

La ciencia al alcance de la ciudadanía: naturismo uruguayo de principios del siglo XX

Science within reach of the citizenry:
Uruguayan naturism in the early 20th century

Analía Lavin Petroni*

* Doctora en Culturas Iberoamericanas e Ibéricas por la Universidad de Columbia de Nueva York. Su investigación se centra en la intersección entre cultura científica, espiritualidad y secularización en Uruguay. Es miembro del Grupo de Estudios Sociales de Ciencia y Tecnología (GESyT) de la Facultad de Información y Comunicación de la UdelAR.

✉ analiala@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-8168-5775>

RECIBIDO: 15.9.2023

ACEPTADO: 24.10.2024

Resumen

En las primeras décadas del siglo XX se popularizaron varios grupos naturistas en Uruguay y otros países de América Latina que promovían un retorno a la naturaleza a través de dietas vegetarianas, baños de agua y sol y ejercicio físico. Se posicionaban como alternativa tanto a la medicina universitaria como a la charlatanería y la superstición. En este artículo analizo publicaciones del líder naturista Antonio Valeta (1882-1945) y muestro cómo desarrolló una versión propia de la ciencia que buscaba ser accesible para el público en general. Mediante fotografías, testimonios y relatos personales, Valeta apeló a las emociones de la ciudadanía y adoptó el entretenimiento como estrategia para la difusión y el financiamiento de su método terapéutico. Concluyo que su modelo de investigación individual a través de libros, manuales y consultas por correspondencia buscó alinearse con valores de libertad y esfuerzo personal que, si bien formaban parte del imaginario liberal, entraban en conflicto con el republicanismo del momento.

Palabras clave: ciencias médicas, historia, Uruguay.

Abstract

In the first decades of the 20th century, several naturist groups became popular in Uruguay and other Latin American countries, promoting a return to nature through vegetarian diets, water and sun baths, and

physical exercise. They positioned themselves as an alternative to university medicine as well as to quackery and superstition. In this article I analyse publications by leading naturopath Antonio Valeta (1882-1945) and show how he developed his own version of science that sought to be accessible to the general public. Through photographs, testimonials and personal accounts, Valeta appealed to the emotions of the public and adopted entertainment as a strategy for the dissemination and financing of his therapeutic method. I conclude that his model of individual research through books, manuals and correspondence consultations sought to align himself with values of freedom and personal effort that, although part of the liberal imaginary, conflicted with the republicanism of the time.

Keywords: medical sciences, history, Uruguay.

Introducción

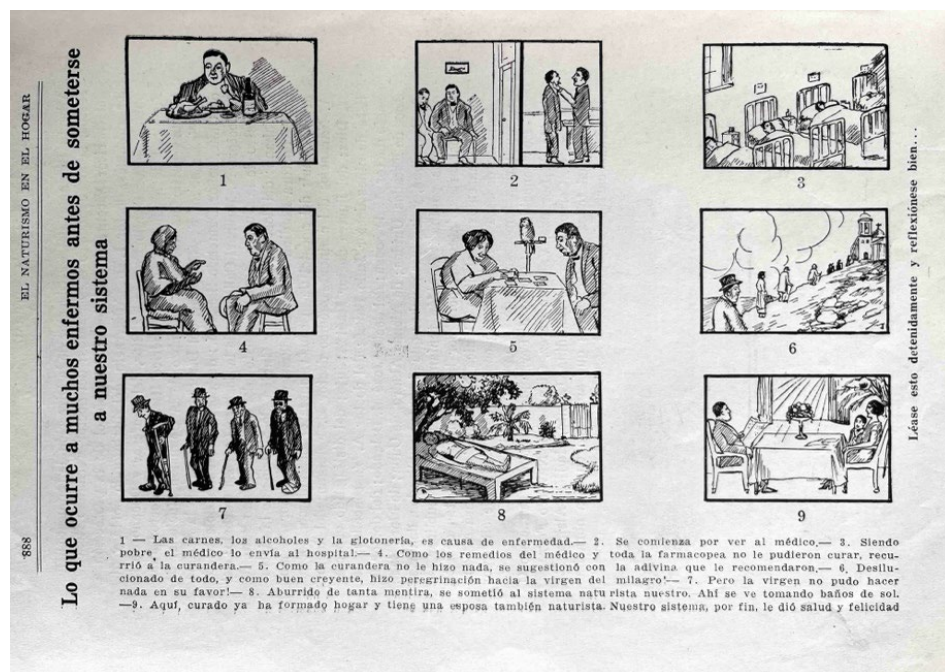


Figura 1. Viñeta que ilustra las peripecias de quienes terminaban recurriendo al naturismo (Valeta, 1927, p. 888)

En las últimas páginas del manual *El naturismo en el hogar* (1927, p. 888), de Antonio Valeta (1882-1945), una serie de viñetas (figura 1) explica gráficamente el recorrido de los pacientes que terminaban adoptando su sistema: primero se enfermaban al perderse en la glotonería y el consumo de estimulantes, luego recurrían a los médicos y eran enviados al hospital, más tarde consultaban a curanderas y adivinas y se embarcaban en peregrinaciones religiosas. Finalmente, cuando todo fallaba, adoptaban un régimen naturista (en este caso, ilustrado por baños de sol), formaban una familia y disfrutaban de la salud y la felicidad que les daba su nueva vida en armonía con las leyes de la naturaleza.

Esta ilustración busca resumir el panorama terapéutico de principios del siglo XX en Uruguay y muestra cómo el naturismo proyectó una imagen de alternativa tanto a la medicina como a las supersticiones y la religión, en ese orden. Parte del atractivo de su proyecto consistió en movilizar una visión más accesible de la ciencia, que permitía a los individuos tomar control de su propia salud a través de comportamientos concretos como una dieta vegetariana, baños de agua y sol, ejercicio físico y el tratamiento con hierbas medicinales.

Junto con otros personajes e instituciones, Antonio Valeta fue protagonista del movimiento naturista uruguayo de las primeras décadas del siglo XX. El naturismo formó parte del impulso higienista que caracterizó el período, en el que grupos e individuos, por dentro y por fuera del Estado y la medicina universitaria, convergieron en un proyecto de reforma social centrado en la salud. En sus múltiples iteraciones, el movimiento naturista proponía volver a la naturaleza para recuperar la fortaleza física y espiritual y así propiciar la regeneración de la sociedad mediante cambios en los comportamientos individuales para contrarrestar el impacto negativo del progreso y la industrialización.

