

La aportación bibliográfica de Joan Bardina a la Educación Física moderna (1911-1939)

Joan Bardina's contribution to modern Physical Education

Xavier Torredadella Flix
Universidad Autónoma de Barcelona

Resumen

El pedagogo e higienista catalán Joan Bardina Castara (Barcelona, 1877–Valparaíso, 1950) despuntó durante el primer tercio del siglo XX como uno de los principales propagadores de la educación física en España. Primeramente la actuación se centró en la efímera Escola de Mestres en Barcelona. Más tarde, la labor propagandística continuó con una prolífera producción y difusión editorial de tratados en torno a la higiene y la gimnástica. En este artículo desvelamos su obra bibliográfica y analizamos su impacto social en la contribución a la educación física moderna. La aportación bibliográfica de Joan Bardina y la enorme difusión de sus obras lo convierten en el principal divulgador de la higiene y la gimnástica en el ámbito popular y doméstico del primer tercio del siglo XX.

Palabras clave

Joan Bardina, Dr. Saimbraum, gimnástica, higiene, educación física, Escola de Mestres.

Abstract

The Catalan pedagogue and hygienist Joan Bardina Castara (Barcelona, 1877–Valparaíso, 1950), stood out during the first third of the 20th century as one of the main promoters of physical education in Spain. First of all, he focused on the Escola de Mestres (Teachers' school), which lasted briefly. Later on, his contribution consisted in a prolific production and dissemination of treatises about hygiene and gymnastics. In this article, his bibliographic work is unveiled, and his social impact in the contribution to modern physical education is analyzed. Joan Bardina's bibliographic contribution and the important spread of his publications make him the main hygiene and gymnastics divulger in the popular and domestic environments during the first third of the 20th century.

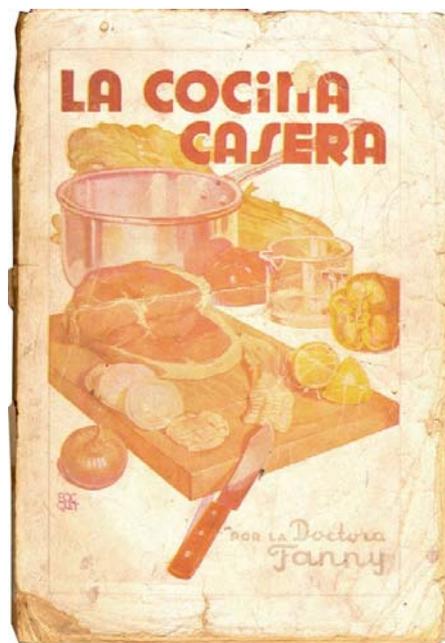
Key words

Joan Bardina, Dr. Saimbraum, gymnastics, hygiene, physical education, Escola de Mestres.

El protagonista

Joan Bardina Castara (Barcelona, 1877–Valparaíso, 1950), polifacético pedagogo, natural de Sant Boi de Llobregat (Barcelona). Tras estudiar el Bachillerato en Gerona, ingresó en la Facultad de Filosofía y Letras de Barcelona (1899). Vinculado a los círculos carlistas, ejerció como periodista y obtuvo el premio extraordinario de fin de carrera con la Tesis de Licenciatura *Orígenes de la Tradición y del Régimen Liberal* (1905). Como periodista, destacó en la *Veu de Catalunya* durante los períodos de 1902 a 1912 y de 1914 a 1916. Durante este tiempo su principal preocupación estuvo centrada en proyectos pedagógicos, en los que alcanzó una fecunda y descollante participación, a la vez que consiguió un reputado reconocimiento académico e institucional. Entre los proyectos pedagógicos merecen destacarse la Escola de Mestres (1906/10), la *Revista Catalana d'Educació* (1909) y la *Revista de Educació* (1911), la participación en el Congreso de Primera Enseñanza de Barcelona (1909/10), la intervención crucial en el “Presupuesto de Cultura del Ayuntamiento de Barcelona” (1908) y la creación de la Institución Spencer (1911/1912).

Como escritor, intervino en publicaciones de diversa índole y cuya “paternidad le costó confesar”. Creó un ambicioso proyecto editorial de temática diversa: gimnástica, higiene, cocina, economía doméstica, etc.; para ello, utilizó diferentes seudónimos como Dr. Saimbraum o Dra. Fanny.



Doctora Fanny, *La cocina casera*. Barcelona, Ediciones Hyma, 1939, 7ª edición.

Al parecer, y como consecuencia de una mala gestión económica, no pudo hacer frente a sus acreedores, viéndose obligado a huir a América en 1918. Fueron sus destinos Bolivia y, finalmente, Chile, en donde continuó con proyectos periodísticos y pedagógicos. En 1928 accedió a

profesor de Derecho del Trabajo en la Facultad de Derecho de Valparaíso, puesto que ejerció hasta su muerte (Forés, 1996).

En Cataluña, la aportación de Joan Bardina fue clave para la emergencia del movimiento de la Escuela Nueva (González-Agàpito, 1989 y 1992). Su presencia sobresalió y propició una genuina contribución en el terreno del regeneracionismo pedagógico, que trascendió más allá de las élites intelectuales, para aproximarse y familiarizarse con las emergentes clases populares.

La educación física a principios del siglo XX

A principios del siglo XX, la educación física ya es reconocida como un contenido imprescindible en los estudios pedagógicos. Sin embargo, la educación física como asignatura oficial en el sistema de la educación pública sufrió continuos altibajos en los diferentes planes de estudio, tanto para la primera y segunda enseñanza como para el Magisterio (Cambeiro, 1997). Ello no sucedió en el marco de la mayoría de las escuelas de titularidad privada, fueran de tipo laico, racionalistas o inclusive de congregaciones religiosas.

El continuo proceso de renovación pedagógica que inició la Institución Libre de Enseñanza (ILE) a finales del siglo XIX tuvo todavía una mayor repercusión con la incorporación de las nuevas corrientes de la pedagogía europea, basadas en los principios y modelos educativos generados a partir de la Escuela Nueva (López, 1998). En este contexto, la educación física tomó mayor protagonismo en un conjunto de escuelas cuya innovación pedagógica admitía modelos metodológicos de ensayo.

