

es, bès i qui menjant molt es manté prim?

L'herència es manifesta en moltes famílies en què tots són grossos o tots primos. A vegades l'herència està sols en l'hàbit de menjar molt. L'hàbit es manifesta, entre altres formes, per la gana anormal de molts obesos: el costum de menjar molt, trastorna la sensibilitat de l'estómac, que s'acostuma a *demanar* aliments, sense que l'organisme els necessiti. La *raça* és també important. La *professió* influeix també en els costums i en els hàbits, especialment en aquelles en què es menja o es beu molt: cuiners, pastellers, comerciants en vins i cervesa, etc. El mateix direm dels professionals de l'atletisme, que en deixar de fer exercici s'engreixen amb una facilitat sorprenent. I així successivament podríem esmentar nombroses causes *adquirides* de perturbació dels centres reguladors del pes en totes les infeccions, intoxicacions i malalties de tota mena, així com en els canvis fisiològics, especialment en la dona.

Tot això són trastorns que alteren el coeficient $\frac{\text{desassimilació}}{\text{assimilació}}$ o $\frac{\text{ingressos}}{\text{despeses}}$ de l'economia orgànica, començant per alterar l'acció dinàmico-específica dels aliments i l'anomenat «consum de luxe», la veritable *autodefensa biològica* de l'organisme enfront d'un excés d'alimentació. Els ressorts que regeixen aquest interessant fenomen, són els que marquen el límit d'elasticitat de les lleis biològiques que regulen la nutrició, segons el concepte esbossat en començar.

L'acció *dinàmico-específica* dels aliments consisteix en el calor produït per la desintegració, transformació i reconstrucció dels principis nutritius, des que els aliments són introduïts a la boca, fins que s'han transformat en energia o en elements plàstics del cos. El «consum de luxe» és l'elevació d'aquesta acció dinàmico-específica dels aliments, amb el consegüent augment dels canvis respiratoris, a conseqüència de perseverar durant molt de temps en l'excés d'alimentació. L'organisme es defensa contra aquest excés *aprenent* a cremar més combustible, de la mateixa manera que es defensa contra l'alimentació deficient disminuint l'acció dinàmico-específica i cremant menys combustible. Marca veritablement els límits de l'elasticitat orgànica, en el que pertoca a l'equilibri nutritiu.

I admetent que el que acabem de dir és, al capdavall, el principal fons comú on fan cap els factors enumerats endogens i exogens, podem dir que el pes de l'individu no es regeix tan sols pel seu especial estat constitucional, ni tan sols pels seus vicis d'alimentació o de treball o repòs. Un individu amb alteració congènita del sistema neuroglandular i secundàriament del seu coeficient dinàmico-específic, pot no engrèixar-se o aprimar-se si frena el seu trastorn orgànic amb una molt rigorosa higiene alimentària i de tot altre ordre. A l'inrevés, una persona amb hàbits viciats pot arribar a trastornar el seu sistema neuroglandular i el seu coeficient dinàmico-específic, i fer-se gros o prim. O, en altres paraules, s'és gros o prim:

1. Per trastorn congènit o adquirit dels processos neuroglandulars de regulació del pes.

2. Per relaxació dels costums, de la voluntat o de l'energia moral, ja sigui primitivament, ja secundàriament a perturbació congènita del sistema neuroglandular.

Breu: les persones obeses que mengen molt poc, o tenen un trastorn congènit del complex mecanisme que regula la nutrició—cas rar—o bé tenen aquest mecanisme ja dèbil de naixement i se'ls ha alterat per malaltia o per intemperància—cas freqüent—. Les persones primes que mengen molt, o tenen un coeficient dinàmico-específic molt poderós, o bé, ja en el camp de les malalties, sofreixen adés un trastorn de l'assimilació secundari a una anomalia digestiva o dels altres òrgans de l'assimilació, adés un trastorn neuroglandular que excita la desassimilació més del que permetria l'estat de les funcions d'assimilació.

