

proteínas y sales minerales: un nuevo alimento: las vitaminas, sin el cual se rompe prontamente el equilibrio nutritivo, no puede alcanzarse el metabolismo integral de la ración y a estos trastornos no tarda en suceder un estado francamente patológico.

Vamos a dar una ligera idea de lo que son y representan las vitaminas.

La fisiología en recientes estudios sobre alimentación, evidencia la necesidad de estos cuerpos no bien definidos hasta el día ni con muy precisa nomenclatura, pues mientras unos les llaman «accesorios de la alimentación y del crecimiento», otros las han confundido con las auxmonas; Violle les nombra «infinitamente pequeños»; otros nutraminas; hay quien las incluye en el grupo de ánimas biógenas, y otros, finalmente, les asignan el nombre de vitaminas que es el más generalmente admitido.

Desconocemos la etimología de la palabra; tal vez quiera decir «ánimas con vida o generadores de vida».

Desde tiempo remoto son conocidas las enfermedades por insuficiencia alimenticia; en las travesías largas cuyo régimen alimenticio a bordo carecía de vianda fresca aparecía el escorbuto: se observaron también en la guerra napoleónica en los pueblos alimentados con gelatina, (aminoácido acíclico sin nuclear.)

Una alimentación monótona constituida por materias en que predominen los grupos primarios, o que contengan albúmina o grasa de un sólo tipo produce desastrosos efectos, porque el organismo necesita, no sólo variedad alimenticia, sino verdadera complejidad química, y en cuanto al estado de conservación del alimento requiere la integridad de ciertos grupos moleculares o sustancias vivas inherentes, al parecer, a la constitución bioquímica de la primera materia vegetal o animal; estas sustancias absolutamente necesarias al equilibrio físico-químico, no corresponden a la terminología clásica proteínas, grasas, hidrocarbonados, sales.

Las vitaminas influyen poderosamente el metabolismo fisiológico determinando un mejor aprovechamiento de la ración y ocasionando su falta a parte de la atrepsia y depaup

peración, trastornos y enfermedades llamadas por inanición, por deficiencia o por carencia.

Collun en recientes investigaciones fija la ración integral diciendo que debe tener proteínas completas, es decir, los aminoácidos necesarios al animal; sales por lo menos de calcio, magnesio, sodio, potasio, hierro, cloro, iodo, fósforo y azufre, este en forma de cistina aminoácida; albuminoides, grasas y vitaminas.

Las pequeñas notas que aquí se insertan están tomadas de las principales revistas extranjeras de medicina, biología, ciencias, ingeniería y agricultura, tales como el «Boletín mensual de informaciones agrícolas y patología vegetal», publicado por el Instituto internacional de Agricultura, Roma; L'Avenir Medical y la Presse Medical de París; «The Journal American Medical Association» (Chicago); «Journal of Biological Chemistry»; «Journal of Industrial and Engineering Chemistry» «Proceedings of the Royal Society» de Inglaterra y Norteamérica; la italiana «Rendiconti del Reale Istituto Lombardi di Scienze et Lettere», Milán, etc.; también hemos consultado un sugestivo folleto titulado «Les nouvelles Theorías alimentaires» Lecoq, París 1920, pues en la bibliografía nacional poco o nada se ha publicado hasta el día sobre vitaminas.

De todos modos es bibliografía muy rara que ni en España ni en el extranjero puede seguirse al día fuera de las revistas profesionales.

No aspiramos a dar una idea exacta de lo que las vitaminas representan en la nutrición, pues todavía no es asunto totalmente resuelto; nuestro papel de captador es mucho más modesto, limitándonos a exponer los datos hipotéticos y hasta contradictorios a veces, y los resultados que la investigación de los sabios ofrece en el estado actual de la ciencia, sirviendo tan solo de pequeño índice abierto para coleccionar nuevas notas.

Historia

En los últimos años ha recibido gran impulso el estudio de las afecciones que se derivan de una defectuosa alimentación o en