En 1901, y durante el gobierno liberal de Sagasta, se hizo oficial la educación física para la escuela primaria. Con el nombre de “Ejercicios corporales”, la asignatura careció de todos los medios necesarios: de un programa definido, de profesorado adecuado, de instalaciones y materiales o de inspección higiénica y sanitaria. Ello hizo que la asignatura se impartiera de forma irregular y rudimentaria (Lucas, 2000; Pajarón, 2000; Cambeiro, 1997; Pastor, 1997).

A principios del siglo XX se acentuó el debate metodológico y doctrinal de la educación física. Había quien abogaba por los juegos corporales al aire, otros por una gimnástica higiénica metódica como la gimnástica sueca; y, más tarde, había quien defendía la gimnástica natural de George Hebert o quien prefería el método de gimnástica rítmica de Jacques Dalcroze. A pesar de las prescripciones higiénico-pedagógicas, la asignatura de educación física fue menospreciada en muchos colegios y los directores no cumplieron con su obligatoriedad (Cambeiro, 1997). Las inspecciones escolares no se alertaban tampoco del asunto. El Congreso Nacional Contra la Tuberculosis (Zaragoza, 1908), el Congreso de Primera Enseñanza (Barcelona, 1909/10) y el Congreso Español de Higiene Escolar (Barcelona, 1912) sirvieron para reforzar la concienciación higiénico-pedagógica en la aplicación de la educación física y garantizar su estabilidad y continuidad en el sistema educativo (Torrebadella, 2009).

En Cataluña, y sobre todo en Barcelona, se descubren proyectos y ensayos educativos liderados a partir de la iniciativa pedagógica individual. En estos centros de renovación pedagógica –Escuela Nueva– la educación física adquirió un indiscutible protagonismo, sirviendo de modelo para la

orientación pedagógica de las escuelas públicas. Citamos al respecto: Francisco Ferrer Guardia en la Escuela Moderna, Pau Vila Dinarés en la Escola Horaciana, Frederic Godàs en el Liceo Escolar de Lérida, Joan Palau Vera en el Colegio Mont d'Or o Alexandre Galí en la Escuela Vallparadís de Tarrasa y, posteriormente, en la Mutua Escolar Blanquerna de Barcelona. Las Escuelas del Patronato del Ayuntamiento de Barcelona –que arrancaron con el Presupuesto Extraordinario de Cultura de 1908– se identificaron con proyectos de la Escuela Nueva, que fueron modelos a nivel de Europa. Ejemplos como las Escuelas del Distrito II y VI (1906), conducidas por Luis Torres Ullastres y el Dr. Jeroni Estrany, la Escuela del Bosque (1914), dirigida por Rosa Sensat, las Escuelas Doménech (1919), dirigidas por Arturo Martorell, o la Escuela del Mar (1922), dirigida por Pere Vergés, no escatimaron recursos y esfuerzos para atender a la educación física: gimnasia sueca, juegos corporales, baños de mar o las colonias escolares (Bantulà, Boson, Carranza y Monés, 1997). Además, la higiene y la salud fueron dirigidas por un importante equipo médico y por los mejores especialistas y profesores de educación física, como el francés Víctor Langlois du Feu, Juan Trigo o Pere Vergés (Saladrigues, 1973).

Otros centros destacados fueron la Escuela del Parque Guinardo (1923), dirigida por Dolors Palau, y las Escuelas del Patronato Doménech (1919), dirigidas por Artur Martorell. Más tarde, el Patronato edificó nuevos grupos escolares como Baixeras y La Farigola, en donde la educación física fue una contribución destacable en la buena armonización de las relaciones entre alumnos y profesores (González-Agàpito, 1992).

Aparte de los proyectos citados, la crisis de valores y orientaciones pedagógicas de principios del siglo XX no concretó un proyecto educativo innovador y, todavía menos, una orientación metodológica para la educación física. Durante los primeros años del siglo XX, la presencia de la educación física en las Escuelas Normales dejó mucho que desear (Cambeiro, 1997). En 1901 se organizaron los estudios de Magisterio con dos grados y pasaron a depender de los Institutos Generales y Técnicos. En los estudios de Maestro Elemental aparecieron las asignaturas de “Juegos corporales”, para el Primer Curso, y de “Ejercicios corporales”, para el Segundo. En 1903 la educación física para la segunda enseñanza quedó establecida por el Partido Conservador en los cursos de Segundo y Tercero de Bachillerato, hasta el llamado Plan Callejo de 1926. En este período, los profesores de gimnasia pasaron a denominarse profesores de educación física. Las reformas de los estudios de Magisterio continuaron sucediéndose en los Planes de 1903 y 1908. La educación física siempre fue la asignatura más perjudicada –“Prácticas de enseñanza. Trabajos manuales y ejercicios corporales para maestros” y “Prácticas de enseñanza y labores para maestras”–, fue perdiendo currículum académico, y terminó siendo ignorada para las mujeres y aplicándose para los hombres solamente en el Primer Curso. En 1914 el nuevo plan de estudios del ministro Francisco Bergamín extendió la asignatura de “Educación física” a las Escuelas Normales para los alumnos de Primer Curso. Primero la asignatura fue impartida por los profesores de gimnasia y/o de medicina, pero a partir de 1915 por los profesores de pedagogía. En 1916 cesaron a todos los profesores especialistas de educación física y la asignatura se estableció como parte práctica de la “Fisiología e Higiene”, a cargo del profesor de Pedagogía (Cambeiro, 1997).

La prensa y las revistas de pedagogía publicaron cartas del profesorado de gimnástica que opinaban sobre el abandono de la educación física, denunciaban la falta de interés político y la culpabilidad de los gobiernos “chapuceros”, que no tenían en cuenta el cumplimiento de las leyes. Se

decía que en España, un país de leyes incumplidas, las propagandas de regeneración física aún no habían sido atendidas por un Gobierno que tenía olvidado al profesorado de gimnasia y en poco valor la asignatura que impartía (García, 1915a, 1915b y 1916).

Hacia 1911 aparecieron en Barcelona las primeras organizaciones escoltistas. Posteriormente en Madrid, Teodoro Iradier, junto a Arturo Cuyás, el Dr. Tolosa Latour y el periodista Ruiz Ferry, difundían en la prensa el movimiento de *Boy Scout* de Baden Powell. En España se adoptó el nombre de Asociación de Exploradores de España y recibió el apoyo incondicional de S. M. el Rey Don Alfonso XIII, y posteriormente de la Dictadura de Primo de Rivera. Los proyectos patriótico-pedagógicos como los Exploradores de España se incorporaron en el ámbito recreativo y extraescolar. En algunos casos, las propuestas de batallones escolares continuaban reforzando los procedimientos de una formación o pedagogía militar que reclamaban los sectores conservadores (Pozo, 2000).

