

## INTRODUCCIÓ AL CONEIXEMENT DE L'OBRA D'ADRIAN VAN DER PUT (1892-1974), EN EL CAMP DE LA MEDICINA NATURISTA A CATALUNYA

*Cristina GUTIÉRREZ PORTUGAL*

*Èrika MARTÍNEZ AMORÓS*

*M<sup>a</sup>Carmen MEDINA MALLÉN*

### INTRODUCCIÓ

El nostre treball se centra en la figura d'Adrian Vander, autor prolífic de llibres naturistes, que va residir a Barcelona i la seva obra va tenir una gran difusió.

Iniciem el treball amb una aproximació biogràfica no molt precisa degut a la poca informació que hi ha sobre la seva vida. Ni als arxius de la ciutat, ni a les ambaixades, ni tan sols la seva dona ens han aportat cap dada concreta.

A continuació parlem de la seva obra on distingim dos tipus: l'obra extensa amb el llibre "*Guía médica del hogar*" i l'obra d'extensió més curta o monografies. Un altre apartat el dediquem a la revista "*La Salud*" dirigida per Adrian Vander. Finalment adjuntem la seva bibliografia i fem un recull de totes les fonts consultades.

Així, iniciem l'estudi d'aquest autor que malgrat la seva difusió mai ha estat objecte d'anàlisi.

### APROXIMACIÓ BIOGRÀFICA

Adrian Van Der Put Vermuden, fill de Pedro Van Der Put i Maria Vermuden, va néixer a Holanda (Tilburg, Província de Brabant) el 2 de gener de 1892, i va morir als 82 anys al 1974 al Tirol (?).

Fou director general del Sanatori de Fisiatria de Leipzig (Alemanya)<sup>1</sup>.

Arribà a Barcelona a final de la Primera Guerra Mundial<sup>1</sup>, i hi és segur el 1925<sup>2</sup>. En aquesta ciutat es va casar amb Rosalia Bergadà, natural de Lleida.

Inicialment tingué una consulta al carrer Balmes. Posteriorment es traslladà a la Plaça Monestir, 3 (Pedralbes) on tenien la residència i la pròpia editorial que va romandrà activa fins aproximadament l'any 1993.

A tots els seus llibres signa com a Dr. Adrián Vander, encara que en cap lloc constin els seus estudis de medicina ni aparegui registrat al Col·legi de Metges de Barcelona<sup>3</sup>.

La seva bibliografia és extensa, autor de més de quaranta llibres i de la revista *La Salud*. També va escriure alguns articles per la revista *Helios*, reconeguda en aquella època, on van escriure o eren mencionats metges naturistes de renom com Dr. Jaramillo considerat com el primer metge naturista madrileny, el Dr. Ruiz Ibarra el segon component d'aquest grup de metges, entre d'altres. D'entre les seves obres destaca el seu tractat de Medicina Natural y la *Guía médica del hogar* composta de 3 volums que pretén ser una *enciclopedia de la salud*<sup>4</sup>. Va prologar el llibre *Belleza* escrit per la seva dona Rosalia Bergada<sup>5</sup>. També va revisar les obres de Luis Kühne (fisiòleg alemany, fundador del Sanatori de Fisiatria de Leipzig).

La seva obra, de tema naturista, és de divulgació, no només destinada al públic especialitzat<sup>6</sup>, i amb aquest propòsit il·lustra sovint els seus llibres amb imatges aclaridores sobre els tractaments, els símptomes d'una malaltia, etc. Va tenir una gran difusió, no només a Barcelona, sinó a la

---

<sup>1</sup> *El diagnóstico por el iris*, Adrian Vander, Valencia, Arlandis 1918 : *El autor, profesor Vander, exdirector del Sanatorio de Fisiatria de Leipzig, a quien en la guerra europea ha traído a España...*

<sup>2</sup> Probablement va arribar a Espanya alguns anys enrere ja que trobem la publicació de la obra *Diagnóstico por el iris* editada a València a l'any 1918.

<sup>3</sup> En el Arxiu Municipal de Barcelona consta com a escriptor.

<sup>4</sup> *Guía médica del hogar*, Adrian Vander, Barcelona, Sintès, 1967

<sup>5</sup> La autora signa l'obra com a Rosalia Vander.

<sup>6</sup> *El diagnóstico por el iris*, 1918 : *El autor, habituado a la enseñanza y a la práctica, ha preferido presentar al público una obra escrita en lenguaje claro y sencillo, a una obra demasiado especializada y técnica, para de este modo poner el asunto al alcance de todas las mentalidades*

resta de Espanya i de l'estranger, mostra d'això és que hi ha llibres editats fins la dècada dels vuitanta.

Va tenir molts col·laboradors, alguns del quals van escriure a la seva revista, d'aquests destaca el Dr. Vermont de Barcelona. També va col·laborar amb un metge a Madrid, el Dr. Eduardo Alfonso y Hernán, que tenia un consultori de Fisiatria en aquesta ciutat, i anà a Barcelona per exercir la medicina naturista amb Vander.

La seva obra fou estudiada per altres metges naturistes, com ara Angel Bidaurrázaga Lázpita (1882-1971), qui es va sentir atret per la iridologia després de la lectura de *El diagnóstico por el iris* de Vander, convertint-se amb el temps en el prototip de metge naturista iridòleg del seu temps<sup>7</sup>.

