos de las distintas partes y órganos del cuerpo y de cuales son sus funciones.

Todo lo expuesto anteriormente no era comprendido, ni por supuesto practicado, a principios del siglo XVI en el mundo considerado entonces civilizado. Sin embargo, cuando los españoles arribaron a Nueva España, se encontraron con la existencia de una educación higiénica y con la aplicación de unos conocimientos médicos a las actividades deportivas. La única razón dada por algunos cronistas ante estas actividades superiores en desarrollo a las suyas, fue la de considerarlas poco menos que cosas inspiradas por el mismo diablo.

Constituye una realidad, como expongo seguidamente, el que los aztecas y la mayoría de los distintos pueblos mesoamericanos², educaban a sus jóvenes en la observancia de numerosas medidas higiénicas, a la vez que poseían elevados conocimientos de fisiología y anatomía, disciplinas éstas que formaban parte del currículum de los alumnos en los *calmecac*³.

PRÁCTICAS HIGIÉNICAS

El aseo diario constituía una práctica común entre todos los pueblos mexicas, participando en el mismo toda población, bien fuera joven o adulta, sana o enferma. Lo tenían por costumbre y obligación nada más despertarse, incluso aunque fuera invierno o el tiempo estuviera frío y húmedo. Las referencias a este respecto ofrecidas por los distintos cronistas son numerosas, hecho éste que indica la perplejidad de los españoles ante tal costumbre. Según Fray Diego de Landa, las mujeres indígenas al igual que los hombres se bañaban todos los días, lo que extrañó al obispo, pues no lo hacían con sobra de honestidad, ya que al contrario de como se realizaba en Europa, se desnudaban por completo para bañarse. Conocemos incluso, como el emperador *Moctezuma*, gran amante de la limpieza, exigía a sus mujeres el bañarse varias veces al día.

El someter su organismo a estas prácticas, hiciera frío o calor, favoreció a los mexicas para gozar de una buena salud y poseer un cuerpo fuerte y ligero. Ya desde que nacían les acostumbraban a lavarse con agua fría, lo que era, según palabras de Motolinia, el primer beneficio que la parida hacía a sus hijos. Constituía también el baño, una actividad educativa cuya observancia se cuidaba no sólo

1 El doctor D. CRISTÓBAL MÉNDEZ fue el primero en publicar un estudio sobre los beneficios de la práctica física. Su obra, *Libro del ejercicio corporal y de sus provechos*, fue editada en Sevilla en 1551. Ello desmiente la teoría mantenida hasta ahora, de que el primer libro publicado en el mundo al respecto se debió a Jerónimo Mercurialis, ya que este lo hizo en Venecia en 1569.

2 El término Mesoamérica fue acuñado por el antropólogo Paul Kirchoff, definiendo con él el conjunto de culturas que habitaron en tiempos prehispánicos una extensa área geográfica que, a grandes rasgos, abarcaba desde el río Panuco (México) hasta la península de Nicoya (Costa Rica).

3 Uno de los centros públicos educativos de los aztecas. Según mis investigaciones aquél en el que se cursaban estudios superiores.

en los centros de enseñanza sino también en el seno familiar: «Ni siquiera eximían del baño matutino, a los niños de tres o cuatro años, sino al contrario, y como lloraban y aturdían con sus gemidos por haber sido despertados intempestuosamente de su plácido sueño, tan conveniente a esa edad, los padres se llenaban de alegría, estimando que mientras mayores fueran los berridos, mayores gracias les daban los dioses»⁴.

Siglos después, en Europa, Guths Muts manifestaba que había llegado la hora de acostumbrar a los jóvenes a someter sus cuerpos al influjo del tiempo, con frío, viento o lluvia, para lograr unos organismos fuertes y sanos.

No se limitaba el aseo personal de los aztecas a unas sencillas abluciones con agua, sino que contaban y usaban de variadas clases de jabón para uso corporal, los cuales obtenían de las raíces de diversas plantas, siendo la más conocida la variedad que denominaban *amolli*. Asimismo, disponían de una especie de betunes o pomadas olorosas que empleaban como dentífrico, algunos de los cuales como el *chicozapote* blanqueaban los dientes, y otros como el *tlathlaubcapathli* eliminaba el sarro de los mismos.