En parte herederos de la tradición de la medicina natural alemana (Di Liscia, 2000, p. 273), todos promovieron el contacto con la naturaleza de un modo similar. La principal diferencia entre el higienismo de los médicos y el preconizado por el movimiento naturista fue que este último se opuso a la vacunación y la cirugía y condenó agresivamente el consumo de carne, una medida polémica en un país cuya alimentación y economía dependían de la explotación ganadera. Como parte del paradigma higienista, el naturismo estuvo marcado por la invocación a la ciencia y a la razón que definió los procesos reformistas de la época, aunque se trató de conceptos en disputa.

Según señala Soledad Quereilhac (2016), durante el entresiglo los límites de la ciencia estaban lejos de ser unívocos, y su prestigio en la imaginación popular hacían que fuera invocada en casi todos los ámbitos de la vida letrada (p. 18). Al mismo tiempo, el naturismo estaba marcado por una espiritualidad particular activada por la idea de naturaleza. En este sentido, invocaba un orden natural inherentemente bueno, que nunca terminaba de definirse e implicaba una fuerza vital superior. Se inscribía así en

la tradición de la medicina vitalista y neohipocrática de la Ilustración, que proponía dejar actuar a la naturaleza como ideal terapéutico y presuponía un poder abstracto (Baubérot, 2004). Este componente trascendental lo acercaba a algunas corrientes esotéricas como la teosofía, pero también a ciertas versiones del higienismo promovidas por médicos prestigiosos que formaron parte del aparato estatal.

En este artículo analizo las estrategias de las que se valió Valeta para construir una terapéutica seductora para el público en general, las que apuntaron a una idea propia de la ciencia que hacía énfasis en la intuición y en la experiencia. Dentro del marco del higienismo, dialogó con figuras prominentes de la medicina nacional que mostraron un interés real y documentado por los preceptos naturistas. En el ámbito legal, sin embargo, Valeta debió navegar una condición precaria en la que su terapéutica podía eventualmente configurarse como curanderismo o charlatanería, y en última instancia ser acusado de ejercicio ilegal de la medicina.

Eso lo llevó a una búsqueda constante de legitimidad con la publicación de sus credenciales, testimonios de pacientes, artículos de prensa e intercambios formales e informales con personalidades destacadas. A su vez, Valeta recurrió frecuentemente a ilustraciones, fotografías y relatos personales que buscaban entretener, generar una conexión afectiva con sus lectores y ofrecer pruebas de la efectividad de sus terapias, incorporando una dimensión popular que resultaba fundamental para la viabilidad económica de su proyecto. Con la ayuda de estos y otros recursos, apostó a la autonomía de las personas para tomar decisiones informadas con respecto a su salud, a partir de búsquedas propias. De esta manera se alineó en valores liberales de quienes buscaban alternativas al protagonismo del Estado que caracterizó el período.

Los naturistas uruguayos del Novecientos, entre los que, además de Valeta, se destacó una vertiente cercana a la teosofía encabezada por Fernando Carbonell y su Centro Natura, editaron numerosas revistas con continuidad de varios años, además de libros, manuales y panfletos, muchos de ellos con múltiples ediciones. A pesar del copioso rastro documental que dejaron, sus principales representantes no han sido estudiados. Encontramos algunas excepciones en la obra de Zubillaga (2008, 2011), en las que aparece brevemente vinculado al movimiento anarquista, sin considerar otras dimensiones del naturismo local. De hecho, si bien una vertiente del anarquismo abrazó principios del naturismo como mecanismo de liberación, hubo grandes polémicas y conflictos entre ambos (ver, por ejemplo, Stavisky, 2020).

Fernando Carbonell aparece mencionado en el estudio de Buño sobre la historia de la ley de vacunación obligatoria en Uruguay (Buño, 1986). Adicionalmente, Stavisky (2023) menciona a los naturistas uruguayos en su estudio comparativo sobre la vacunación en el Río de la Plata, pero el énfasis nuevamente está en su relación con el anarquismo. Este vínculo domina también la bibliografía sobre el tema en otros países en América Latina, como Argentina (Stavisky, 2020) y Cuba (Shaffer, 2005). Finalmente,

Stavisky y Sena (2017) subrayan los puntos de convergencia y desencuentro entre naturismo, higienismo y microbiología. Di Liscia (2002), por su parte, incluye una sección sobre naturismo en su libro sobre los diferentes tipos de saberes sobre la salud en Argentina entre 1750 y 1910.

Con respecto al higienismo, Armus (2000) ofrece un análisis relevante para el Río de la Plata, en el que estudia este movimiento en función de la conceptualización de la enfermedad como un problema social y lo considera inseparable de la urbanización y modernización, con foco en las intervenciones del Estado y la bacteriología como criterio rector. Volviendo a Uruguay, la obra de Barrán (1992, 1994, 1995) sobre la medicalización constituye una de las referencias ineludibles sobre la historia de la medicina y la preocupación por la salud en el país. Morás (2000) y, más recientemente, Duffau (2019) complementan la historiografía sobre la salud en el período: el primero desde la perspectiva más general de las reformas llevadas a cabo por el Estado y el segundo con foco en el área específica de la psiquiatría.

Las fuentes secundarias sobre Valeta son casi inexistentes. Suburú (2007) le dedica un libro al «balón», un deporte parecido al handball de su invención, e incluye breves apuntes bibliográficos. A su vez, aparece mencionado por Barrán (1995) como «líder anarquista de los naturistas uruguayos» (p. 177), aunque este epíteto no es del todo acertado: si bien Valeta (1927) apoyó algunas reivindicaciones anarquistas y obreristas, en último término para él la pobreza y la explotación estaban subordinadas a otros temas, como el consumo de sustancias estimulantes, especialmente el alcohol y la carne. Más recientemente, Vanessa Miseres (comunicación personal, 2 de diciembre de 2024) analizó sus recetas vegetarianas, también vinculándolas al anarquismo.