La presencia y los debates doctrinales de la educación física adquirieron una mayor representación en las revistas especializadas de la época como el *BILE* o *La Escuela Moderna*, pero también en la incipiente prensa deportiva se ofreció como un excelente foro de discusión que cubrió un mayor alcance.

La emergencia del deporte es trasladada a conceptualizar una pedagogía deportiva y la incorporación de los juegos deportivos en el ámbito escolar. En estos momentos se descubren defensores y detractores del deporte escolar. Como uno de los máximos defensores del deporte escolar se destacó el periodista barcelonés Josep Elías Juncosa (Coubertin, 2004; Torredadella, 2009).

A principios de los años veinte, las aplicaciones didácticas a través de los juegos corporales, los deportes o nuevos métodos gimnásticos, como el sueco, el natural de George Hebert o la Gimnástica rítmica de Jacques Dalcroze, ponían de manifiesto la diversidad doctrinal en atender una educación integral y completa.

En el período de la Dictadura de Primo de Rivera, la educación física se dirigió para recapitular posicionamientos regeneracionistas y la percepción pedagógica del deporte fue instrumentalizada con bases a una pedagogía pre-militar. Numerosos cursos para formación de los profesores de educación física fueron organizados desde la Escuela Central de Gimnasia (ECG) del Ejército en Toledo (1919-1936) y cubrió el vacío formativo de las Escuelas normales (Chinchilla, 1991; Cambeiro, 1997). Con la obligatoriedad de la *Cartilla Gimnástica Infantil* (1924) en la Enseñanza primaria, la ECG ofreció la formación –entre 1926 y 1929– de cursos intensivos de educación física para maestros, concediéndoles el título de “Profesores de Educación física en Enseñanza primaria”. La Dictadura trató de uniformizar a través de la *Cartilla de Gimnástica Infantil* toda la educación física de la primera enseñanza y el adoctrinamiento político del profesorado. La publicación de la *Cartilla Gimnástica Infantil*, editada por el Ministerio de Guerra, fue la primera obra de la educación física española publicada por el Gobierno. Además, fue el primer programa curricular y normativo que respondió a criterios pedagógicos y a un sistema de educación física orientado a los intereses de la política del Estado (Pastor, 2005).

La II República se opuso diametralmente a la uniformidad metodológica y doctrinal que sustentó la educación física de la Dictadura. El nuevo gobierno democrático liberalizó métodos y contenidos, y la educación física se manifestó en varias direcciones y tendencias. La educación física

al modo de la gimnástica tradicional ya no era un aliciente para la mayoría de los alumnos, los que ya se habían adentrado apasionadamente al deporte, sobre todo a la pasión por el fútbol. Por ello, muchos de los profesores optaron por incorporar el modelo deportivo como medio alternativo de las clases de gimnástica.

Proyectos experimentales, como el Instituto-Escuela en Madrid (1918) de la Institución Libre de Enseñanza, sirvieron de modelo para crear durante la II República otros Institutos en Barcelona, Sevilla o Sabadell. Allí, la educación física, los juegos y deportes –fútbol, baloncesto, natación, atletismo, excursionismo o esquí– tuvieron una consideración excepcional.

En 1934, la incorporación oficial de los “juegos y deportes” en el ámbito de la educación física de la segunda enseñanza representó un espaldarazo para un amplio colectivo profesional. En este período el cuerpo profesional de la educación física quedó circunscrito en el propio ámbito pedagógico. No obstante, dentro del cuerpo docente, los profesores de educación física mantuvieron un pulso constante para legitimar una escuela o centro de formación específica. Los proyectos creados al respecto albergaron numerosas contradicciones y no fueron apoyados unánimemente por el propio ámbito profesional, cuya heterogeneidad y procedencia formativa era diversa. Médicos, militares, pedagogos y/o maestros, higienistas, profesores de educación física y/o de gimnástica y especialistas deportivos estuvieron presentes en las aulas impartiendo la asignatura de educación física. Algunos profesores pusieron a la venta sus propios manuales o libros de texto, otros publicaron obras propagandísticas y de divulgación, y también hubo quien se atrevió en publicar tratados más generales de educación física o manuales más prácticos de gimnástica o cultura física (Torrebadella, 2009).

En estos casi cuarenta años, la literatura científico-técnica de la educación física puso de manifiesto la constante diversidad de opiniones, la discrepancia enfrentada de los métodos y, sobre todo, el descontento del sistema educativo y la poca consideración gubernamental por la cultura física y el deporte.

La educación física en la *Escola de Mestres*

En Barcelona Bardina fundó y dirigió la *Escola de Mestres* (1906-1910) con el objeto de formar un profesorado catalanista y reformista para cubrir las necesidades de la primera enseñanza, al margen de las tradicionales escuelas normalistas del Estado. El legado de la *Escola de Mestres* fue satisfactoriamente manifiesto con la aportación de maestros y pedagogos como Artur Martorell o Pau Vergés, formados bajo el carisma docente de Bardina (Saladrigues, 1973).

En la *Escola de Mestres* Bardina se posicionó como uno de los principales defensores en la enseñanza de la educación física (Bantulà et al., 1997; Galí, 1983; González-Agàpito, 1980). Allí esta materia adquirió un importante protagonismo, ya que la cultura del cuerpo fue considerada tanto o más importante que el saber leer y escribir. Bardina no reparó en medios, y por ello contrató los servicios de Jaume Vila, el profesor de gimnástica higiénica de más prestigio por aquel entonces en Barcelona. La gimnástica que enseñaba Jaume Vila era el método sueco, que según Alexandre Galí (1983) fue el primero en practicarlo y difundirlo en Barcelona.