Un documento excepcional que demuestra el alto valor educativo que para aquellos pueblos poseían las prácticas higiénicas, se muestra en uno de los *buebuethlah tolli*⁵ que recogió Sahagún. En el mismo, un padre azteca aconseja a su hijo sobre la conveniencia de estos hábitos, tanto a nivel particular como social: «...al principio de las comidas, hijo mío, lávate las manos y la boca ... y también tú después de comer te lavarás nuevamente las manos y la boca y limpiarás tus dientes, no vayan a tildarte de gente ruin y salvaje»⁶.

Además del aseo doméstico, los mexicas tenían la costumbre de bañarse frecuentemente tanto en ríos y lugares naturales, como en los baños públicos. Todas las ciudades que se preciaban de serlo, contaban entre sus construcciones con distintos edificios destinados para el baño de sus ciudadanos. Sahagún cita tres, ubicados en distintos puntos, existentes en *Tenochtitlan*; y hasta con cinco palabras diferentes cuenta la lengua *nahuatl*⁷, para designar estas primitivas «piscinas».

Cuando en la España de entonces, y aún muy posteriormente, era tan frecuente en las ciudades escuchar la frase de «agua va», cuyo significado todos conocemos, los españoles de Cortés se debieron quedar boquiabiertos al descubrir la existencia de unos edificios destinados a urinarios, en las calles de *Tenochtitlan*. Este adelanto, propio de una urbe moderna, ratifica el grado de desarrollo de las prácticas higiénicas que poseían los aztecas; impropio, por supuesto, de una sociedad primitiva. Incluso Cervantes de Salazar constata su existencia: «Tuvo gran cuenta Moctezuma con el servicio de los españoles, y tanta, que aún hasta para el proveerse de las necesidades naturales, les señaló unas casas, que llamaban *maxixato*, que quiere decir del proveimiento natural, con las cuales ciertos indios tenían gran cuenta para que siempre estuviesen limpias y aún con buen olor»⁸.

4 HERNÁNDEZ, FRANCISCO: *Antigüedades de la Nueva España*. Madrid, Historia 16, 1986, p. 155.

5 Literalmente "Discursos de ancianos". Recurso metodológico de carácter didáctico, mediante el cual se instruía a los jóvenes aztecas.

6 SAHAGÚN, FRAY BERNARDINO DE: *Historia General de las cosas de Nueva España*. México DF, Porrúa, 1985, pp. 414-415.

7 El Nahuatl, "lengua armoniosa que agrada al oído", era la lengua de los mexicas y constituía, a la llegada de los españoles, el idioma oficial de todo Mesoamérica.

8 CERVANTES DE SALAZAR, FRANCISCO: *Crónica de la Nueva España*. Madrid, Atlas, 1971, vol. I, p. 349.

Temazcalli

Hace relativamente poco tiempo descubrimos en nuestro país, el «invento» finés de la sauna. Actualmente la mayoría de los gimnasios poseen una instalación de este tipo, e incluso se comercializan para uso doméstico y familiar. Sin embargo, cinco siglos atrás, cuando los soldados de Hernán Cortés llegaron a México, ya constataron la existencia de unas construcciones que los indígenas usaban para tomar baños de vapor, cuyo uso y existencia se perdía en el recuerdo, y a los cuales daban el nombre de *temazcalli*.

Aunque no ha sido posible todavía determinar con exactitud su origen, cabe pensar que estos baños (*temazcalli* significa literalmente «casa de baños») poseen al menos una antigüedad similar a la de la sauna de Finlandia, a la cual se le atribuyen unos dos mil años de existencia. Hay datos que demuestran cómo ya durante la peregrinación del pueblo azteca, se usaban estas instalaciones: «... gastaron todo el día en enjugar sus ropas y edificar un baño que ellos llaman *temazcalle*... hicieron este baño en un lugar que está junto a la ciudad llamada *Mexicalzinco*»⁹.

Hoy somos conscientes de los beneficios que para el organismo produce la limpieza de la piel por transpiración, de cómo este sistema constituye el mayor remedio para eliminar toxinas, y de que durante su uso se produce una dilatación de los capilares y un aumento de la circulación periférica, con lo que el descanso posterior es superior al normal. Todo esto ya lo conocían los mexicas, para quienes constituía un hábito y práctica común el empleo de estos baños. Su uso popular está ratificado por el gran número de *temazcallis* hallados tras el Descubrimiento, encontrándose varios de ellos en cada *calpulli*; incluso algunos autores hablan de la existencia de uno adosado a cada casa mexicana.