Apuntes biográficos

Antonio Valeta llegó a la escena naturista montevideana en la primera década del siglo. Después de una temporada en Buenos Aires, en 1911 volvió a Uruguay, donde fundó el Instituto Higiene y Salud, dirigió tres revistas (*Higiene y Salud*, *Regeneración y Fisiocultura*) y publicó más de sesenta obras, varias con múltiples ediciones. Participó en numerosas iniciativas filantrópicas y en 1915 fundó y presidió la Liga Popular contra el Alcoholismo. Se unió a varios médicos en campañas higienistas, como la propuesta de ley para combatir el alcoholismo, elaborada y presentada con el doctor Atilio Narancio en 1924. Su obra más monumental fue *El naturismo en el hogar. Tratado de higiene, vegetarianismo, estética humana y medicación natural*, publicada por primera vez en 1915 (se imprimieron por lo menos siete ediciones, la última en 1944, un año antes de su muerte). Se trataba de un manual exhaustivo de 430 páginas —que llega a las más de 900 en la edición de 1927 y a las 1600 (en dos tomos) en 1944— que ofrecía artículos



Figura 2. Publicidad de «cajas para baños de vapor» y «baños de asiento» reproducida en *El naturismo en el hogar* (Valeta, 1927, p. 909)

teóricos y prácticos e incluía instrucciones ilustradas para hacer gimnasia, tomar baños, diagnosticar y curar enfermedades y cocinar saludablemente, entre muchas cosas más. Hay una intención explícita de propaganda y educación, pero siempre enmarcada en una preocupación por la accesibilidad y el entretenimiento, reflejada en la cantidad de ilustraciones, fotografías e instrucciones precisas. En sus textos coexisten anécdotas personales, reproducciones de obras de arte y testimonios de curación.

La presencia de Valeta y sus múltiples iniciativas en la prensa muestra que se trataba de una persona conocida y respetada entre los montevideanos. En sus publicaciones también puede comprobarse que formaba parte de un entramado de asociaciones y publicaciones naturistas que intercambiaban cartas, artículos y contenido en general, como la Sociedad Protectora de Animales de Buenos Aires (Antonio Valeta, 1921, p. 22), *La Vida Natural*, de la misma ciudad («De la importante revista», 1914, pp. 6-7), y la *Revista*

Vegetariana Naturalista de Barcelona («Juicios de la prensa continuación», 1915, p. 10). Luego del lanzamiento de la primera edición de *El naturismo en el hogar*, la revista *Higiene y Salud* reprodujo reseñas que aparecían en publicaciones naturistas de Buenos Aires y el interior de Argentina, a la vez que en Cuba y España, lo que deja entrever parte de su alcance. La edición de 1927 del manual, por ejemplo, incluye una lista de personas célebres de las que recibió cartas o «simpáticas esquelas», como el expresidente de Uruguay José Batlle y Ordóñez o el rey de España, Alfonso XIII. En la lista también hay médicos y naturistas de Uruguay, Argentina, España, Chile, Cuba y Estados Unidos. Entre los locales se destacan médicos reconocidos, como Mateo Legnani y Santín Carlos Rossi, Joaquín de Salterain, Augusto Turenne, José Scosería y Paulina Luisi (Valeta, 1927, pp. 883-887).

La publicación de estas cartas, que en su mayoría agradecen los ejemplares de cortesía que Valeta enviaba a gran parte del mundo hispanoamericano, da cuenta de la

construcción artesanal de su proyecto. Estuvo marcado por un gran esfuerzo personal que dejaba en evidencia la ética del mejoramiento individual que predicaba, sobre lo que volveré. En la revista *Higiene y Salud* documenta gran parte del proceso de las primeras ediciones: las demoras inevitables en una obra tan ambiciosa, los errores de impresión y faltas de ortografía que se generan por la inexistencia de un corrector, e incluso «lo pesado que es escribir un libro y corregírselo a sí mismo» (Valeta, 1916, p. 56). Como establece la reseña de la primera edición de *El naturismo en el hogar* que publicó *La Tribuna Popular*, «Valeta es un mozo sin bienes de fortuna [y] toda la propaganda la realiza casi solo, con su esfuerzo personal, secundado apenas de una docena de bien intencionados como él» («Juicios de la prensa», 1915, p. 12).

Según Suburú (2007), Valeta trabajó desde los 12 años vendiendo diarios y revistas y, luego de mudarse a Buenos Aires, como impresor litográfico hasta los 24 años, lo que revela un contexto de clase trabajadora. La autora también indica que fue justamente en Argentina donde conoció el naturismo. Allí fundó el Instituto de Naturología y en 1910 publicó su primer libro. La preocupación por la viabilidad financiera de su proyecto, determinada por su falta de patrimonio familiar, está presente en todos sus textos, donde constantemente promociona sus productos y servicios. Cada publicación incluye una lista de todas las obras de Valeta que estaban en venta en la institución *Higiene y Salud*, a la vez que membresías, suscripciones a revistas, consultas por correspondencia, acceso al campo de deportes (luego de su inauguración, en 1919) y la venta de accesorios de su invención, como las «cajas para baños de vapor sistema Valeta» y los «baños de asiento “vitalizador”», ambos con servicio de envío al interior y exterior (Valeta, 1927, p. 909). Lo comercial y lo terapéutico coexisten en toda su obra y muchas veces resulta difícil diferenciarlos.

La ciencia intuitiva

En sus textos Valeta se refiere constantemente al naturismo como ciencia. Se trataba de una versión popular del conocimiento científico, alineado vagamente con la historia natural, que apelaba a la observación y la clasificación más que a la experimentación en laboratorios que se estaba imponiendo en la medicina académica en ese momento (Martin, 1995). Como sostiene Martin a propósito de la quiropráctica en Estados Unidos, una consecuencia directa de las referencias a una visión ligeramente anticuada del conocimiento científico fue que en la retórica de las terapias alternativas la experiencia era más relevante que las credenciales universitarias (1995, p. 212).

Aunque siempre dando explicaciones genéricas y aludiendo al «retorno de la naturaleza» como elemento fundamental (y pocas veces explicado) de su terapéutica, Va-

leta (1918) siguió esta tendencia y en sus textos menciona constantemente los resultados obtenidos en su extensa experiencia personal: «Las exposiciones que hacemos son el fruto de muchísimos años de labor tenaz y de la experiencia práctica y bien meditada» (p. 3), afirma, aunque no indica ningún tipo de metodología ni sistematización para los registros de esta experiencia.

