

mente las familias las carnes de sus propios hijos como un presente de lujo y de placer, no es creíble. Que los Escitas comiesen sin gran necesidad la carne humana y matasen á sus propios hijos, repugna al buen sentido, y se resiste á la razón. Que los Masagetas y Dervisienos diesen muerte á sus viejos padres y se regalasen con ellos, debe parecer fabuloso. Ciertamente es que el fanatismo y supersticiosos ritos llevan al Hombre hasta un punto de increíble degradación; pero que los de Hircania, según Eusebio, espusiesen á los viejos á ser devorados por las fieras y aves de rapiña, y que en muchos pueblos inmolasen víctimas humanas á sus falsos dioses, ofreciendo en sus bacanales la carne humana como presente de lujo, todo esto no hace al Hombre antropófago, y solo prueba que es capaz de pervertirse hasta dominar sus instintos por una razón estraviada.

Hemos dicho que la alimentación del Hombre variaba en los diferentes climas; vamos, pues, á enumerar las diversas sustancias de que mas uso hacen en cada uno de ellos. En Europa y en la mayor parte de los climas del uno y otro continente el pan, la carne, la leche, huevos, legumbres y frutas son los alimentos ordinarios del Hombre; y el vino, la cidra y la cerveza su ordinaria bebida, pues el agua pura no bastaría á los hombres trabajadores para conservar sus fuerzas.

En los climas mas calientes, el sagú (1), que es la médula de un árbol, sirve de pan, y la fruta de las palmas suple á falta de otras á las demás frutas. En Egipto, Mauritania y Persia se comen muchos dátiles; y el sagú es alimento comun en las Indias Meridionales, en Sumatra, Malaca, etc. Los higos son el sustento mas ordinario en Grecia, Moréa y las islas del Archipiélago, como lo son las castañas en algunas provincias de Italia y Francia.

En la mayor parte del Asia, en Persia, en Arabia, en Egipto, desde allí hasta la China, el arroz es el principal alimento.

En las partes mas ardientes de Africa se sustentan los negros con mijo.

En las regiones templadas de América con maíz.

Los habitantes de las islas del mar del Sur se sustentan con la fruta del que llaman *Arbol del Pan*.

En las Californias, con la fruta llamada *Pitahaya*.

En la América Meridional, con casabe, patacas, ñames y batatas.

En los países del Norte, y principalmente entre los Samoyedos y los Jakutes, es alimento muy comun la planta llamada *Bistorta*.

La sanarre ó *Lilium*, *flore atro rubente*, en Kamtschatka.

En Islandia y en los países mas inmediatos al Norte hacen cocer musgos y *Varec* ó *Urac*.

Los negros comen con gusto la carne del elefante y de los perros (2).

Los Tártaros de Asia y los Patagones de América, se mantienen igualmente con la carne de sus caballos.

Todos los pueblos inmediatos á los mares del Norte comen la carne de las terneras y vacas marinas y de los osos.

Los Africanos comen tambien la carne de las panteras y leones.

En todos los países calientes de uno y otro continente se come de casi todas las especies de monos.

Todos los moradores de las costas del mar, ya sea

en los países calientes, ó en los frios, comen mas pescado que carne, y los habitantes de las islas Orcadas, los Irlandeses, Groenlandeses y Lapones, casi no se mantienen sino de pescado.

Hay muchos pueblos á quienes la leche sirve de bebida; y las mujeres tártaras no beben sino leche de yegua. El suero de la leche de vaca es la bebida ordinaria en Islandia.

Sería muy útil reunir mayor número de observaciones exactas, en orden á la diferencia de los alimentos del Hombre, en los diversos climas, de suerte que se pudiese hacer comparación del régimen ordinario de los diferentes pueblos, pues estas noticias nos darian nuevas luces sobre la causa de las enfermedades peculiares, ó, por decirlo así, indígenas de cada clima.

Terminaremos este artículo con algunas reglas higiénicas relativas á la *cualidad y cantidad* de los alimentos. Frugal por naturaleza el Hombre en su primitivo origen, lo fue tambien por convencimiento. La historia de las naciones nos está patentizando que eran fuertes y virtuosos en medio de la parquedad, y que fueron luego débiles, cobardes y viciosos con la intemperancia. Viéronse los Romanos dominadores del mundo cuando un pedazo de pan satisfacía su ambición de comer, y cuando sencillos alimentos formaban los banquetes de los Cicerones, de los Escipiones, etc. Entonces su pecho ardía en el fuego entusiasta del patriotismo, de la gloria y de la justicia; sanos, fuertes, con larga vida, arrostraban los peligros, los climas mas opuestos y las penalidades de sus conquistas, haciéndose inespugnables sus privilegiadas constituciones á tan poderosas influencias; pero, vencidos por repetidos alhagos y por el ejemplo de los que habian sujetado á su yugo, Roma vió muy luego sustituir á los frugales banquetes de los Escipiones la destructora opulencia de los Tiberios y Nerones, viniendo una nación triunfadora á ser trofeo de los vencidos.

Se vive con mas salud y mas años con poco alimento, decia Zimmerman, porque lo que se come se digiere bien, se forma un buen quilo y llega á los órganos una sustancia reparadora con todos los caracteres necesarios: por esto vemos muchos hombres que comen poco conservarse gordos y robustos, y otros comiendo mucho flacos y enfermizos. Pero en esto tiene su influencia la educación: acostúmbrense los niños á estar comiendo siempre y á llenar su pequeño estómago con mas de lo que puede contener; de aquí las indigestiones, los afectos verminosos, la debilidad general, las diarreas y muchas veces enfermedades mortales. Cuando este abuso no tiene tan fatales consecuencias, distiende al menos el estómago dándole preponderancia sobre las demás vísceras, y formamos un gastrónomo en vez de un pensador: damos al estómago la supremacía orgánica en lugar de dársela al cerebro, y como el tiempo en que se digiere es perdido para pensar, se vive para comer y no se come para vivir. El joven debe comer mas veces que el adulto, porque tiene que conservar y aumentar sus órganos, y las funciones reparadoras y de incremento se ejercen con vehemencia. Lo poco y repetido trae menores males que lo mucho y pocas veces, porque lo primero produce la buena elaboración, y lo segundo la perversion del órgano que se ejercita. La escesa cantidad de alimento es perjudicial tambien á la acción de las otras vísceras, porque es una ley general que, á proporcion que un órgano alimenta su actividad vital, se disminuye en los demás. Suele á veces coincidir el desarrollo del estómago por el abuso de alimentos con el desenvolvimiento del sistema muscular; pero las mas veces sucede lo contrario. ¿Cuántas veces hemos visto coincidir una energía en la fuerza muscular de esos atletas que llaman la atención pública con una ali-

(1) Véase este nombre en el tomo de *Botánica*.

(2) En el mayor número de las islas conocidas del Mar del Sur se engordan perros cuya carne estiman allí como alimento delicioso (véanse los viajes de Cook); y Navarrete, en sus Viajes á la China, asegura que hacen allí jamones de perro, que tienen por gran regalo.