Durante la semana se practicaban cuatro clases de gimnasia y se daba prioridad a los ejercicios de agilidad, juegos, deportes (*foot-ball*, *tennis* y pelota) y a las excursiones o largas caminatas que se realizaban en los fines de semana. Véase que citaba Bardina en las memorias de los cursos de 1907 y 1908:

La nostra primera preocupació fou la gimnástica obligatoria per a tots els noys y noyes. Y van tenir la sort de trovar un tècnich tant refinat en procediments y fanátich per aquèstes còses com generós y modest en les seves pretencions pecuniàries: en Jaume Vila, del carrer Xucla.

Tot Barcelona conèix aquell santuari de la gimnasia nòva, hont no's fa moviment sense profón estudi fisiològich, hon hi van dotzènes de joves y senyorètes a vigorisarse sota la direcció del qui n'es l'ánima. Allá han anat quatre dies per setmana, els alumnes de la nostra escola. Són els primers futurs màstres espanyòls que fan sistemàticament gimnasia, fentse fòrts pera fert fòrts als demás... (Bardina, 1907: 20-30)

Som la única Normal d'Espanya en que les dues nòyes alumnes de mestra fan gimnàssia; la única qu'ls nòys alumnes la fassin realmant, y no solament en un paper que firma a la fi del curs un professor per obra i gracia de 10 pesetes. Nosaltres -no obligats per la ley- tenim per a la gimnàssia un entusiasme grós, una fè viva. Y la fan els nòstres alumnes amb una tan extraordinària afició, que gent vulgar taxeria d'imprudencia. Els nostres màstres tenen, donchs, la idèa, l'entussiasme i la costum, respècte de la gimnàssia. Era lo que volien. Ells sabràn encomanar als demás la mateixa triple força: la idèa, l'entussisme i la costum per la gimnàsia. (Bardina, 1908: 14)

Bardina criticó la pedagogía tradicional que solo se preocupaba de la formación intelectual y moral, y se despreocupaba de la educación física que, según él, era un componente más de la educación integral, a la vez que significaba un importante punto de partida para el desarrollo de hombres fuertes y sanos, como pilar de una Cataluña conquistadora. Desde este pensamiento patriótico, Joan Bardina defendió la extensión popular y educativa de la educación física, como medio de regeneración del pueblo, y citaba que: "Sería inútil ir hacia una Cataluña conquistadora del pensar y por la acción, sin esta regeneración física" (González-Agàpito, 1980: 101-102).

La bibliografía gimnástica a principios del siglo XX

A partir del siglo XX, los ejercicios corporales tomaron una mayor envergadura. La presencia oficial de la educación física en la primera enseñanza, la proliferación de gimnasios privados y públicos, la consolidación de la instrucción física militar, así como la progresiva proliferación de las prácticas deportivas, hicieron posible el acercamiento a una generalización popular de la cultura física.

En Europa se consolidaban los sistemas gimnásticos de educación física y las prácticas deportivas tomaban un protagonismo desbordante. En España, con un afán de regeneracionismo, estos

acontecimientos eran publicitados en la prensa y en las revistas de sociedad, reflejando el virtuosismo y progreso de los países europeos en el desarrollo de la cultura física (Torrebadella, 2009).

La decisión de algunos ayuntamientos de proteger la educación física de las escuelas de titularidad municipal facilitaba a los padres la comprensión de la verdadera necesidad higiénica y educativa del ejercicio físico. En 1905, los gimnasios municipales con profesores retribuidos tenían presencia en Madrid, Bilbao, Barcelona, Zaragoza, Ciudad Real, Córdoba, Alcoy, Sabadell o San Feliu de Guixols (Niño, 1915). Consecuentemente, en este período la educación física necesitó del soporte del libro para legitimar su propio espacio propagandístico. Así, la proliferación de manuales de educación física y/o gimnástica doméstica sirvió a la divulgación y al objeto de proyectar una cultura física al alcance de todos.

En el ámbito metodológico, los sistemas gimnásticos de principios del siglo XX suscitaron un intenso debate doctrinal. Los enfrentamientos entre unos y otros sistemas gimnásticos y/o escuelas de educación física lograron confundir al público de la conveniencia, o no, de los diferentes tipos de gimnástica. En esta confusión aparecieron otros sistemas y/o métodos de carácter más individualizado y alternativos a todo cuanto se había dicho. Este período estuvo dominado por la progresiva implantación popular de la gimnasia sueca y la emergencia de las modernas prácticas deportivas. El binomio gimnasia sueca más deporte coexistió como un sistema completo de educación física, en el que ambas prácticas se complementaban. Ello supuso el abandono de la gimnástica de aparatos desacreditada por las escasas ventajas higiénicas y educativas. El nuevo escenario facilitó la incorporación doctrinal de la gimnástica sueca, que era considerada más científica, más racional, más higiénica, más educativa, menos agresiva y más apta para todos. Así, comprobamos cómo en la primera década del siglo XX se produjo un desarrollo editorial de obras que fueron apuntando la aceptación popular a favor de la gimnasia sueca (Torrebadella, 2000).

El Dr. Cleriot (1901) presentó en *La Educación Física Nacional* –órgano portavoz de la Asociación de Profesores y Profesoras Oficiales de Gimnástica– uno de los primeros artículos sobre el sistema gimnástico sueco publicados en España. Al respecto, se citaba que la revista respaldaba y confiaba plenamente en el citado sistema: “con gran satisfacción, comenzamos la agradable tarea de dar a conocer en España el método más racional, más científico, más pedagógico y, por consiguiente, más higiénico que se conoce” (Noticias, p. 31).

Podemos afirmar que a partir de este momento la emergencia de la gimnástica sueca fue imparable. Los sectores higiénicos y médicos, los pedagógicos, e incluso los militares, abogaron de forma determinante por la gimnasia sueca.

La bibliografía española se enriqueció con otras tantas publicaciones populares y ampliamente difundidas como manuales de gimnástica sueca. Si primeramente las obras protagonistas fueron aportaciones extranjeras, como las de Soleirol de Servet (1906) o Kumlien (1907), que estuvieron presentes a lo largo de los primeros treinta años con varias ediciones, posteriormente se incorporaron otras obras de carácter autóctono, como fueron las presentadas por Vicente Romero (1905), Federico González (1912), Dr. Saimbraum (1912) o Cayetano Población (1916). Estas obras han sido circunscritas al ámbito popular por tratarse de sencillos manuales que

incidieron en el carácter doméstico, por ello fueron destinadas a un público mucho más amplio (Torrebadella, 2011).