El método experimental validado por la comunidad científica era imposible de aplicar en el consultorio de Valeta, no solo por razones metodológicas y de infraestructura, sino porque convenientemente rechazaba el tipo de conocimiento generado en la universidad, en contraste con lo que él veía como la superioridad del naturismo. En su práctica, Valeta apeló constantemente a lo innato y a la intuición, contraponiendo lo que llamaba «inteligencias libres» a la arbitrariedad de un título universitario. Así, escribió:

[Hay personas ignorantes y algunos que se consideran intelectuales que creen] que todas las bondades surgidas del pensamiento y del cerebro de los hombres que no tienen otro título que la inteligencia, algo de esa sabiduría nata, vivaz y pura, no pueden ser comparadas con lo que viene deribado [sic] de un hombre diplomado en medicina, por ejemplo, aunque los errores, en la práctica, pululen como las ratas en los graneros. (Valeta, 1921, p. 3)

La idea de una «sabiduría nata, vivaz y pura» está relacionada con otra dimensión epistemológica clave del naturismo. Whorton (2002, p. 11) identificó en estos movimientos un rechazo explícito a las teorías académicas como modo de acceso a la naturaleza. Era necesario, por el contrario, aguzar los sentidos e interpretar su potencial terapéutico mediante la intuición y otras vías alternativas a la razón y el conocimiento que representaban las universidades, en sintonía con una sensibilidad romántica. Por otra parte, empatizaba con la experiencia de la ciudadanía, para la cual la medicina no siempre tenía respuestas satisfactorias. Al hablar de sus errores como «ratas», Valeta enfatiza la posición antagonista que muchas veces adoptó para defender su terapéutica.

En esta misma línea, aunque con una actitud más moderada con respecto a la medicina, Valeta (1927) habla en otro texto de la naturaleza como quien «nos facilitó también la intuición y la inteligencia para que puédamos [sic] aprender a subsanar los males que nos pudieran invadir por cualquier causa» (p. 186). La intuición y la inteligencia son entonces dones otorgados por la naturaleza, que aparece personificada y deificada, en este caso capaz de hacerles una ofrenda a los seres humanos con la que curar todos los males posibles. Promete, de un modo similar a la salvación religiosa, liberar a las personas de lo que veía como el dogmatismo de la academia, confinada a los muros de la universidad y guardiana de las credenciales exigidas por la ley, apelando a cualidades individuales que, en su visión, ponían la ciencia al alcance de quien tuviera interés.

El naturismo y la medicina

La relación de Valeta con los médicos fue, sin embargo, ambivalente y muchas veces contradictoria. Mientras por un lado adoptaba una actitud beligerante, por el otro buscó alianzas estratégicas. A la inversa, muchos médicos se sintieron atraídos por la idea de una vuelta a la naturaleza como antídoto a lo que venían como la degeneración de la vida moderna, una visión muy similar a la preconizada por el naturismo. De hecho *higiene* y *naturaleza* eran palabras que tanto médicos como naturistas usaban como sinónimos. Si bien el término preferido y más común entre los facultativos era el primero, a la hora de definirlo con más precisión las referencias a la naturaleza eran constantes. Hubo además un acercamiento documentado al naturismo por parte de muchos de ellos. Varios publicaban frecuentemente artículos y fragmentos de obras en *Higiene y Salud*, que incluso llegaba a destacarlos en sus tapas («Doctor Santín C. Rossi», 1917, p. 1). Mateo Legnani (1884-1964) y Santín Rossi (1884-1936), dos médicos de alto perfil dentro del batllismo, fueron colaboradores regulares, tanto con contenido como para apoyar económicamente algunas causas y fondos organizados por Valeta.

Al leer con atención textos clave de médicos higienistas se advierte que la referencia a los naturistas es constante. Legnani llega a decir, por ejemplo, «por regla general algunos naturistas saben más de muchos tópicos de Higiene que algunos médicos. [...] ¿No se dan cuenta los médicos de que tócales adoptar el naturismo, y limpiarlo de las zonceras, incomprendiones y supercherías que tiene?» (Legnani, 1922, p. 167). Si bien reconoce que el naturismo tiene algunos aspectos problemáticos, admite que hay otros en los que supera a la propia medicina, por lo menos tal como se estaba enseñando en la universidad en ese momento. Sin dar nombres, incluso cita a los naturistas a la hora de presentar algunos proyectos de ley (Legnani 1922, pp. 101-102).

Al mismo tiempo, Valeta apeló a los fracasos de la medicina para posicionarse como una alternativa a tratamientos dolorosos y muchas veces inefectivos. A pesar de que algunas de sus recomendaciones —como la ventilación, el contacto con el sol, y una dieta desprovista de estimulantes— también formaban parte del arsenal terapéutico de la medicina académica, a la hora de promocionar el componente clínico de su institución su discurso se volvía antagonista. Sobre todo en el relato de sus casos exitosos, los médicos aparecían representados como incapaces de dar soluciones a los problemas de salud más comunes. Valeta fomentaba así la desconfianza en la medicina, ya fuera por ofrecer respuestas insatisfactorias o, en el peor de los casos, siempre según su relato, promover intervenciones innecesarias, peligrosas y hasta letales.

Por ejemplo, en la sección sobre testimonios de una de sus publicaciones escribió: «La medicina alópata jamás pudo extirpar el mal que padecía [alguien con una grave congestión pulmonar crónica]» (Valeta, 1915, p. 378); el señor Zabala, «libre de su congestión pulmonar y de la peligrosa hidropesía [acumulación de líquido] ventral que lo

había colocado en las puertas del cementerio» (Valeta, 1915, pp. 380-381); «La parálisis de la pierna izquierda que ha sufrido la señora de Zafaroni era de carácter grave, y hubiese quedado crónica al continuar con la medicina» (1915, p. 380). En estos casos no da detalles de los métodos empleados para curarlos, a los que se refiere vagamente como «nuestro método» o, como mucho, «el régimen vegetariano», pero sí afirma contundentemente su eficacia.

Además de los casos citados más arriba, según Valeta (1915, pp. 379, 386-388; 1927, p. 390), su tratamiento lograba curar pacientes con tuberculosis, sífilis, apendicitis, meningitis y tumores, entre otros. Posicionaba así al naturismo como la única opción válida para quienes, desahuciados, no encontraban respuestas en la medicina académica. Se trataba, nuevamente, de un discurso atractivo en un contexto histórico en el que los profesionales universitarios ofrecían pocas alternativas para enfermedades comunes, como la tuberculosis, y cuando existía un tratamiento considerado eficaz, generalmente era agresivo, doloroso y tóxico, como los ungüentos e inyecciones de mercurio en el caso de la sífilis. Las afirmaciones de Valeta eran ambiciosas, y sus propuestas no dejaban de acercarse a las de un charlatán que está ofreciendo curas milagrosas, como cuando sostenía que podía curar una apendicitis o un tumor con una dieta vegetariana.



