

PROCESO A LAS GACHAS

PROCESO A LAS GACHAS.

¿ALIMENTO DE POBRES o VENENO DE INFELICES?



Gachas manchegas

Se ha ultrajado a la almorta, en su presentación de GACHAS, como origen de enfermedades. En palabras de Carlos Azcoytia, “*veneno que llegó con el hambre, tras la guerra civil*”. Hoy día, el consumo es puramente testimonial.

Porque, es cierto que, en los años cuarenta fueron muy frecuentes los casos de parálisis graves producidos, presuntamente, por el consumo de las gachas.

Pero,... ¿Está justificada la mala fama que atribuye a las GACHAS la rumorología popular?



PROCESO A LAS GACHAS

HECHOS.

Son las GACHAS un alimento, tipo papilla-puré, elaborado con harina de **almortas** a las que se le añade hígado de cerdo en su concepción tradicional de las *gachas de matanza*. Pero, admite otros ingredientes como patatas, setas, champiñón, o nada, gachas simples.

La **almorta**, (*titos, muelas, guijos*,) es una gramínea que soporta y florece en condiciones climáticas extremas y constituye un alimento tradicional perdido, polivalente, que lo mismo completaba la para alimento de los cocido o para comerla en cultivo. Recuerdo también trigo y **titos**, tostados para la



dieta de los animales, que servía humanos, en forma de puré, verde en el mismo campo de los **tostones** de San Antón, ocasión festiva.

La gran escasez de cuarenta disparó el consumo de harina de almortas en forma de gachas constituyendo la base de la dieta diaria en muchas casas.

alimentos padecida en los años

Las pandemias de los años 40-45 en España, provocó su prohibición para el consumo humano, el 15 de Enero de 1944, aun que su venta continuó de manera más o menos encubierta.

Pero los años 70 marcan la desaparición de su cultivo extensivo como leguminosa-pienseo para convertirse en legumbre de consumo humano cultivada en pequeñas superficies. Así se cultiva, aún hoy, en algunos lugares de las dos Castillas.

APARICIÓN DEL LATIRISMO.

En épocas de escasez o en lugares mal comunicados era común que las familias acaparasen gran cantidad de un producto y alimentarse de él, exclusivamente, durante días. Quedaba así resuelto durante un tiempo el problema de la comida.

Pero esta alimentación única, perjudicial siempre, aun con los mejores alimentos, es peligrosísima en el caso del **maíz** que causa la *pelagra* produciendo úlceras cutáneas escamosas, diarrea, membranas mucosas inflamadas, confusión mental y alucinaciones;

las **habas**, causa del *favismo* (dolores de estómago, vértigos, hepatismo, anemia, insuficiencia cardio-respiratoria, coma y muerte. Y, sobre todo, la **almorta**, causante del *latirismo* que ocasiona paraplejia espástica con temblor.



El **latirismo** es, en realidad, un conjunto de dos enfermedades: una que afecta al sistema nervioso central (**neurolatirismo**) y otra que afecta a los huesos y el tejido conectivo (**osteolatirismo**).

PROCESO A LAS GACHAS

El más grave y difundido es el neurolatirismo que produce una paraplejia de las extremidades inferiores con la consecuente dificultad o imposibilidad para caminar. En los niños, la enfermedad afecta al crecimiento.

RELACIÓN GACHAS-LATIRISMO.

La enfermedad existía y era conocida. Su origen, se ignora.



En 1941 los doctores Ley y Olivares de la Riva dan la noticia de una enfermedad **misteriosa**.

El afectado, de unos 27 años, aparentemente sano, refiere repetidos calambres en las piernas. A los siete días, al andar, arrastra las puntas de los pies. A los treinta días arrastra las plantas, no puede contener la orina y el temblor de las manos le impide comer y afeitarse.

En su pueblo, Esparraguerra (Barcelona), existen casos similares. Encuentran allí treinta enfermos y en los pueblos cercanos diez, doce, veinticinco. Todos población masculina, jóvenes, trabajadores industriales. Curiosamente, ni un solo caso de campesinos.