Adrian Vander va exercir en una època on la medicina naturista a Espanya encara estava per descobrir-se<sup>8</sup>, amb la finalitat de fer conèixer aquesta nova medicina, i basant-se en la medicina de Kühne va escriure els seus llibres.

## FONTS DE CONSULTA

- Dr. Danón i Bretos (Laboratoris Uriach).
- Alejandro Arteche García, *El naturismo médico español*, Revista *Medicina e Historia*, nº1, Barcelona 1999
- Rosalia Bergadà Vander i néts del Dr. Adrià Vander Put.
- Consolat d'Alemanya.
- Consolat dels Països Baixos.
- Consolat de Àustria.
- Ajuntament de Leipzig.
- Biblioteca General de la Universitat de Barcelona.
- Josep M<sup>a</sup> Rosselló (sociòleg).

---

<sup>7</sup> *El naturismo médico español*, Alejandro Arteche. Revista *Medicina e historia* nº1 1999 Barcelona

<sup>8</sup> El Dr. Honorio Gimeno (1907-1991) conegut com el "Doctor Hidrófilo" que va marxar a Alemanya amb la intenció de convertir-se en metge naturista a l'estil de Kneipp, al tornar a Barcelona així ho feia saber ...*dudo que en el estado actual de cosas pueda hacerse en España ningún médico naturista, porque en este campo encuentra negligencia, ignorancia, desaprensión y falta de libros que orienten verdaderamente por el buen camino que ha de seguir todo el que recién salido de la Facultad desee practicar el Naturismo médico.* (*El naturismo médico español*, Alejandro Arteche, Revista *Medicina e Historia*, nº1, Barcelona 1999).

- Societat Naturista Vegetariana de Catalunya.
- Arxiu Històric de la Ciutat. Hemeroteca.
- Biblioteca Popular Ignasi Iglesias.
- Centre de Documentació Historicosocial/Ateneu Enciclopèdic Popular.
- Editorial i llibreria Sintes.
- Col·legi de Metges de Barcelona.
- Arxiu expedients acadèmics de la Universitat de Barcelona.
- Arxiu Municipal Administratiu de Barcelona.

**MONOGRAFIES** (Posem l'any del que hem vist l'edició, que sovint no és pas la primera, i a vegades inclús posterior a la seva mort)

**•Ver bien sin gafas. Nuevos procedimientos para suprimir los defectos de la vista.**

Barcelona 1983.

L'obra consta de 152 pàgines amb 35 il·lustracions.

L'autor posa de manifest que per les afeccions i defectes de la vista és necessari a més de les lents, coneixements de Medicina Natural. Per això presenta aplicacions pràctiques i exercicis senzills per normalitzar la vista i inclús poder suprimir les lents.

El llibre està dividit en introducció i quatre parts:

A la introducció, l'autor fa una valoració de l'estat (a la seva època) de l'oftalmologia, com a branca separada de la Medicina. A més, proposa normes higienodietètiques, ja que considera que molts dels defectes de la vista són deguts a errors de l'alimentació i gènere de vida. L'objectiu dels procediments naturals és millorar la salut i augmentar les defenses. Segons ell, la Medicina Natural és l'única via per assolir una salut perfecta i correcte benestar.

A la primera part (16 pàg.), l'autor ens explica les causes de les afeccions visuals, marcant com a primera causa la vida massa artificial i antinatural. Segons ell, la visió no només depèn dels ulls sinó també de què la resta d'òrgans siguin sans i de la influència de les emocions perjudicials.

A la segona part (34 pàg.), fa una descripció dels defectes visuals i les seves causes: miopia, hipermetropia, vista cansada, astigmatisme i estrabisme. A més, ofereix consells i aplicacions pràctiques per a cada cas, així com noves tècniques per evitar el cansament dels ulls.

A la tercera part (64 pàg.), ofereix consells sobre com usar la vista al llegir, cosir, a la infància i a l'edat escolar. L'autor també ens parla de la importància de la llum per la vida. En aquesta part trobem l'atles de il·lustracions, amb 32 làmines en blanc i negre (explicatives dels defectes visuals i diferents exercicis per cada cas) i 3 il·lustracions en color (que expliquen com es veuen els objectes).

A la quarta part (30 pàg.), l'autor ens ofereix diferents exercicis per tal de corregir els defectes de la vista: picar de mans, balancejar, llegir sense cansar exercicis amb llum solar, enduriment. A més, ens explica que respirar bé, la memòria i la imaginació ens ajuden a veure millor.

### ● **Expresión del rostro: cómo conocer a las personas.**

Editorial i llibreria Sintès, Barcelona 1969.

Aquesta obra consta de 222 pàgines, d'un atlas d'il·lustracions i està estructurada en una introducció i quatre parts.

L'autor pretén donar una base més científica a la peculiaritat de conèixer les persones a través de l'expressió del rostre, les seves paraules i els gestos. La finalitat de l'obra, però, és el millor coneixement de l'ésser humà, per tal de facilitar la comprensió, tolerància i respecte, evitant conflictes individuals i col·lectius, permetent la felicitat i benestar.

A la introducció, l'autor fa una reflexió sobre les conseqüències que comporta el jutjar externament a una persona i fer-ho malament i assegura que el coneixement de l'expressió del rostre permet descobrir signes de malalties.

