James Lind y el escorbuto.

*James Lind,* médico escocés, tuvo la oportunidad de observar en 1746 y 1747, cómo se desarrollaba con violencia el escorbuto, durante 2 travesías que realizó a bordo del buque Salisbury, las cuales duraron 10 y 11 semanas cada una. En esas oportunidades, el capitán del navío alimentó a los enfermos con provisiones frescas tales como caldos de cordero y aves, no obstante llegaron vivos a puerto 80 marineros de los 350 que se habían afectado.1

En esa época, la dieta del marinero carecía casi por completo de vitaminas, de manera que a las pocas semanas en alta mar, acosado por la fatiga, la humedad, el frío, pocas horas de sueño y la nostalgia, comenzaba a presentar con terrible frecuencia los síntomas del escorbuto y otras enfermedades.

*Lind*, en uno de sus viajes, comenzó los experimentos cuyos resultados sentaron las pautas para la profilaxis y el tratamiento de esa enfermedad carencial. El 20 de mayo de 1747 recibió, a bordo del Salisbury, 12 enfermos de escorbuto, "... todos tenían las encías podridas, manchas en la piel, lasitud y debilidad de las rodillas y tuvieron la misma dieta: gachas endulza das con azúcar, caldo de cordero, budines, galleta cocida con azúcar, cebada, arroz, pasas, sagú y vino. Dos de estos enfermos recibieron diariamente, de forma extra, un cuarto de galón de sidra tres veces al día, otros dos tomaban 2 cucharadas de vinagre tres veces al día. Dos de los más graves recibían media pinta de agua de mar. Otros 2 recibían 2 naranjas y un limón por día. Dos más recibían 25 gotas tres veces al día de elixir de vitriolo. Los dos enfermos restantes tomaban semilla de nuez moscada tres veces al día y una mezcla de ajo, semilla de mostaza, bálsamo del Perú y resina de mirra...".1

*Lind* observó que los efectos más repentinos y visiblemente buenos se percibieron con el consumo de naranja y limón, uno de los que lo había tomado estaba en condiciones para el servicio al cabo de 6 días. El otro se recuperó más lentamente y por su mejoría fue nomb rado enfermero de los demás.

En el libro que publicó *James Lind* en 1753, *Tratado sobre la naturaleza, las causas y la curación del escorbuto*, recalcó que estos experimentos eran una prueba auténtica y notable de la efectividad de los jugos de los cítricos contra esta enfermedad. Sin embargo, fue sólo en 1789 cuando la Marina Inglesa comenzó a tomar medidas en relación con esto.2

El doctor *Lind* falleció en 1794, los efectos beneficiosos de sus trabajos lo sobrevivieron y ejercieron poderosas influencias sobre el comercio marítimo y la exploración del mundo.