Estudiada la alimentación de los enfermos, se comprueba que las almortas constituían la base de su dieta; presente en, al menos dos de las tres comidas diarias. Alimentación carente de proteínas, consecuencia de la pobreza del país que hacía imposible la importación de alimentos.

Se le dio a la enfermedad el nombre de **latirismo mediterráneo** y se extendió a Vizcaya, Valladolid, Zaragoza, Ciudad Real, Toledo, Santander.

En la prensa se informaba de los efectos dañinos de la almorta si se tomaba de forma continua, pero el Estado, incapaz de ofrecer otra alternativa alimenticia, no se decide a prohibirla, hasta que la pandemia alcanza límites incontrolables.



Almortas (Titos)

El 15 de Enero de 1944 sale el Decreto de **prohibición** y recogida de **almortas** y sus harinas.

Los datos son impresionantes. En Vizcaya, se habían consumido en los últimos seis meses de 1.943 más de cien vagones de almortas. Los enfermos que ya son 68, habían ingerido casi un kilo diario de almortas con una falta absoluta de carnes, huevos y leche y otras proteínas.

Madrid, Barcelona, Cuenca, Ciudad Real y Toledo son las provincias más afectadas. En Ciudad Real, los pueblos con más casos: Villarrubia, Alcázar y Argamasilla, se encuentran en la zona colindante con las otras provincias. En Cuenca, no hay casos en la Serranía, sino en la parte llana (Osa de la Vega). En Toledo, en el Suroeste.

En Albacete, en la región del centro de La Mancha el latirismo ha sido particularmente abundante.

Las características de la zona afectada son idénticas en todas las regiones. En todas ellas se cultiva mucho la almorta. Pero, paradójicamente, en Burgos y Palencia donde también se utiliza la almorta como alimento de hombres y ganados, el latirismo es casi desconocido. Los investigadores se enfrentan ahora a un nuevo dilema:

¿Por qué en un sitio sí y otro no?

PROCESO A LAS GACHAS

DATOS

Aunque ya no parece haber duda de que existe relación directa latirismo-harina de almortas, existen todavía muchos cabos por atar. Son muchas las dudas al relacionar la enfermedad con las almortas.

Los investigadores disponen de hechos ciertos, objetivamente comprobados:

- ◆ Los afectados de latirismo no son sujetos desnutridos ni presentan ningún tipo de trastorno metabólico por lo que la causa de la enfermedad no procede de la falta de algún elemento indispensable para la alimentación.
- ◆ La importancia de la gravedad del latirismo es proporcional a la cantidad de almortas ingeridas. Parece deducirse de ello que **hay algo en la almorta**, no que **falta**
- ◆ La mayor parte de los casos son personas relativamente jóvenes, dedicados a trabajos rudos, con gran necesidad de comer y lo hacen, de lo que disponen, en grandes cantidades.
- ◆ Los síntomas de la enfermedad son semejantes a la carencia de vitamina B pero los enfermos no mejoran con la administración de vitamina en altas dosis.

- ◆ Se intentó, incluso, semillas suelen Pero, el latirismo perfectamente mucho como  **Arveja** culpar a la arveja porque sus acompañar a las almortas. aparecía también comiendo almortas limpias. Además, la arveja se utiliza alimento de ganado sin que se haya producido nunca una intoxicación y, precisamente en las provincias que más la producen (Málaga y Granada,) el latirismo es desconocido.

- ◆ Los brotes aislados o pequeñas epidemias de latirismo apuntan a que las almortas no siempre son tóxicas. Las propiedades nocivas podrían proceder de elementos existentes en el suelo que son absorbidos por la planta y que la vuelven tóxica. La existencia de gran cantidad de selenio en el sistema nervioso de los afectados nos estaría indicando el origen de la enfermedad.

- ◆ La zona afectada (Cuenca, Ciudad Real, Toledo, Albacete) se caracteriza por escasas precipitaciones, <400mm, intensa evaporación, acumulación en el terreno, llano, de los productos arrastrados de las sierras vecinas, con abundancia de selenio. En localidades húmedas y terrenos de regadío no existen intoxicaciones de selenio.