A partir de 1913 –año de celebración del Congreso Internacional de Educación Física de París– el sistema gimnástico natural del teniente de la Marina francesa George Hebert (1875-1957) recibió el beneplácito del pueblo francés y fue adoptado como propio, substituyendo así, y definitivamente, al ya polémico sistema de Francisco Amorós (1770-1848). Desde entonces, el sistema natural de Hebert trató de abrirse paso en España, pero no hubo ningún proyecto editorial autóctono que se atreviese a traducir obras del sistema y del autor propiamente dicho. Todo y cuanto de este sistema se nos presentó, de fuente directa del autor, fue traducido y publicado en Sudamérica (Hebert, 1913). Una excepción fue la polémica publicación de *El sport y la educación física* (1925), que puso en “jaque” al sistema deportivo internacional, desvelando sus contradicciones internas como propio sistema de educación física (Torrebadella, 2009). En España el sistema de gimnasia natural no fue tan aceptado como en Francia. Aquí preferimos mejor continuar y adaptar el sistema sueco que probablemente cambiar de pronto a otro que, como ya se sabe, no gustaba tanto por “eso de ser francés”. No cabe duda de que aquellos que apostaron decididamente por incorporar la gimnástica sueca como el mejor sistema fueron *in situ* los más acérrimos detractores del sistema natural e inclusive de los deportes. En este posicionamiento se situaron la Escuela Central de Gimnasia y algunas de las voces médicas y pedagógicas más altisonantes de la educación física española, como César Jurrós, Román Sánchez o Marcelo Sanz (Torrebadella, 2009).

A partir de la primera década del siglo XX, mientras se disputaba “la guerra de sistemas” de educación física, la bibliografía europea se inundó con aportaciones genuinamente personales, diferenciándose de la rivalidad mencionada. En España, la obra de mayor repercusión estuvo a cargo del naturista danés J. P. Muller (1866-1939) y sus populares sistemas domésticos de ejercitación física. Así, *Mi sistema. Quince minutos de ejercicios diarios para la salud* (1919), fue el inicio de la gran popularidad del autor. El “Sistema” de Muller se completó con otras aportaciones destinadas a los niños y a las mujeres, además de incorporar un nuevo “sistema” abreviado de gimnástica y otras obras sumamente interesantes y de plena conexión con el credo naturista que inundaba la cultura física de la Europa de los años veinte y treinta.

En España, aparte del sistema de Muller, deben contemplarse otras aportaciones extranjeras que incidieron en el ámbito popular de la cultura física (Torrebadella, 2011): Blaikie (1915), Gulick (1918), Parnet (1918 y 1920), Berthier (1920 y 1921), Ruffier (1921), Pages y Casteyre (1922), Masters (1924), Trachet (192?), Mackinlay (192?) o Henslowe (1930). Entre la ingeniosidad de todos estos métodos se incorporaron proféticos y populares tratados de gimnástica respiratoria que fueron muy prodigados como aplicaciones higiénicas, médicas y pedagógicas. Singularmente, la obra que fue más popular de este tipo de gimnasia fue la del Dr. francés Víctor Arnulphy, *La salud por la respiración* (1908).

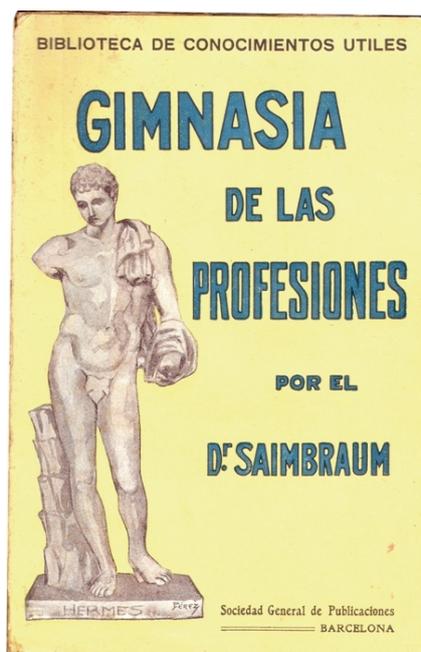
La aportación bibliográfica de Joan Bardina a la educación física moderna

Los tratados de gimnástica

El Dr. Pedro Cercós (1902) en la Asamblea de la Federación Gimnástica Española celebrada en Zaragoza se manifestó sobre la necesidad de facilitar una gimnasia adecuada a las profesiones. Aunque el tratamiento del ejercicio físico en la higiene de las profesiones fue abordado de forma muy rudimentaria en algunas de las obras anteriores, la presencia de una obra monográfica llegó con la *Gimnasia de las profesiones* del Dr. Saimbraum (1911), que recogió de forma específica el ejercicio físico higiénico y compensatorio de las funciones orgánicas y locomotrices.

Gimnasia de las profesiones fue un volumen de 155 páginas con más de 100 ilustraciones, muy publicitado y recomendado para “maestros, estudiantes, industriales, obreros de taller y fábrica, mozos, mecanógrafas, colegiales y demás profesiones manuales y liberales” (publicidad interior de la obra). En la primera parte, Saimbraum se ocupó de considerar “lo que es y no es la gimnasia”. Saimbraum desmentía las falsas ideas que se habían difundido popularmente sobre esta materia. Sobre la gimnasia se había exagerado demasiado y no podía ser concebida como el remedio a todos los males. Asimismo, rechazaba la excesiva generalización de los ejercicios gimnásticos o “gimnasia para todos”, puesto que cada persona necesitaba su propia gimnasia, adecuada a sus características. Sobre ello citaba:

La gimnasia según no pocos, era una especie de cúralotodo, ante cuya acción obviaba todo lo demás: higiene, medicina, herencia. Esto perjudicó grandemente la causa de la gimnasia. Sus prodigiosos efectos no necesitan glorias postizas ni falsos milagros para cimentarse bien. (...) La gimnasia no es un cúralotodo. Es, sí, el más grande y efectivo medio de obtener un cuerpo sano, bello, ágil y joven. (Saimbraum, 1911: 13)



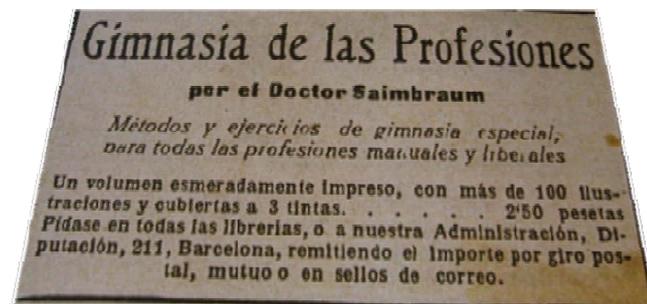
Cubiertas de una edición de *Gimnasia de las profesiones* sin fecha. Barcelona, Sociedad General de Publicaciones.