A la primera part (21 pàg.), exposa l'estat del coneixement del rostre a través dels temps, els diversos tipus humans i la personalitat. Ens explica que els principals tipus de constitució són: de nutrició, de moviment i de pensament. Sobre aquests, ens exposa les característiques, el caràcter, la

salut i la seva malaltia. Altres tipus que anomena són: el tipus superior (artistes) i el tipus anormal.

A la segona part (37 pàg.), ens exposa el significat de: expressió del rostre, arquitectura de la cara, crani, front, cabell, ulls (el seu color, la distància entre ells, lluentor, posició de les parpelles), nas, boca, llavis, mentó, mandíbula, orelles, coll i clatell. A més, ens parla de la relació del cap amb les altres parts del cos i del canvi de la cara al llarg dels anys.

En aquesta part de l'obra, el Dr. Vander anuncia que determinades investigacions han desmentit la teoria de Gall (Frenologia), ja que se sap que la vida psíquica no només depèn del cervell, sinó que també està influïda per hormones, posant com exemple que la manca de tiroide ocasiona cretinisme. Tot i així continua donant-li validesa a la teoria de les *localitzacions cerebrals*, fundada pel mateix Gall.

A la tercera part (20 Pàg.), ens explica com podem conèixer el caràcter de les persones i el nostre propi a través de gestos, tics i la manera de caminar, de vestir, d'aguantar la cigarreta, de pentinar-se, de pagar, d'estar sentat i de firmar, així com a través de l'apretada de mans i del ball.

A la quarta part (36 pàg.), ens parla dels signes de malaltia al rostre, per tal de poder reconèixer la malaltia o salut en una persona. També podrem reconèixer signes de malaltia a través de la coloració de la pell, a través del cabell, dels ulls (posant per exemple, l'exoftalmos com a tret característic de la malaltia de Basedow), de les galtes, del nas, orelles, llavis, llengua, dentadura i glàndules de secreció interna. També ens explica quins són els signes que ens poden permetre reconèixer les tendències criminals i les causes que predisposen a cometre delictes. Finalment ens parla de la bellesa i de la lletgesa i ens aconsella com aplicar correctament la ciència de l'expressió del rostre.

A l'atles d'il·lustracions (92 pàg.), trobem il·lustracions en blanc i negre d'allò que ha anat desenvolupant al llarg de la seva obra. A més trobem una làmina sobre les expressions de la mímica segons el Dr. Teodoro Piderits i una reproducció d'una làmina d'un llibre de Della Porta. Finalment, trobem il·lustracions amb l'expressió del rostre de personatges cèlebres, com Cervantes, Leonardo da Vinci i d'altres.

## ● Plantas medicinales

Editorial i llibreria Sintes, Barcelona 1980.

Aquesta obra consta de 254 pàgines, 130 il·lustracions en negre i 150 en color.

L'obra està estructurada en dues parts. En la primera es descriuen els diferents tipus de plantes medicinals i en la segona les malalties que poden tractar-se amb aquestes plantes. Al final de l'obra hi ha 5 índexs alfabètics: *enfermedades descritas en esta obra, plantas descritas en esta obra, nombres latinos de estas plantas, nombres populares o regionales de las plantas i nombres sudamericanos*. A l'apartat *Como usar esta obra*<sup>9</sup> trobarem ampliada aquesta explicació.

Prèviament es troba una introducció en la que s'exposa la idea general d'aquest llibre:

*Este libro es sobre todo, una orientación para todos los que deseen conocer a fondo las virtudes y propiedades de aquellas plantas que son beneficiosas para la salud. Hemos de poner de manifiesto que no constituye un tratado de medicina, ya que en él no se describen ni técnicas ni terapéuticas médicas" "... esta obra es una ayuda para la salud por medio de sencillos procedimientos naturales, pero no constituye por sí sola una solución integral,..., cuando la persona enferma debe ante todo acudir al médico para que la examine debidamente, pues un diagnóstico a tiempo puede evitar numerosas complicaciones*<sup>10</sup>.

A la primera part trobem dos grups de plantes descrites: un format per aquelles plantes la descripció de les quals està acompanyada de la il·lustració corresponent i un altre format per plantes descrites sense il·lustrar. En ambdós grups les plantes estan ordenades per ordre alfabètic, la descripció de cada planta està encapçalada pel nom oficial de la mateixa i segueixen a continuació els noms populars i regionals de cadascuna. Els noms regionals van precedits de les abreviatures que indiquen la regió en que s'usen. Finalment, figura el nom o noms llatins. A continuació hi ha una descripció de la planta, de la seva data de recol·lecció, de la part emprada

---

<sup>9</sup> Adrian Vander Put, *Plantas medicinales*, Editorial Sintes, Barcelona 1980, pàg. 13

<sup>10</sup> Ibid, pàg. 11

(fulles, arrels,...), de les seves propietats, de les seves indicacions i de la seva utilització

En la segona part es descriuen les malalties que poden tractar-se amb plantes. Les malalties estan disposades per aparells i hi ha una breu descripció de cadascuna d'elles (causes, símptomes,...) i a continuació el tractament corresponent amb una o múltiples receptes. En total hi ha 342 receptes.