Figura 3. Copia del diploma de mención honorífica obtenido en la Exposición Internacional Panamá-Pacífico reproducida en *El naturismo en el hogar* (Valeta, 1927, p. 884)

Credenciales, testimonios e imágenes

Justamente, la cercanía de los tratamientos naturistas con el curanderismo y la charlatanería, condenados por la figura jurídica del «ejercicio ilegal de la medicina», hizo que la construcción del estatus científico de Valeta se volviera también una estrategia de supervivencia. La legitimidad que buscaba proyectar estaba constantemente en construcción y requería un esfuerzo permanente. Como se vio, en sus publicaciones Valeta incluía todas las cartas, artículos y comunicaciones oficiales que lo elogiaban o le daban credibilidad, lo que muestra que su obra efectivamente circuló en varios ámbitos montevideanos. Se advierte así que apareció en los principales diarios nacionales, particularmente los de orientación liberal y progresista. Hay una mención elogiosa en el batllista *El Día*, otra bastante neutra en *La Razón* y generalmente positivas en *La Democracia* (habla de la «infinitud de personas» que asisten al centro), *La Tribuna Popular* (cuyo articulista se refiere a las posibilidades que ofrece para «emanciparse en ciertos casos de la medicina oficial»), *El Tiempo* y *El Socialista* («Juicios de la prensa», 1915).

En todas sus obras, además, Valeta (1927) hace referencia a premios y credenciales e incluye reproducciones de sus diplomas. Entre ellas se destaca la mención honorífica que recibió sobre el alcoholismo en la exposición Panamá-Pacífico que tuvo lugar en San Francisco en 1915 (p. 884), el título de miembro honorario del Centro Naturista de México, el de «Doctor de Naturopatía» de la American School of Naturopathy, fundada por Benedict Lust (que probablemente completó por correspondencia), y de congresos y sociedades de Buenos Aires.

A su vez, incluye testimonios de casos exitosos, muchos de ellos acompañados de fotografías que aspiran a cumplir una función probatoria. Habla de todo tipo de casos, entre ellos sífilis, tuberculosis y tumores diversos, y hace hincapié en que los pacientes llegaron al naturismo tras no recibir respuestas de la «medicina oficial». Al pie de cada testimonio siempre figura el nombre completo y la dirección de la persona recuperada y detalles de sus enfermedades. Cuando están acompañados de imágenes, la mayoría incluye un texto descriptivo sin el cual resulta difícil identificar los cambios producidos por el sistema naturista. Es el caso de las fotografías de «antes y después» (véanse figuras 4 y 5). Allí el texto apunta:

Los grabados demuestran perfectamente los dos extremos: en el primero lo vemos con el vientre hinchado, y fue cuando hacía apenas un par de meses que se había sometido al régimen vegetariano; el segundo cliché presenta al señor Zabala, libre de su congestión pulmonar y de la peligrosa hidropesía ventral que lo había colocado en la puerta del cementerio. (Valeta, 1915, p. 381)

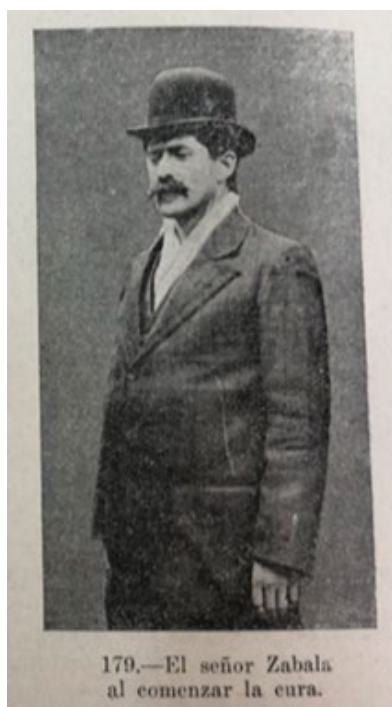


Figura 5. Fotografía de un paciente antes del tratamiento naturista (Valeta, 1915, p. 380)



Figura 5. Fotografía de un paciente después del tratamiento naturista (Valeta, 1915, p. 381)

Nada de lo que según el texto «demuestran» las imágenes es evidente a simple vista: el vientre, supuestamente agrandado por una hidropesía, no sobresale particularmente, como tampoco hay muestras visibles de congestión pulmonar ni de su ausencia. Las indicaciones verbales que guían la mirada de los lectores se vuelven imprescindibles para que las imágenes cumplan su función de atribución de verdad.

Imágenes e historias para entretener y vender

Las ilustraciones fueron un elemento clave de las publicaciones de Valeta. La presencia de elementos gráficos revela la búsqueda de accesibilidad en la información ofrecida, pero también de entretenimiento, para entre otras cosas asegurar la continuidad de su obra a partir del éxito comercial mediante métodos bastante artesanales. Casi ninguna de ellas tiene fuente o atribución, y la mayoría parece provenir de un recorte y pego de otros manuales y revistas afines.



Figura 6. Fotografía que ilustra la «alegría y felicidad de una familia gatuna» (Valeta, 1927, p. 169)

En la cuarta edición de *El naturismo en el hogar* hay 884 imágenes numeradas, además de un número significativo de tablas con datos estadísticos. En el prólogo destaca el aumento de ilustraciones, entre otras «[I]áminas hermosas que demuestran los efectos de la tuberculosis, la sífilis, el cáncer, y otras enfermedades». Muchas de ellas son imágenes gráficas de patologías de la piel, deformidades y amputaciones; al llamarlas «hermosas» Valeta traiciona sus instintos comerciales de editor y deja entrever su preocupación por generar impacto emocional en su lectorado. Además, a menudo juega con el contraste y, después de mostrar dibujos o fotografías explícitas, incluye otras más simpáticas, como cachorros de gato con moños en el cuello.