En este tratado aparecía una contundente crítica a la gimnástica de Amorós, que era vista como contraproducente, inadecuada, físicamente costosa y económicamente cara. Según Saimbraum, la gimnástica de Amorós trató de hacer *clowns* y saltimbanquis.

En la segunda parte, trataba “el cuerpo en las distintas profesiones”, se describía los órganos y funciones del cuerpo humano, indicando los efectos que sobre ellos ejerce la gimnasia. Posteriormente, clasificaba las profesiones según doce tipos: Campesinos, Mecánicos, Ganapán, Montador, Andador, Pedestre parado, Pedestre movido, Sentado con mesa, Sentado sin mesa, Intelectual semisedentario, Artista dramático y Ciclistas y motociclistas.

En la tercera parte, se concretan los “detalles para le ejecución de la gimnasia”: duración, lugar, vestido, momento, moderación de los ejercicios o comprobación de los resultados. Finalmente, en la cuarta parte, llamada de “ejercicios seleccionados en grupos”, se describen los ejercicios recomendados, con sus efectos para cada profesión y según la clasificación establecida. El sistema consistía en aplicar varios de los ejercicios antagónicos o compensadores que corresponden al trabajo físico de cada profesión u oficio, con objeto de restablecer el equilibrio de este.

La difusión de los libros del Dr. Saimbraum fue muy extensa y variada. Así, por ejemplo, *La Gimnasia de las profesiones* seguía siendo publicitada al cabo de diez años en revistas como *El Hogar y la Moda* (Barcelona, núm. 525, 25/06/1921):



En la primera década del siglo XX se divulgó la gimnástica respiratoria como una eficaz prevención y tratamiento en enfermedades pulmonares como la tuberculosis o la tisis. Algunas obras médicas como Bassols (1901), Estadella (1911) o Furest (1914) así lo argumentaron (Torrebade-lla, 2009). Ello llevó a la incorporación de algunos tratados que incluyeron la gimnasia respiratoria como un medio higiénico eficaz en la mejora de la salud o su restablecimiento. La popularidad de la gimnasia respiratoria arrancó con la aparición del tratado del citado Dr. Víctor Arnulphy, *La salud por la respiración* (1908); uno de los primeros en aplicar la gimnasia respiratoria a la terapéutica (Cuesta, 2007). A raíz de esta obra fueron numerosos los autores que citaron las ventajas de la gimnasia respiratoria, incorporando capítulos y apartados en sus obras. La mayor aportación fue a cargo del Dr. Saimbraum (1912b), que incorporó un tratado completo, inspirado –como citaba el autor– por la influencia del Dr. Arnulphy. Sin embargo, Saimbraum criticó el libro de Arnulphy, puesto que algunos de los ejercicios descritos en él eran considerados ineficaces. Además, criticó que no había que relacionar y unir precisamente la gimnasia respiratoria con el régimen vegetariano, como así proponía Arnulphy.

Teoría y práctica de la gimnasia respiratoria: aplicada a la vida escolar y a la vida doméstica (1912), del Dr. Saimbraum, tuvo mucho más impacto y difusión popular que la obra de Arnulphy. Se citaba publicitariamente que “es un compendio, hecho de forma clarísima a la vez que científica, de cuanto sobre la Gimnasia Respiratoria se ha hecho y se ha escrito en España y en el extranjero” (Roselló, 1912, contraportada). Conocemos tres ediciones de la obra. Probablemente la primera en 1912, una segunda en 1930 y una tercera en 1934; esta última con una tirada de 5000 ejemplares. Además, también existieron varias reimpressiones sin fecha de edición, puesto que existen ejemplares con diferencias notables de imprenta y encuadernación (Torrebadella, 2011). Saimbraum acercaba la obra como un recurso higiénico e incluso terapéutico para ciertas dolencias:

Si la misión de la higiene es la de prevenir, en sentido de fortificar y dirigir, pocas cosas alcanzarán el interés higiénico de la Gimnasia Respiratoria. Pero no se reduce su acción a prevenir: también cura. A los efectos higiénicos añade los terapéuticos. (Saimbraum, 1912b: 48)



Teoría y práctica de la gimnasia respiratoria, ediciones de 1912 y de 1930

El manual consiste en una primera parte teórica: I. Necesidad de la gimnasia respiratoria, II. Doble objeto de la respiración, III. Mecanismo de la respiración, IV. Enfermedades de la respiración, V. La respiración, base de la salud general, VI. La nariz en el acto respiratorio, VII. El diafragma y los músculos, VIII. Las modas antihigiénicas, IX. En la Escuela y la familia, X. Acción médica y medicinal de la gimnasia respiratoria, XI. Detalles para los ejercicios. En la segunda parte se introducen trece sencillos ejercicios de gimnasia respiratoria, con la debida explicación en la forma de ejecutarlos y sus efectos sobre el organismo. En la tercera parte se indican las

aplicaciones terapéuticas de estos ejercicios: asma, clorosis, balbuceo, gota, menstruaciones difíciles, dispepsia, laringitis, gastritis, fiebre, escarlatina, pesadillas, obesidad, tisis, hipocondría, dejadez linfática, malhumor, desviaciones del espinazo, etc. También se incluye un apéndice sobre indicaciones del aire que respiramos y la vida al aire libre; además, trataba “la respiración oculta” o técnicas asiáticas de los *yoghis*.