### ● El diagnóstico por el iris

Editorial Arlandis, València, primera edició espanyola (traducció directa de l'alemany pel mateix autor). Consta de 86 pàgines.

Al començament de l'obra apareixen dos fulls dedicats al lector i signats per R. Arlandis, Madrid, Agost de 1918, al encapçalament dels quals llegim:

*Seguramente que el título de esta obra llamará la atención a la clase médica española, porque su contenido es en España casi completamente desconocido hasta ahora. El autor, profesor Vander, exdirector del Sanatorio de fisiatría de Leipzig, a quien la guerra europea ha traído a España,...*<sup>11</sup>.

Podríam deduir d'aquestes paraules i de la data en que estan escrites, que Adrian Vander havia arribat a Espanya recentment, els motius de la seva vinguda i que possiblement aquest fou un dels primers llibres que va publicar aquí.

En aquest llibre s'exposen les investigacions fetes per Adrian Vander sobre les relacions que existeixen entre l'organisme i l'iris, i com canvis en un òrgan es posen de manifest per modificacions de les fibres de l'iris en un centre determinat d'ell (són *centros* localitzats al disc de l'iris on, segons l'autor, es reflecteixen les modificacions sofertes per cada òrgan).

Al final hi ha un atles amb diferents dibuixos de l'iris l'explicació dels quals es troba al llarg del text.

---

<sup>11</sup> Adrian Vander Put, *El diagnóstico por el iris*, Editorial Arlandis, València, primera edició espanyola, pàg. 3

Primer s'explica la normalitat de l'iris i després la seva patologia, amb exemples pràctics.

A la introducció es destaca que:

*Lo que es importante en este nuevo procedimiento es que por él se llega a conocer una cantidad de hechos interesantes y útiles que por los otros métodos es imposible de averiguar, como, por ejemplo, la determinación de la constitución y resistencia del organismo,...<sup>12</sup>.*

També en aquesta nota inicial es fa referència al tipus d'obra que Adrian Vander pretén realitzar:

*El autor, habituado a la enseñanza y a la práctica, ha preferido presentar al público una obra escrita en lenguaje claro y sencillo, a una obra demasiado especializada y técnica, para de este modo poner el asunto al alcance de todas las mentalidades. Por esto es sumamente laudable y útil el trabajo realizado por Adrian Vander, al reunir en pequeño volumen una serie de datos científicos convenientes para en ejercicio de la ciencia médica y de la higiene práctica. Y al dar ahora al público la traducción al español por el mismo autor de este librito, estoy seguro que el nuevo horizonte científico de esta obra dará nuevas luces al arte de conservar la salud, conocer prematuramente las enfermedades y una nueva base para un diagnóstico más seguro<sup>13</sup>.*

Hi ha una pàgina d'antecedents a la qual es menciona al Doctor Péczely (Vïena) com descobridor de la ciència de reconèixer malalties per l'iris. S'explica també que el primer deixeble de Péczely fou el Doctor Schlegel (Tübingen). Posteriorment van aparèixer nous tractats, entre els que destaquen els de Liljequist, l'obra del qual té prop de 600 gravats.

## ● Parto sin dolor

Editorial i llibreria Sintès, Barcelona 1974. Aquesta obra consta de 200 pàgines.

---

<sup>12</sup> Ibidem.

<sup>13</sup> Ibid. pàg. 4

Llibre prologat pel Doctor F. Cervantes en el que al·ludeix a Adrian Vander com: *un precursor de las ideas que han dado origen al moderno método de parto sin dolor*<sup>14</sup>.

El llibre està organitzat en 33 capítols. Al primer d'ells s'introdueix el concepte de part sense dolor com una cosa natural l'origen de la qual es troba als pobles primitius i s'explica que:

*El dolor del parto de la mujer civilizada era debido- aparte de otras causas -a la pérdida de la elasticidad natural de su organismo, y que las mujeres de los pueblos primitivos daban a luz con facilidad y sin dolores porque, gracias a su vida más acorde con la Naturaleza, conservaban la elasticidad de sus funciones*<sup>15</sup>.

Per aquest motiu, en capítols posteriors recomana diverses tècniques de relaxament i exercicis diversos de respiració i de gimnàstica, per a aconseguir el part sense dolor.

Pren com a referència l'obra *Naturmedizin*, publicada per ell mateix en Alemanya en 1939, com a base del *método moderno de parto sin dolor, que se ha puesto en boga en el mundo entero*<sup>16</sup>.

Hi ha un capítol de 3 pàgines en el qual es citen alguns paràgrafs del discurs que va fer davant un grup de metges la seva santitat el Papa Pius XII sobre el nou mètode del part sense dolor el dia 8 de gener de 1956 i que va publicar la revista *Ecclesia* el 14 de gener de 1956.

Realitza una comparació entre els inconvenients del mètode antic del part (on s'empren calmants i anestèsics) amb els avantatges del mètode natural. S'aporten dades dels resultats de ambdós mètodes recollits de clíniques maternals de diversos països (veure pàgina 74).

Hi ha unes pàgines dedicades a l'anatomia i fisiologia de l'aparell reproductor femení així com una breu explicació de la menstruació, fecundació i desenvolupament de l'embrió al llarg de l'embaràs. Després es

---

<sup>14</sup> Adrian Vander Put, *Parto sin dolor*, Editorial Sintet, Barcelona 1974, pàg. 7

<sup>15</sup> Ibid. pàg.11

<sup>16</sup> Ibid. pàg.14

centra en els transtorns més freqüents que esdevenen durant l'embaràs i en alguns consells de com tractar-los.