Asimismo, en su sección sobre estética humana, alterna fotografías explícitas de personas (en su mayoría niños) con «degeneración gruesa», enanismo, lepra, tuberculosis, artritis, reumatismo y lo que llama «el idiotismo y la locura generados por el alcoholismo» (Valeta, 1927, p. 556) con reproducciones de imágenes femeninas (muchas de ellas sin ropa) que buscan ilustrar la proporcionalidad del cuerpo bello. De esta manera revela una mirada fisiognómica que establece una correlación entre la

proporción, la belleza, la salud y la integridad moral. En un artículo titulado «Estética humana», por ejemplo, habla de la simetría y la proporción como indicadores de salud y «tranquilidad de las actitudes» (Valeta, 1927, p. 510). Las imágenes y los textos que las acompañan vuelven sus preceptos inteligibles y atractivos para un público general.

En las publicaciones de Valeta también son frecuentes las fotografías y anécdotas de su propia familia, que vuelven a su obra más accesible y entretenida a la vez que buscan demostrar el éxito de su sistema. En la primera edición de *El naturismo en el hogar*, por ejemplo, incluye una fotografía de sus hijos Saturno y Eliseo, donde cada uno aparece descrito como un «ejemplar vegetariano». Gracias a su «naturismo nato», explica, el mayor (cinco años y medio) puede caminar kilómetros varias veces al día sin cansarse, y el menor es «fuerte, enérgico, alegre, sencillo y demasiado cariñoso hasta con los más pequeños animales [...]» (1915, p. 79).

Estas breves descripciones y la correspondiente imagen aparecen como prueba suficiente del funcionamiento infalible del estilo de vida naturista. Concluye Valeta (1915): «Y después de estas breves demostraciones prácticas, ¿habrá madres que abogarán [...] por los trozos de cadáveres que indigestan los estómagos de sus inocentes hijitos?» (p. 80). Las vagas anécdotas personales y la imagen, que muestra a dos niños posando en un entorno doméstico, operan como «demostración práctica» (figura 7). No hay aquí datos estadísticos ni otra información con pretensiones científicas, sino, simplemente, una historia familiar que busca generar una reacción afectiva y que se presenta como evidencia. En la edición de 1927, a continuación de la misma fotografía, figura otra de los dos hermanos tomada doce años después, esta vez posando serios en una playa, a modo de «demostración» de los beneficios del naturismo (figura 8). «Estos son hechos y no palabras», afirma Valeta (1927, p. 162).

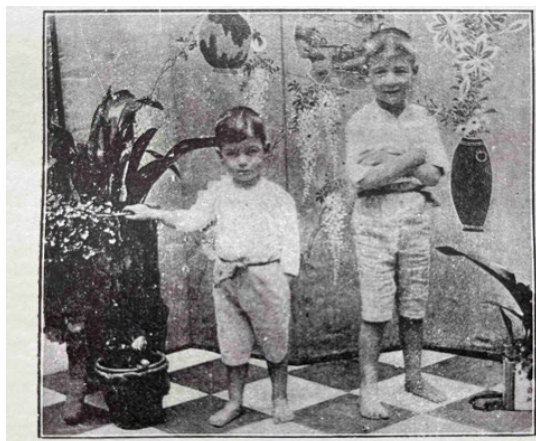


Figura 7. Saturno y Eliseo Valeta, hijos del autor, en su niñez (Valeta, 1915, 80)



Figura 8. Saturno y Eliseo Valeta, hijos del autor, en su juventud (Valeta, 1927, p. 162)

En esa edición Valeta incluye más de una docena de fotografías de sus hijos y su esposa. Hay incluso una sección en la que muestra su propia vida ilustrada en imágenes, entre las que figuran una de sí mismo a los 13 meses, «para recuerdo de los lectores»; otra en su escritorio, rodeado de libros, estatuillas y varios cuadros, corrigiendo la misma obra, y otra mostrándolo a los 38 años sin camiseta, «haciendo demostraciones de estética y desarrollo muscular», según la descripción (Valeta, 1927, pp. 381-384). A su vez, Valeta es el modelo que ilustra los ejercicios de gimnasia que se detallan en el manual.

Las imágenes funcionan entonces como un modo de conectarse con los lectores, con quienes Valeta está dispuesto a compartir su retrato de bebé vestido con tulles pomposos y a quienes les abre una ventana sobre su trabajo de autor y editor detrás de bambalinas. De esta manera subraya la accesibilidad de sus preceptos y busca generar una respuesta emocional en un público interesado en tomar la salud en sus propias manos. A la vez, involuntariamente, deja en evidencia el carácter aficionado de la publicación; Valeta no tiene prurito en mostrarse como autor, editor, corrector y modelo, ni en recurrir a todo el acervo fotográfico familiar para ilustrarlo.

De un modo similar, en la sección de los casos exitosos del naturismo menciona los partos de sus tres hijos como demostraciones de la efectividad del método, tanto por el régimen vegetariano de la madre como por las habilidades de partero de Valeta, quien se aseguró de evitar la aplicación de «bicloruro de mercurio y otros desinfectantes químicos de escasos resultados». En esa ocasión se refiere a su intervención en el caso de su hijo menor, que nació en posición podálica y asfixiado por su propio cordón umbilical. En un relato de tensión dramática («Infinidad de pensamientos pesimistas se atravesaron por mi mente...», «No tuve remedio que ser fuerte ante la posible catástrofe»), Valeta finalmente narra su intervención: sustituyó el «fórceps alópata» por sus dedos, desenrolló el cordón, envolvió el cuerpo del niño con paños húmedos y le dio palmadas en las nalgas hasta que el bebé finalmente pudo respirar. La hazaña constituyó una prueba del «notable triunfo naturista» del título del artículo (Valeta, 1915, pp. 381-383). Concluye destacando su superioridad frente a «hábiles médicos y comadronas diplomadas», quienes frecuentemente fracasaban ante complicaciones mucho menores. Nuevamente, una anécdota personal es resignificada como evidencia de que el naturismo es más efectivo que los servicios de personas con credenciales universitarias que las habilitan a ejercer la profesión.