Un *temazcalli* se construía de ladrillos de adobe, con una forma semiesférica muy similar a la de los igloos esquimales, siendo el suelo convexo; es decir, más bajo que la superficie del terreno. Poseían unas dimensiones máximas de ocho pies de diámetro, por seis de altura; su entrada, en forma de túnel, sólo permitía el acceso haciéndolo de rodillas. En el interior, frente a la entrada, se disponía de un pequeño horno de piedra con la boca o «tiro» hacia el exterior; en el techo existía un agujero para permitir la salida inicial del humo, el cual se tapaba posteriormente. Tal era la estructura más común de los *temazcalli*, aunque es de advertir el que también había algunos que no poseían la forma descrita, sino que eran pequeñas habitaciones cuadradas.

Su uso era semejante al de la sauna. Previamente se encendía el pequeño horno hasta que las piedras que lo unían con el resto del *temazcalli*, estaban al «rojo vivo». Posteriormente, en el suelo, se colocaban unas esterillas sobre las que se tumbaban desnudos los usuarios, hasta un máximo de diez personas. Una vez dentro, se cerraba la entrada así como el respiradero o *temazcalixtli*, y se comenzaba a verter agua sobre las piedras encendidas, produciendo densas nubes de vapor que inundaban el interior.

Tenían por costumbre los mexicas, algunos opinan que por superstición, que el baño fuera mixto; y al margen de los sirvientes, de los cuales disponían los grandes señores, existían personas especialmente encargadas del correcto funcionamiento

9 ALVARADO DE TEZOMOC, HERNANDO: *Crónica mexicana*. México DF, Innovación, 1980, p. 30.

de los *temazcallis*. Estos eran los encargados de, mojando un manojo de hierbas u hojas de maíz en un jarro de agua, golpear el cuerpo de los usuarios para activar la circulación en según que zonas. Ello lo hacían después de comenzar la sudoración. Al finalizar y salir, solían bañarse o lavarse en agua fría.

Para conocer las «vivencias» de una sesión de *temazcalli*, merece la pena leer lo que escribió al respecto Durán: «... y es tanto el calor que se recibe que casi no se puede sufrir, los cuales son como baños secos porque sudan allí los hombres con sólo el calor del baño y con el baho de él más que con ningún otro ejercicio ni medicina para sudar, de lo cual usan los yndios muy de ordinario así sanos como enfermos, los cuales después de haber allí sudado se lavan con agua fría fuera del baño, lo cual espanta a los que lo ven que después de haber sudado una hora, se salgan del baño y se laven y se echen encima 10 y 12 cántaros de agua sin temor... lo cual si un español lo hiciera se pasmara o se tullera»¹⁰.

Resulta cuando menos llamativa la ignorancia demostrada por personas cultas, como eran los cronistas, ante los *temazcalli* y su uso. Ellos debían de conocer por sus estudios y experiencia, que ya en la época prehomérica los griegos disponían de casas de baños, instalaciones que pasaron a Roma transformándose en termas; de éstas al menos debían ser conocidas las de Caracalla (267 a. C.) con una capacidad para mil seiscientas personas, y las de Diocleciano (305 d. C.) en las que se podían bañar hasta seis mil personas. Además, en Oriente existieron desde antiguo los llamados baños turcos, los cuales fueron traídos por los Cruzados a Europa, en donde a partir del siglo XIII se hicieron populares.

Siguiendo con el tema que nos ocupa, diré que los mayas poseían construcciones semejantes a los *temazcalli*, a las que se denominaban *zumpulche*. Las diferencias principales estribaban en que los baños mayas disponían de dos grandes salas anejas, una de calor y otra de frío. El sistema de uso era el mismo, pero el usuario en vez de tumbarse sobre una estera en el suelo, reposaba sobre asientos largos de piedra.

La función del *temazcalli*, como he dicho, era en primer lugar de tipo higiénico, aunque también se usaba con fines terapéuticos, principalmente en casos de afecciones broncopulmonares o en el postparto. Asimismo, su uso era recomendado por los médicos mexicas a los distintos deportistas, especialmente a los jugadores de pelota, antes de las competiciones como medio de perder peso, y tras los partidos para reducir la tensión muscular y nerviosa.

PRÁCTICAS MÉDICAS

Bien pronto se percataron los españoles al llegar a Nueva España de la gran disposición física y salud de los mexicas; cualidades que eran consecuencia en parte, de los hábitos higiénicos existentes y de una práctica médica muy avanzada. Así nos lo reflejan en sus obras los distintos cronistas quienes, admirados, elogian los numerosos conocimientos de los médicos indígenas.