La idea fonamental del llibre i a la qual dedica més pàgines és la por i l'angúnia com a principals causes dels dolors del part, produïts per l' *abuso de la inteligencia*<sup>17</sup> i la *pérdida del instinto natural*<sup>18</sup>. Per a ell, l'allunyar-se de les lleis naturals provoca tot tipus d'alteracions i tensions nervioses que es manifesten en totes les activitats de la persona, entre d'altres al part. Pel seu remei insisteix en alliberar-se de les idees perturbadores, que segons ell són les responsables dels transtorns neuròtics, del caràcter i de la tensió nerviosa. Ens remet a la seva obra *Carácter y personalidad* per a conèixer aquestes idees i els recursos per a eliminar-les.

S'inclouen alguns testimonis de parts naturals i un atles amb 20 llàmines de il·lustracions, entre elles algunes fotografies de la pel·lícula "Le cas du Doctor Laurent", que també ocupa la portada. Al començament del llibre s'explica que les escenes de la pel·lícula *son fiel reflejo de la realidad y se han realizado bajo control científico y médico*<sup>19</sup>.

Hi ha una extensa part dedicada a la preparació del part amb diverses activitats. Recomana a la dona començar al primer trimestre de l'embaràs i inclús abans de quedar-se embarassada. Hi ha 4 tipus d'activitats, totes elles complementàries: cura de relaxament, exercicis de moure i afliuixar (contracció i relaxació alternatives de les diferents parts del cos), exercicis de respiració y exercicis de gimnàstica (hi ha 27). En tots ells s'explica detalladament com ha de fer-se l'exercici i la finalitat del mateix, i les posicions que han d'adoptar-se, amb dibuixos en quasi tots els casos.

Trobem un altre apartat dedicat a la alimentació durant l'embaràs.

Finalment, l'última part del llibre està dedicada al part. Descriu les senyals que indiquen que està a punt de succeir, el seu desenvolupament, la seva durada, consells y instruccions si es decideix que sigui a casa i actitud de la dona durant el part per fer-lo més curt i amb menys molèsties. Recomana donar a llum a la clínica ja que explica que és més segur, còmode i un lloc expressament preparat per aquest aconeteixement on es podran solucionar les possibles complicacions durant el part.

---

<sup>17</sup> Ibid. pàg.22

<sup>18</sup> Ibid. pàg.23

<sup>19</sup> Ibid. pàg.8

## OBRA EXTENSA

### ●Guía médica del hogar, moderna medicina natural

Editorial i llibreria Sintes, Barcelona 1967

L'obra consta de 3 volums:

Volum I : Té 268 pàgines i 64 làmines.

Aquest volum es divideix en 4 parts: El primer apartat el titula *Los fundamentos de la Medicina moderna*, on ens dona una idea general del que és la malaltia des del punt de vista de la Medicina natural i per què es produeix:

*La Medicina natural parte del punto de vista de que la salud es el estado natural del hombre y de que las enfermedades aparecen porque el hombre ha olvidado y dejado de lado las leyes inmutables de la Naturaleza (...) todos los factores nocivos derivados de una civilización demasiado artificial, agitada e inquieta que debilitan las defensas del organismo impurifican la sangre y llenan el cuerpo de sustancias extrañas y perjudiciales que con el tiempo debilitan de tal forma los órganos, que éstos acaban por enfermar*<sup>1</sup>

Segons l' autor, la Medicina natural dóna importància a les forces vitals, i a la defensa del propi organisme, sempre que les defenses es mantinguin intactes. Quan les nostres defenses baixen emmalaltim. L'angoixa, la inseguretat, els nervis, una alimentació inadequada, entre d'altres, són les causants de la disminució de les nostres defenses, que fa que ens tornem vulnerables als agents agressors:

*Si el mal tiempo fuese la única causa de los resfriados, todas las personas se resfriarían, mientras que de hecho sólo se resfrían aquellas que padecen recargo en sustancias perturbadoras y, por lo mismo, se encuentran en mal estado de defensa.*<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup> Adrian Vander Put, *Guía médica del hogar*, Editorial Sintes, Barcelona 1967, tom I, pàg. 14

<sup>21</sup> Ibid. pàg. 49

Es per això que la Medicina natural pretèn tractar el organisme com un tot, i no trobar un remei per cada símptoma:

*Nunca se puede perder de vista la colaboración de todos los órganos, y la recuperación completa de la salud y del bienestar debe buscarse en un tratamiento general, aparte de los tratamientos específicos adecuados.*<sup>22</sup>

Així, ens defineix un individu sà gairebé com una utopia, ja que qualsevol petita molèstia, i sensació de malestar són petites manifestacions de malaltia segons el autor (*Enfermedad latente*). El veritable estat de salut (*salud perfecta*) ve determinat per el vigor, la serenitat, la alegria, aquell que no té molèsties, ni cansament, els robusts, els alts, etc. Sovint compara la nostra societat, considerada per ell "toxificada", amb las civilitzacions antigues com ara els gregs de l'antiga Grècia, i amb algunes poblacions de la India que basen la seva alimentació en fruites, vegetals i que són individus forts i vigorosos.