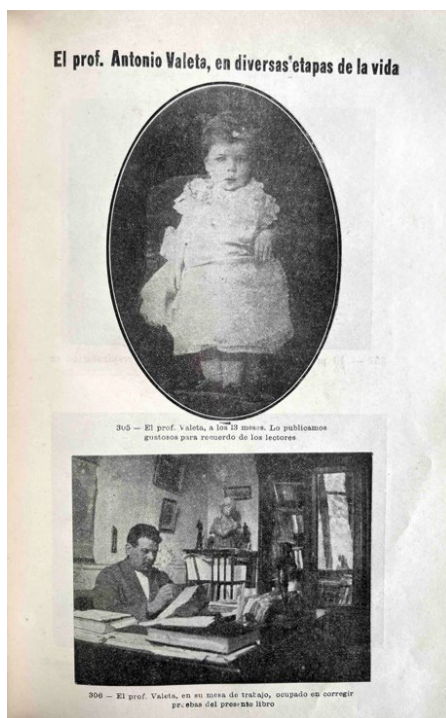


Figura 9. «El Prof. Antonio Valeta, en diversas etapas de su vida» (Valeta, 1927, p. 381)

La ciudadanía en control de su salud

Mediante las estrategias reseñadas, Valeta apuntó a ofrecer la información necesaria para que las personas pudiesen recuperar el control sobre sus cuerpos y participar en el diseño y la implementación de sus propios tratamientos. Nada más lejos de la jerga científica difícil de comprender con la que los médicos profesionales se distanciaban de sus pacientes (Barrán, 1992, p. 170). Gran parte de su obra se inserta en la tradición de los manuales de remedios caseros que circulaban desde la antigüedad, donde las instrucciones para curar las enfermedades muchas veces coexistían con las recetas de cocina.

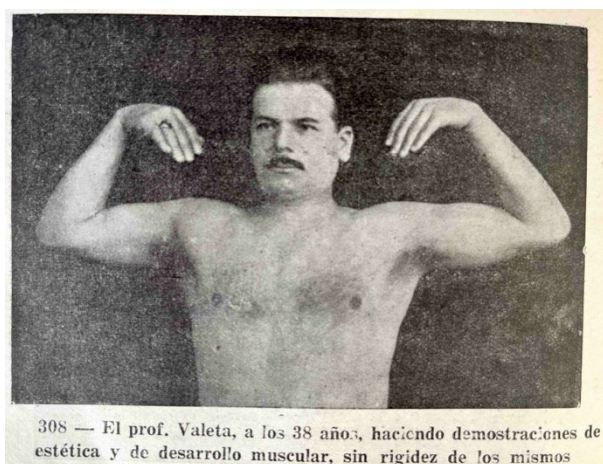


Figura 7. Antonio Valeta «haciendo demostraciones de estética y de desarrollo muscular» (Valeta, 1927, p. 381)

Como reseñan Risse et al. (1977), cuando comienza a popularizarse la medicina alternativa, en la primera mitad del siglo XIX, sus publicaciones se suman a una densa red ya existente de manuales médicos, que en ese momento ofrecían una solución práctica y de bajo costo al problema de la escasez de profesionales y de la inaccesibilidad de sus honorarios. Con la profesionalización de la medicina, sin embargo, los médicos dejaron de recomendar curas caseras y se concentraron en la prevención de las enfermedades. Los manuales de las terapias alternativas continuaron, sin embargo, apelando a la capacidad de los individuos para identificar y tratar las dolencias que los aquejaban en el ámbito doméstico. Ofrecían así respuestas a problemas de la medicina que persistían en las primeras décadas del siglo XX: muchos de los tratamientos eran dolorosos; la infección hospitalaria y la escasez de infraestructura y financiamiento hacían que varios procedimientos siguieran siendo riesgosos (Barrán, 1994, p. 197), y no había una

cura efectiva para gran parte de las enfermedades. La posibilidad de un tratamiento en casa sin mayores riesgos era una alternativa atractiva.

Pero, sobre todo, manuales como *El naturismo en el hogar* destacaban el rol activo de cada persona en su propio tratamiento, de cuyo compromiso y participación dependía el resultado final. Organizaciones naturistas como Higiene y Salud y el Centro Natura, entre otras, ofrecían así modelos para el conocimiento personal, y la educación era uno sus pilares. Ponían, efectivamente, una batería de recursos y herramientas en las manos de los individuos, en términos accesibles, en plena masificación de la alfabetización (Duffau y Pellegrino, 2016, p. 206), que fomentaban un espíritu autodidacta compatible con formas de educación alternativas a la universidad comunes en la época.

De esta manera, la Institución Higiene y Salud se convirtió en un verdadero polo de difusión y producción de conocimiento, a través sus publicaciones, conferencias, consultorios y la venta de accesorios para baños terapéuticos. Junto con otros grupos naturistas, como el mencionado Centro Natura, se volvieron espacios alternativos que promovían la investigación personal frente a instituciones más rígidas y menos democráticas, como la universidad, que en ese momento estaba más profesionalizada y había perdido la impronta de formación cultural de la ciudadanía de sus primeros años.

También eran más accesibles y menos elitistas que círculos académicos tradicionales, como el Ateneo de Montevideo, históricamente ligado a los intelectuales y políticos del país. Se trataba, en efecto, de comunidades más flexibles, en la línea de los cenáculos literarios y cafés donde se reunían escritores, artistas y anarquistas en las noches montevideanas. Muchas veces las mismas personas circulaban por los diferentes grupos y espacios en los que el intercambio de conocimiento era más horizontal y el énfasis estaba en la exploración autodidacta.

Los manuales y todo su ecosistema proyectaban entonces el ideal de un individuo en control de su salud y su cuerpo, capaz de aplicar por sí mismo los principios «racionales» y «científicos» que estas obras ponían a su disposición. Reforzaban así una ética de autonomía y superación personal que, por un lado, se alineaba con las ideas liberales que la joven nación buscaba proyectar y, por el otro, entraba en conflicto con algunos principios del reformismo republicano que caracterizó al batllismo. Contrastaba con lo que el historiador Gerardo Caetano (2016) llama «estatismo cultural» (p. 64), una suerte de consenso en la clase política y la ciudadanía en construcción sobre la legitimidad de las intervenciones del Estado para superponerse a lo individual y lo privado en nombre de un bien colectivo.

A pesar del predominio del modelo estatista, hubo fuertes tendencias en la oposición, e incluso dentro del batllismo, que rechazaron firmemente a la intervención del Estado en los ámbitos personales. Propuestas como las de Valeta, entonces, aparecían como una opción válida para quienes tenían una tendencia más liberal, en contraste con una cultura política a veces percibida como homogeneizadora.