También en la parte central de la cuenca del Duero (Valladolid) es frecuente el latirismo y las características de la zona son análogas a las de la anterior región

A todos estos datos contrastados y a las hipótesis de trabajo de investigación vino a sumarse el estudio realizado en la India por Rao y Murti en 1964, aislando al presunto causante de la enfermedad: un aminoácido tóxico el ODAP.

Las almortas de India contenían del 0,2 al 2,6% de ODAP. Las variedades locales españolas del 0,1 al 0,2%.

En La Mancha, las almortas son heterogéneas, de flores y granos coloreados, con contenidos del 0,2% de ODAP. Cuando se consumen sin remojo previo (**gachas**) se absorbe todo el ODAP susceptible de causar latirismo.

PROCESO A LAS GACHAS

A modo de CONCLUSIÓN.

Cualquier producto puede resultar venenoso o inocuo. Parafraseando a Paracelso **la diferencia entre un veneno y un remedio es su dosis de consumo.**

En defensa de la almorta se puede argüir que han servido durante épocas y sirven aún en algunos países para paliar hambrunas por su facilidad de producción dada la

propiedad de resistencia a la sequía y capacidad de producir cosecha en las peores condiciones...

Las almortas sólo han producido toxicidad en épocas de hambrunas, sin otro alimento que llevarse a la boca,

Y, aunque las almortas contienen, como todas las leguminosas, sustancias que pueden actuar negativamente en el organismo si no se eliminan previamente, el saber popular eliminó el peligro porque las amas de casa utilizaban el remojo, tirando el agua, y la cocción abierta (sin tapar el puchero).



El insigne pintor, Goya, reflejaba en uno de sus grabados la solución que la almorta proporcionó ante el hambre sufrida en Madrid desde septiembre de 1811.

Es la almorta tan buen alimento como cualquier otra legumbre. Comer gachas de harina de almortas no supone peligro alguno. Su malignidad viene dada por el abuso y exclusividad de uso sin otros alimentos alternativos, ricos en proteínas.

Si se toma como alimento principal y constante en la dieta, superando el 30%, en semanas, o dos –tres meses, produce la enfermedad que afecta a la médula espinal o los huesos. Cogida a tiempo, puede curarse con sólo variar el régimen. Si el paciente no da importancia a los primeros síntomas o explica las dificultades de andar como reuma o debilidad general, al avanzar la lesión medular puede quedarse inútil para toda la vida.

Ni los ciudadanos acataron la prohibición ni, por otro lado, podían prescindir de la harina de almortas dada la terrible escasez que asolaba el país. La pobreza alimentaria era atroz; miles de hambrientos intentaban sobrevivir comiendo aquello que encontraban.

Pero, muchos casos de la enfermedad se habrían evitado si se hubiera podido inculcar a las gentes el mismo rechazo hacia la almorta que el conseguido al pan de cebada o centeno o la carne de caballo.

Ni una ni otra cosa fueron posibles y la reiteración de casos contribuyó a la falsa creencia en la malignidad de la harina de almortas, de las gachas.

Todavía hoy, siglo XXI, se encuentra en algunos establecimientos de alimentación, pero su autorización, o no, para la alimentación humana no está del todo clara. Tampoco se ha preocupado nadie de esclarecerlo porque, entre otras cosas, al desaparecer las *matanzas familiares*, su uso y consumo es estacional, ocasional y puramente testimonial.

PROCESO A LAS GACHAS

Lo que sí está claro es que los castellano-manchegos nos enorgullecemos de este plato típico y único en la gastronomía nacional.



Se comen directamente de la sartén, pinchando trozos de pan en un tenedor o navaja, que se mojan en la gachas."A corte", empezando por el mismo borde del perol o sartén y terminando en el centro.

Y, desaparecido el peligro latirismo, la cantidad de grasa que tienen las convierte en alimento prohibido para los que tengan que vigilar su colesterol.

Manuel Fernández Grueso

****Nota del autor.***

Este trabajo se publicó por primera vez en www.Villardecanas.es