El autor, també defineix altres estats con ara són les *malalties agudes i cròniques*: considerant les agudes com un acúmul excessiu de substàncies tòxiques al nostre organisme que desencadena una resposta de les nostres defenses, i les diferencia de les cròniques en el fet de que mentre les primeres s'acaben curant degut a que les defenses són capaces de vèncer la malaltia, les cròniques esdevenen quan les defenses no aconsegueixen el seu propòsit.

Altres temes dels que parla en aquest apartat són: els microorganismes com a mecanisme patogènic, la importància de la febre i finalment fa un petit incís per parlar dels medicaments com mètodes bons per tractar les malalties, però sense oblidar-se de la importància que té aconseguir una *salut integral i autèntica* i no limitar-se al tractament farmacològic.

El segon apartat es titula *Agentes curativos naturales* on dóna molta importància als "banys curatius", explicant com aplicar-se, les seves propietats curatives, i l'avantatge d'aquests tipus de banys respecte els banys complets, degut a que un bany de tot el cos amb aigua molt freda (temperatura a que el bany té efectes beneficiosos) es més difícil de suportar que no pas un bany d'una sola part del cos. El Dr. Vander ens parla de "banys vitals" que són aquells que es fan al baix ventre, afirmant que la seva

---

<sup>22</sup> Ibid. pàg. 16

eficàcia es basa en que aquesta regió és on es poden aconseguir més efectes curatius alhora, ja que s'actua sobre l'aparell genital, digestiu, circulatori, nerviós i glàndules de la secreció interna al mateix temps. Els banys d'aire, de vapor, de sol són altres tipus de banys dels que també hi parla. Finalment, en aquest apartat comenta altres tipus de mètodes curatius naturals com són: compreses, gargarismes, cataplasmes, lavatives, laxants, plantes medicinals, etc.

El tercer apartat, *La salud por la alimentación* proposa una alimentació sana i curativa, els beneficis de les vitamines, cereals, fruites, verdures, avantatges de l'alimentació natural i els desavantatges de l'alimentació errònia, el tabac, etc.

El quart i darrer apartat d'aquest volum, ens dóna consells i mesures a prendre alhora de cuidar un malalt a casa durant la seva convalescència, o degut a una malaltia crònica. També dona importància als peus, com evitar les malalties d'aquests, com cal caminar, i com cal curar-los. Finalment fa una petita introducció del nou mètode per evitar un part sense dolor, remetent-nos a la seva obra *Parto sin dolor*.

Tant en aquest volum com en els dos següents, intenta demostrar la eficàcia dels seus mètodes naturals mitjançant casos concrets de pacients que van ser tractats per ell i els seus col·laboradors, il·lustrant l'obra, en ocasions, amb fotografies dels pacients abans i després del tractament <sup>23</sup>, i fins i tot cartes de pacients que es dirigeixen al doctor, per tal d'agrair els seus tractaments i els seus bons resultats <sup>24</sup>.

Volum II: Té 407 pàgines i 55 làmines

Volum III: Té 332 pàgines i 40 làmines

El segon i tercer volum ens descriu les diferents malalties amb els seus corresponents tractaments. Estan classificades per òrgans: Malalties infeccions amb febre, malalties de l'aparell digestiu, malalties del recte i de l'anus, tumors benignes i malignes, enfermetats de la nutrició, fetge, malalties de la bufeta urinària i de la bufeta del fel, malalties del cor, malalties d'artèries i venes, ganglis i conductes limfàtics, malalties de la sang, de la glàndula tiroide, de l'aparell respiratori, dels ronyons, malalties

---

<sup>23</sup> Ibid. Làmines 5, 6, 7 y 8.

<sup>24</sup> Adrian Vander Put, *Guía médica del hogar*, Editorial Sintet, Barcelona 1967, tom II, pàg. 153: *Ejemplos de curación de enfermedades del estómago e intestinos*.

no venèries i venèries, malalties del sistema nerviós, malalties de la dona, de la infància, malalties de la pell, al·lèrgies, malalties dels ulls, la oïda ...

Al descriure les malalties segueix un esquema que es repeteix amb molta freqüència: comenta els símptomes i posteriorment el tractament. En algunes ocasions afegeix un tercer apartat: la prevenció

En aquests dos volums, encara que també en el primer, il·lustra les seves explicacions amb dibuixos i sobre tot símbols amb un sol objectiu:

*... merced a la reunión de varios símbolos en cada página ilustrada, el lector, de una sola ojeada, adquiere una visión de conjunto de los síntomas característicos de una determinada enfermedad y de las causas perjudiciales que la han producido (...) Además, se ilustra el tratamiento por la Medicina natural. De esta forma las materias y los consejos entran por los ojos, quedando bien impresos en la mente y recordándose fácilmente, cosa que no se conseguiría con la sola lectura del texto.*<sup>25</sup>

Entre els símbols més curiosos destaquem per exemple: un enclusa dins del fetge sobre el que es golpeja amb un martell, per representar la destrucció de substàncies tòxiques en el fetge<sup>26</sup>, un cavall galopant dins del cor per representar palpitations com uns dels símptomes que indiquen que el cor està dèbil<sup>27</sup>, una dona aprop d'una finestra oberta i la mà al coll per representar dispnea típica dels asmàtics<sup>28</sup>...