La medicina mexica distaba mucho de la superstición, como algunos la han catalogado, y los que la aplicaban no eran, en modo alguno, curanderos; aunque Cervantes de Salazar opinara que el que se pusiera en sus manos corría un gran ries-

10 DURÁN, FRAY DIEGO: *Ritos y fiestas de los antiguos mexicanos*. México DF, Innovación, 1980, p. 213.

go, y que sólo se curaría por «mucha ventura». No debió entenderlo así Hernán Cortés quien, tras la batalla de Otumba, sí se confió en manos del Señor de Tlaxcalla para que le curasen de una gran herida que había sufrido: «... Señor Cortés, huelga y descansa... yo luego mandaré llamar sabios maestros en la cirugía que te curen, si el que tú traes no lo sabe hacer mejor»¹¹.

La imagen más completa del médico azteca quizás sea la ofrecida por Sahagún, quien escribe que «el buen médico es entendido, buen conocedor de las propiedades de las yerbas, piedras, árboles y raíces, experimentado en las curas, el cual tiene por oficio saber concertar los huesos, purgar, sangrar y sajar, dar puntos, y al fin, librar de las puertas de la muerte»¹².

Al igual que en la Europa de la época, en México existía una estratificación social entre los practicantes de la ciencia médica. El primer lugar lo ocupaba el médico (*tlama-tepatitciltl*) que curaba con medicinas ingeridas o aplicadas sobre los cuerpos, a continuación se situaba el cirujano (*texoxotle-ticiltl*) y se concluía la escala con el sangrador (*tezoctezoani*). Curiosamente, este último oficio era desempeñado en el mundo considerado «civilizado» de aquel entonces, por los barberos. He de reseñar, como dato significativo, que no todos los médicos eran masculinos, sino que existían mujeres que desempeñaban esta función.

Sus conocimientos sobre anatomía y fisiología eran muy elevados; ello estaba favorecido por el carácter cruento de su religión. La práctica numerosa y frecuente de la desmembración de cuerpos humanos en el sacrificio a sus dioses, dió como resultado unos grandes avances en la anatomía y sobre todo en la disección. Asimismo, el tratamiento constante de heridas y contusiones producidas en luchas o en prácticas deportivas, posibilitó el que los mexicas dispusieran de excelentes especialistas en los distintos campos de la medicina.

Aunque en algunos casos los conocimientos médicos, especialmente los relativos a la fitoterapia, pasaban de padres a hijos, lo más general era la transmisión de estos saberes de forma académica. En los *calmecac*, dentro del plan de estudios, figuraba la impartición de anatomía y fisiología, e incluso su aplicación al deporte y la guerra; allí se enseñaban a los alumnos, a través de láminas coloreadas, los distintos órganos del cuerpo y la función de cada uno de ellos.

En el centro arqueológico de Monte Albán (Oaxaca), se han encontrado unos bloques de piedra en las que hay grabadas, a tamaño natural, unas figuras humanas. La particularidad de estas figuras reside en que presentan deformaciones variadas y adoptan posturas grotescas. Quizás por ello, se les bautizó con el nombre de «Los Danzantes»; e incluso algún investigador, como el arqueólogo mexicano Dávalos Hurtado, las ha interpretado como un grupo de sacerdotes que bailan estáticamente. Sin entrar en profundidad, considero que las estelas de los Danzantes no constituyen sino «radiografías» de distintas lesiones, enfermedades y operaciones, con las que enseñaban los profesores de medicina mexicas a sus alumnos.

La lengua *nahuatl* era tremendamente rica en vocablos que designaban las distintas partes y órganos del cuerpo. A modo de ejemplo señalaré algunos. *Acoltetl* era el músculo en general, y *acolnayacotl* el biceps. Las articulaciones se llamaban *cacalibuyantli*, *acolli* era el hombro y *maquechtli* la muñeca; *cocoyoyantli*

11 CERVANTES DE SALAZAR, FRANCISCO: *Idem*, vol. II, p. 74.

12 SAHAGÚN, FRAY BERNARDINO DE: *Idem*, p. 558.

la cadera y *tlanquaitl* la rodilla. Las costillas recibían el nombre de *omicicuilli*; la clavícula *omicuzcatl*, y *queztepulli* el hueso coxal. Al corazón le conocían por *tetecuicatiztli*, a los pulmones por *tochichi* y al estómago le decían *totaltallizan*. Los mexicas conocieron la circulación de la sangre y a sus atletas ¡les tomaban el pulso!: *tlabuatl*.