La obra de Joan Bardina coincidió con el momento más crítico de la decadencia del sistema de gimnástica de Amorós en España. Asimismo, en este período el sistema gimnástico sueco fue oficializado en el ejército con el *Reglamento provisional de gimnasia para infantería*, publicado por el Ministerio de la Guerra (1911). La popularidad de la gimnástica sueca se hacía sentir en toda Europa. En Cataluña, profesores de educación física de elevada reputación como el ya citado Jaime Vila o Víctor Langlois du Feu divulgaban desde hacía tiempo la gimnasia sueca a nivel escolar. En 1912, Langlois fue nombrado profesor de gimnasia sueca en el *Institut de Cultura i Biblioteca Popular de la Dona* (Bantulà et al., 1997), coincidiendo con la aparición de la obra más emblemática del Dr. Saimbraum *Salud, fuerza y belleza por medio de la Gimnasia Sueca* (1912). En su época, este tratado –de 145 páginas, ilustrado con 30 ejercicios fotografiados–,



podría haberse calificado de *best seller*, debido al considerable número de ediciones y de tiradas que se hicieron. Así, se constatan ediciones voluminosas para la época, con tiradas de hasta 10000 ejemplares, según informaciones que llevaban los mismos libros. En el período de la II República se publicaron en varias ediciones al menos 25000 ejemplares. Fue una obra muy difundida, ya que estaba destinada a un público popular y poseía además un lenguaje claro y coloquial. La popularidad y la vigencia de la obra son demostrables por las reiteradas ediciones aparecidas a lo largo del primer tercio del siglo XX. *Salud, fuerza y belleza por medio de la Gimnasia Sueca* fue editada en dieciséis ediciones, desde 1912 hasta 1939 (Torrebadella, 2011). Según la Casa Editorial Sociedad General de Publicaciones, la obra tuvo mucho éxito desde el primer momento en que se puso a la venta: “Llamamos la atención a los señores libreros hacia este libro, que es de mucha venta. En los momentos en que redactamos el presente Catálogo, hace apenas

un mes que se ha puesto a la venta y ya va vendida más de la mitad de la edición” (Roselló, 1912, contraportada).

La obra de Saimbraum se inscribía en la concepción higienista con el objeto de acercar un método de gimnasia adaptable a todas las edades y condiciones para mejorar la salud. *Salud, fuerza y belleza por medio de la Gimnasia Sueca* fue una obra emblemática que elevó la popularización de la gimnasia sueca. Para que ello fuese así, Saimbraum tuvo que desacreditar las infundadas ideas de “falsas gimnasias”, hasta entonces prodigadas, como la gimnasia atlética –o amorosiana– y la gimnasia de cámara o de salón.

Especialmente puede afirmarse que también colaboró al “destierro” de la gimnástica de aparatos, que tanto se asoció con el método de Amorós:

Hubo un tiempo en que estuvieron en boga los ejercicios gimnásticos ejecutados con sencillos aparatos, ya en la sala del maestro, ya en el domicilio propio.

Estos aparatos, por sencillos que sean y por mucha que parezca su utilidad, tienden a ser completamente desterrados. Sin negarlos, en algunos casos, virtud medicinal, su influencia general sobre los individuos normales es perniciosa. (Saimbraum, 1912a: 50)

Esta obra también fue presentada como recurso para atender la educación física escolar, puesto que Saimbraum se ocupó de divulgar las ventajas que tenía el método sueco en su vertiente pedagógica:

La gimnasia sueca es total y progresiva. Esto constituye su ventaja primordial. La Gimnasia Sueca pedagógica ejercita todo el cuerpo alternadamente y bajo un criterio rigurosamente científico. Todo predominio de un aparato sobre otro, de unos músculos sobre los vecinos, queda postergado. Así, el cuerpo se desarrolla total y armónicamente, condición esencial para la salud perfecta. Son además, de esta gimnasia, los ejercicios progresivos, prudentes, racionales. Nada de precipitaciones, de aspiraciones al atletismo, de agotamiento funcional. Movimientos dulces, suaves, si bien, sin aparatos de lo natural, enérgicos y precisos. (Saimbraum, 1912a: 55)

Para Saimbraum los ejercicios debían utilizar el propio cuerpo, como mucho pudiendo ayudarse de una silla, mesa o puerta; pero ello tampoco era del todo necesario, puesto que admitía que todo aparato gimnástico tendía a la anti naturalidad y a la violencia. Asimismo, consideraba de útil valor educativo la práctica deportiva, pero con objeciones, debiendo ser practicada generalmente, sin especialización, y realizada como complemento a la gimnasia sueca.

El tratado de Saimbraum tuvo que soportar la rivalidad de otro autor extranjero cuyas obras fueron iguales o más populares que las del catalán. Nos estamos refiriendo al danés J. P. Muller, que a partir de su primera obra, *Mi sistema. Quince minutos de trabajo diario para la salud* (1919), su popularidad fue incuestionable. La obra de Muller fue la más popularizada de toda Europa. *Mi sistema* de Muller se tradujo a veinticuatro lenguas, y para Carl Diem (1966) este “riguroso reformador” de la educación física debe ser venerado como “uno de los más grandes higienistas de nuestro tiempo” (p. 146). Entre el conjunto de obras extranjeras publicadas en España durante el primer tercio del siglo pasado, las de este autor, refractario al sistema sueco, fueron las más divulgadas y las de mayor impacto en el ámbito de la gimnástica de tipo doméstico (Torrebadella, 2009). Sin embargo, el libro de Saimbraum puede ser considerado como el punto de inflexión que substituyó popularmente la gimnástica tradicional por la gimnasia sueca.

La obra *Para ser fuertes* –de 458 páginas– del estadounidense Willian Blaikie (1915) fue otra aportación del ya popular Dr. Saimbraum, traductor de la edición española. En el prólogo, el traductor citaba que el “libro de Blaikie no es precisamente un libro científico, ni tampoco, estrictamente hablando, un libro didáctico. Yo lo llamaría, si se me permite la palabra, un libro exhortativo”. Por tanto, es un libro sumamente teórico y de fácil lectura, que argumenta una invitación al ejercicio físico, con el objeto de instruir a la ciudadanía de sus provechos y tomar conciencia de la necesidad de la ejercitación diaria para toda clase de personas. Véase con qué carácter la Sociedad General de Publicaciones anunciaba la obra:

PARA SER FUERTES POR WILLIAM BLAIKIE. “El porvenir es de los fuertes”. Esta afirmación de un gran pensador moderno debiera figurar como divisa al frente de esta obra, en la que se dice y prueba que los que aspiran a triunfar en la ruda lucha de la vida han de ser fuertes de cuerpo y fuertes de espíritu. Dando un elocuente ejemplo de cómo vencen los hombres que tienen el deseo firme de vencer, el autor de esta obra estimulante escribe sus lecciones en un estilo seguro y persuasivo que lleva insensiblemente al lector a compartir las convicciones de Blaikie. Un volumen de más de 300 páginas 5 Ptas. (Saimbraum, 1930, contraportada)