## ● Tratado de medicina natural

D'aquesta obra no hem trobat cap exemplar. Sembla que és prou extensa i important, un resum del pensament de Vander, que va tenir moltes edicions i per ella mateixa mereix un comentari propi.

---

<sup>25</sup> Ibid., pàg. 9

<sup>26</sup> Ibid., pàg. 153

<sup>27</sup> Ibid., pàg. 248

<sup>28</sup> Adrian Vander Put, *Guía médica del hogar*, Editorial Sintet, Barcelona 1967, tom III, pàg. 248

## Altres escrits

Queda, encara, una obra molt extensa, que deixem per fora d'aquest comentari, ja de per sí ampli. Com es pot comprovar moltes han seguit reeditant-se després de la mort de l'autor.

- Adelgazar comiendo bien: cómo conseguir una figura normal y esbelta. Barcelona 1980. Ed. 1981. 192 pàg.: il.; 19 cm.
- Artritis, ácido úrico, gota, reumatismo gotoso, sangre impura, dolor de cabeza. Barcelona 1982. 123 pàg.: il.; 19 cm.
- Artritis, reumatismo, su curación. Barcelona 1935, Tall. Gráf. Antonio J. Rovira, 312 pàg., 16 f. de lám.: il.; 19 cm.
- Asma, cómo evitarla y suprimirla. Las verdaderas causas del asma. Ed. año 1983. Editor: Adrián Vander Put, 1983. 160 pàg.: il.; 19 cm.
- Cocina vegetariana racional y enseñanza de una alimentación sana. Barcelona 1920, Llibr. Sintes, 161 pàg.; 20 cm.
- Cómo prolongar la juventud y curar la arteriosclerosis. Barcelona 1937, Llibr. Sintes, 150 pàg.: il.; 19 cm.
- El corazón, sus enfermedades, modernos procedimientos naturales para las enfermedades del corazón. Ed. 1983, Publicat: Barcelona 1984, 160 pàg.: il.; 19 cm.
- Curas de urgencia mientras llega el médico. Publicat: Barcelona 1982, 182 pàg.: il.; 19cm. Ed. 1984.
- Cúrate del hígado piel amarilla (ictericia), hígado débil. Ed. año 1985. Publicat: Barcelona 1985. 175 pàg.: il.; 19cm.
- La delgadez: cómo engordar y adquirir vigor, energía, optimismo, salud, buena musculatura, resistencia corporal y mental. Barcelona 1980, 159 pàg.: il.; 19 cm.
- El deporte y tu salud. Beneficios del deporte para el hombre, la mujer y el niño. Publicat: Barcelona 1981. A.G. Ampurias. 152 pàg.: lám.; 18 cm.
- Diabetes, cómo recuperar la salud, nuevos conceptos sobre la diabetes. Edició: Ed. any 1987. Publicat: Barcelona 1987. 192 pàg.: il.; 19 cm.
- Diagnóstico por el iris. Ed. 1979 y 1980. Gráf. Ampurias. 160 pàg.: lám.; grab.; 18'5 cm.
- El diagnóstico por el iris. reconocimiento de la constitución, predisposición y enfermedades pasadas y presentes por el estudio del iris. Ed. Arlandis, Valencia 1918, 86 pàg.: il.

Dolores, reumatismo. Ed. Barcelona 1979. 143 pàg.: il.; 19cm.

Enfermedades de la próstata: cure sus trastornos urinarios y sexuales. Ed. Sintès, Barcelona 1981, Gràf. Ampurias. 91 pàg.: làm.; grab.; 18'5 cm. Otras ediciones: 1971, 1980, 1983.

Enfermedades de los riñones. Ed. Barcelona, 1985/1979. 176 pàg.: il.; 19 cm.

Estómago e intestino: comer a gusto y digerir bien.

Evite el cáncer: los más recientes procedimientos naturales. Ed. Sintès Barcelona 1981, G. Ampurias. 174 pàg.: amb 25 làm.; 18'5 cm.

Expresión del rostro: cómo conocer a las personas. Ed. Sintès Barcelona 1969. 222 pàg.

Guía médica del hogar: moderna medicina natural: enciclopedia de la salud indispensable para las familias. 1967, 1987. 3 v.: il.

El insomnio falta de sueño profundo y reparador, 1982. 159 pàg.: il.; 18 cm.

Maternidad: la salud de la madre y del niño. Las enfermedades de la mujer. Ed. Sintès Barcelona 1980, 230 pàg.: 52 làm.; grab.; 25 cm.

Nervios fuertes y sanos: liberación radical de los trastornos nerviosos. Ed. Barcelona 1989, 203 pàg.: il.; 19 cm.

Nervios: liberación radical de los trastornos nerviosos, 1984.

Niños sanos y fuertes, 1979, Gràf. Ampurias, 232 pàg.: làm.; grab.; 25 cm.

La obesidad: cómo evitarle y cómo curarle. Libr. Sintès, Barcelona 1935, 150 pàg.

Ojos sanos: métodos modernos para las enfermedades de la vista, inflamaciones, irritaciones, infecciones, 1983, 88 pàg.: il.; 18 cm.

Parto sin dolor, 1974, 200 pàg.: il.; 19 cm.