Conclusión

En conclusión, la obra de Antonio Valeta nos muestra que el naturismo fue un movimiento a la vez marginal, por su ausencia en la literatura y la historiografía, y fundamental en la cultura científica del momento, especialmente por sus conexiones poco estudiadas con el higienismo médico. En su búsqueda tanto de legitimidad científica como de viabilidad comercial, movilizó estrategias creativas para aprovechar al máximo los pocos recursos con los que contaba. Fue así como testimonios, ilustraciones e historias personales, incluida la del propio autor y su familia, tuvieron un rol fundamental. Valeta buscó de esta manera ofrecer la información necesaria de manera accesible y entretenida para que las personas pudiesen recuperar el control sobre sus cuerpos. Es justamente esta posibilidad de cambio individual lo que no ha sido lo suficientemente explorado en los estudios tradicionales sobre el higienismo del que formó parte y sobre lo que la perspectiva del naturismo tiene mucho que aportar.

Referencias bibliográficas

- Antonio Valeta: *Su obra higiénica, juzgada por sabios, médicos e higienistas*. (1921). Talleres Gráficos Percivalle.
- Armus, D. (2000). El descubrimiento de la enfermedad como problema social. En M. Z. Lobato (Dir.), *El progreso, la modernización y sus límites* (vol. 5, pp. 507-551). Sudamericana.
- Barrán, J. P. (1992). *Medicina y sociedad en el Uruguay del novecientos*: Tomo 1. El poder de curar. Ediciones de la Banda Oriental.
- Barrán, J. P. (1994). *Medicina y sociedad en el Uruguay del novecientos*: Tomo 2. La ortopedia de los pobres. Ediciones de la Banda Oriental.
- Barrán, J. P. (1995). *Medicina y sociedad en el Uruguay del novecientos*: Tomo 3. La invención del cuerpo. Ediciones de la Banda Oriental.
- Baubérot, A. (2004). *Histoire du naturisme*. Presses Universitaires de Rennes.
- Buño, W. (1986). *Historia de la vacunación antivariólica en el Uruguay*. Ediciones de la Banda Oriental.
- Caetano, G. (2016). La vida política. En G. Caetano (Ed.), *Uruguay: Reforma social y democracia de partidos*: Vol. 2. 1880/1930 (pp. 35-84). Fundación MAPFRE; Planeta.
- De la importante revista «Vida Natural» de Buenos Aires. (1914, 15 de marzo). *Higiene y Salud*, 1(3), 6-7.
- Di Liscia, M. S. (2002). *Saberes, terapias y prácticas médicas en Argentina (1750-1910)*. Consejo Superior de Investigaciones Científicas; Instituto de Historia.
- Doctor Santfín C. Rossi. (1917, enero). *Higiene y Salud*, 4(37), 1.

- Duffau, N. (2019). *Historia de la locura en Uruguay (1860-1911): Alienados, médicos y representaciones sobre la enfermedad mental*. Ediciones Universitarias. https://www.academia.edu/38312569/Historia_de_la_locura_en_Uruguay_1860-1911_
- Duffau, N., y Pellegrino, A. (2016). Población y sociedad. En G. Caetano (Ed.), *Uruguay: Reforma social y democracia de partidos*: Vol. 2. 1880/1930 (pp. 187-235). Fundación MAPFRE; Planeta.
- Juicios de la prensa. (1915, setiembre). *Higiene y Salud*, 1(21), 10-13.
- Juicios de la prensa (Continuación). (1915, noviembre). *Higiene y Salud*, 2(23), 9-10.
- Legnani, M. (1922). *Proyectos de higiene* (Vol. 1). Imprenta J. Mercant.
- Martin, S. C. (1994). The only truly scientific method of healing: Chiropractic and American Science, 1895-1990. *Isis*, 85(2), 207-227. <https://doi.org/10.1086/356807>
- Morás, L. E. (2000). *De la tierra purpúrea al laboratorio social: Reformas y proceso civilizatorio en el Uruguay (1870-1917)*. Ediciones de la Banda Oriental.
- Quereilhac, S. (2016). *Cuando la ciencia despertaba fantasías: Prensa, literatura y ocultismo en la Argentina de entresiglos*. Siglo XXI.
- Risse, G. B.; Numbers, R. L. y Leavitt, J. W. (Eds.). (1977). *Medicine without doctors: Home health care in American history*. Science History Publications.
- Shaffer, K. R. (2005). *Anarchism and countercultural politics in early twentieth century Cuba*. University Press of Florida.
- Stavisky, S. (2020). El naturismo como proyecto de reforma de los estilos de vida en Albano Rosell. *Políticas de la Memoria*, (20), 117-131. <https://doi.org/10.47195/20.656>
- Stavisky, S. (2023). «Defendería la pureza de mi sangre con un Colt»: Discrepancias sobre la vacuna en el anarquismo rioplatense. *Archivos de Historia del Movimiento Obrero y la Izquierda*, 23, Artículo 23. <https://doi.org/10.46688/ahmoi.n23.421>
- Stavisky, S., y Sena, G. (2017). De la medicina social al naturismo [Contribución]. *XXXI Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología*, Montevideo. <https://www.aacademica.org/000-018/3358>
- Suburú, A. (2007). *Historia del balón: Deporte nacional uruguayo*. Edición del autor.
- Valeta, A. (1915). *El naturismo en el hogar: Tratado de higiene, vegetarianismo, estética humana y medicina natural*. Imprenta Latina.
- Valeta, A. (1916). La 2.ª edición de «El Naturismo en el Hogar». *Higiene y Salud*, 3(27), 53.
- Valeta, A. (1918). *Botánica práctica* (2.ª ed.). Biblioteca del Centro Higiene y Salud.
- Valeta, A. (1921). *¿Qué es el naturismo? fundamentos del naturismo, alcoholismo y curanderismo, progresos de la ciencia naturista*. [Instituto de Enseñanza Naturista «Higiene y Salud»].
- Valeta, A. (1927). *El naturismo en el hogar: Tratado de higiene, vegetarianismo, estética humana y medicina natural*. Talleres Gráficos Prometeo.

- Whorton, J. C. (2002). *Nature cures: The history of alternative medicine in America*. Oxford University Press.
- Zubillaga, C. (2008). *Perfiles en sombra: Aportes a un diccionario biográfico de los orígenes del movimiento sindical en Uruguay (1870-1910)*. Librería de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación.
- Zubillaga, C. (2011). *Cultura popular en el Uruguay de entresiglos (1870-1910)*. Librería Linardi y Risso.