Plantas medicinales. Las enfermedades y su tratamiento por las plantas. Tratado práctico de medicina vegetal, para la eficaz aplicación de las plantas curativas, basado en unas modernas investigaciones: con 300 recetas originales de plantas para las diversas enfermedades, 1980, Gràf. Ampurias, 1982, Gràf. Salvado, 1987. 254 pàg.: làm.; grab.; 25 cm.

Presión alta y vejez prematura, presión alta y endurecimiento de las arterias, 1983, 152 pàg.: 23 làm.; 18 cm.

- Ver bien sin gafas, nuevos procedimientos para los defectos de la vista. Ed. año 1983. Publicat 1983. 152 pàg.: il.; 19 cm. Altres edicions: 1967.
- Les obres anteriors són de les que podem disposar a les Biblioteques de Catalunya, tanmateix hem trobat altres obres seves mencionades a la seva revista "La Salud". Aquestes obres són:
  - Luis Kuhne: su vida y obra.
  - Tratado completo de baños de sol.
  - Energía y salud por la gimnasia racional.
  - Estreñimiento y su curación.

## Revista *La Salud*

Adrian Vander, a més de ser autor d'una extensa obra literària, era director de la revista naturista *La Salud*. Aquesta era una revista mensual de medicina Natural publicada entre els anys 1919 i 1935<sup>29</sup>. La seva direcció i administració es trobava a Barcelona (C/Consell de Cent, 314). Es distribuïa a diferents punts d'Espanya: Barcelona, Mataró, Terrasa, Sabadell, Madrid, Bujalance (Còrdova), Alacant, Línea de la Concepción (Cadis), Saragossa, Múrcia, Bilbao, Puertollano (Ciutat Real), València. També hi havia subscripció d'aquesta revista a l'estranger.

En un any, tenint en compte tots els números de les revistes, s'escrivien unes 170 pàgines (amb una mitjana de 16-18 pàgines cada número). En el número de gener sortia l'índex de l'any anterior. Això ens pot suggerir que l'autor pretenia fer una publicació continuada i editada a la manera de fascicles col·leccionables, probablement amb aquesta idea numerava les pàgines de la revista de forma contínua del gener fins al desembre. Hi havia articles que començaven i conclouïen en el mateix número i d'altres que continuaven en el número posterior.

---

<sup>29</sup> A l'Arxiu històric de la Ciutat només es troben els números de la revista compresos entre aquestes dues dates. Desconeixem si posteriorment va seguir-se publicant. Dins d'aquestes dates només es troben aquests números: n°4 (1919), n°28 (1924), n°89 (1929), n°113 (1931), anys 1932-1934 apareixen tots els números, l'últim número que es troba a l'Arxiu es el de juliol de 1935.

Encara que la revista era mensual, hi havia mesos que no era publicada; el director ho feia saber mitjançant avisos als números previs. Al número 120 del juliol de 1932 apareix un avís en relació a la seva publicació:

*Por ausencia del Dr. Vermont no saldrá el número de agosto de esta revista.*

Un altre avís apareix en els números 150 i 151 de la revista corresponents a juny i juliol de 1935:

*Por ausencia nuestra al extranjero, y por motivos de otra índole, no aparecerán este año los números correspondientes a los meses de abril, mayo y agosto. La redacción.*

La finalitat de *La Salud* segons paraules del propi Adrian Vander era:

*Esta revista tiene por fin la divulgación y enseñanza de las prácticas necesarias para asegurar la mejor salud posible, evitando las enfermedades y facilitando su curación por medio de la medicina Natural.*

En l'elaboració de la revista participaven diferents col·laboradors. Aquests eren els autors de la majoria dels articles, ja que Adrian Vander només signava una petita part d'ells. El seu màxim col·laborador fou el Dr. A. Vermont que tenia un consultori de medicina Natural a Barcelona (c/Consell de Cent, 314). Altres autors foren R. Carazo, Dr. A. Tourain, G. Métivet, Dr. Carlos Astel, etc.

Dins de la revista trobem anuncis de centres vegetarians, de llibre de Adrian Vander, del Consultori del Dr. Vermont, de clíniques i productes naturistes i d'alimentació vegetariana.

De la mateixa forma que en els seus llibres, apareixen *informes de curación*, és a dir, testimonis de pacients que s'adrecen a Adrian Vander, agraint-li els seus mètodes naturistes com a remei de les seves malalties.

En el número 4 de novembre de 1919 es troba, a final de la revista, un apartat de notícies en el que es fa referència a la celebració el 19 de setembre d'un acte de propaganda vegetariana en el *Foment Republicà*

*Català de la barriada de Sants. En aquest, s'exposen els avantatges del naturisme i es critica l'alcoholisme i el carnivorisme. Es menciona a Kühne. S'insta als participants a inscriure's com a socis de la Societat Vegetariana Naturista de Catalunya. En aquest acte, es trobava present Adrian Vander i possiblement, per la data i pel que podem llegir a continuació, va ser dels primers actes públics en que va participar l'autor:*

*El profesor Sr. Vander, aludido por el Sr. Padrós (autor naturista madrileño), se levantó excusándose por la dificultad de expresarse en nuestro idioma y manifestando que en breve daría una conferencia cediendo a los ruegos de los naturistas y vegetarianos que tendrán la satisfacción de oírle.*