Los tratados de higiene

A principios del siglo XX, en el ámbito de la higiene privada y pública aparecieron nuevos tratados que se acercaron al dominio popular. Joan Bardina también fue autor de importantes trabajos en higiene y medicina que fueron publicados con varios seudónimos, quizás para ocultar, así, su falta de título académico, puesto que conozcamos no se licenció en Medicina (González-Agàpito, 1989 y 1980). El pseudónimo también evitó el recelo que hubieran podido tener las autoridades médicas del momento. No obstante, no debiéramos menospreciar estas obras, puesto que Bardina dispuso de un amplio conocimiento higiénico-médico que denodadamente demostró en la materia. En este sentido, debemos destacar las obras *Higiene moderna* (1912), *El médico en casa: tratado de higiene y de medicina popular, para uso de los padres de familia* (1918) o *Tratado popular de medicina* (1935).

Higiene moderna fue una de las pocas obras –de 415 páginas, ilustrada– sobre higiene y gimnástica que Bardina publicó con nombre propio. La obra fue confeccionada con la intención de vulgarizar de forma práctica y sencilla los conocimientos más útiles de la higiene y la medicina. En ella también se aconsejaba sobre la ejercitación gimnástica y las prácticas de algunos deportes:

La gimnasia consiste en la práctica de movimientos estudiados del cuerpo o de alguna de sus partes. Se hace con aparatos y sin aparatos, subdividiéndose la primera en atlética, de clow, médica y pedagógica.

Aunque el juego para los niños es insustituible, lo mismo que las excursiones, no lo es menos conveniente el ejercicio de la gimnasia diaria, sobre todo la maravillosa gimnasia respiratoria, de que hablaremos en su lugar. La gimnasia hace hombres sanos, desarrollados, fuertes a la vez ágiles, bellos y sensibles. Entendemos por gimnasia natural sencilla y científica; no los ejercicios acrobáticos en trapecio y anillas y barras fijas, que son diversiones de circo. La gimnasia natural ha obrado verdaderos milagros de regeneración física, intelectual y moral.

La gimnasia debe hacerse en plena luz, al sol y al aire, cuidando sólo de evitar las corrientes acanaladas. La ropa que hay que llevar mientras se practica, debe ser holgada, sin ligas, corsés ni inútiles adornos. Cada ejercicio debe durar, por lo menos dos minutos, con descanso de igual lapso de tiempo. Puede hacerse en casa, ahorrando tiempo y dinero. Las mejores horas para practicarla son las de la mañana; nunca después de comer. Variense alternado los ejercicios. (Bardina, 1912: 81-82)

En cuanto a las prácticas deportivas, Bardina se oponía al boxeo, por ser “brutal”; a la esgrima, por ser “inarmónica”; y al ciclismo, porque “deforma los pulmones y el corazón”. En cambio, el tenis, un deporte también asimétrico como la esgrima, era recomendable para la mujer. Destacase cómo Bardina advertía sobre el exceso de trabajo intelectual de los niños:

El surmenage es el exceso de trabajo intelectual. Para un niño consistirá en el recargo de lecciones a aprender de memoria y en el número excesivo de horas de trabajo, que producen a la larga un agotamiento cerebral y muscular, una disminución del núcleo celular y por ende el raquitismo. El *surmenage* intelectualista es una de las primeras causas de la degeneración de las razas.

Hay que suprimir la causa. La salud del niño no permite más allá de tres o cuatro horas diarias de trabajo intelectual. Las seis horas de clase diarias son un error pedagógico y un crimen a la higiene. (Bardina, 1912: 81-107)

La higiene tuvo otros ámbitos de acción, aparte de los puramente educativos. La higiene doméstica fue muy tratada, con el objeto de divulgar aquellos conocimientos y hábitos imprescindibles para el desarrollo de la salud individual y pública. En este orden, uno de los tratados más populares de los años veinte fue *El médico en casa* (1918) –de 522 páginas con ilustraciones–, obra firmada por la Dra. Fanny, que venía a ser otro seudónimo de Joan Bardina. Curiosamente, esta obra ilustra una de las singulares editoriales más ingenuas de la época, puesto que estaba prologada por el Dr. Saimbraum, es decir, el mismo Bardina.

La Dra. Fanny dejaba constancia de las ventajas del ejercicio físico sobre la salud, y por ello aconsejaba su práctica. Aunque es conocida la preferencia de Joan Bardina por la gimnasia sueca, en ningún caso en la obra proscibía la gimnasia de aparatos, mientras esta se ejecutase dirigida por un “profesor entendido”. Además, consideraba higiénicas las prácticas de los deportes, aunque advertía de sus particularidades y excesos:

Hay muchas maneras de hacer ejercicio. Este puede ser metódico y regular, como sucede con la gimnasia, o bien puede estar sujeto a contingencias diversas, como en los juegos o deportes, tales como el tenis, el foot-ball, la equitación, el ciclismo, la esgrima, el remo, etc. Deben considerarse además los nuevos ejercicios también muy convenientes, como son la marcha, el alpinismo, la natación. Los deportes tienen sobre la gimnasia la ventaja de que en algunos momentos requieren un esfuerzo máximo, que es el que más desarrolla y fortalece, siempre, no obstante, que no se abuse de él. En cambio la gimnasia tiene a su favor la regularidad de los movimientos y ejecutar por igual todos los músculos y miembros del cuerpo, mientras que en los deportes desarrollan a veces unos músculos y miembros en detrimento de los demás. (Fanny, 1918: 164)

Una particularidad de la obra fue la adopción higiénicamente positiva de la práctica del fútbol, en contraindicación de algunos autores de la época, que lo consideraban como un ejercicio físico antihigiénico por su extremada violencia y el riesgo de lesiones (Torrebadella, 2009). El fútbol fue uno de los deportes que se consideró en el programa de educación física de la *Escola de Mes-tres*. Los alumnos llegaron a crear su propio equipo de fútbol participando en las competiciones públicas (González-Agàpito, 1989). La Dra. Fanny presentó el fútbol como un medio de regene-

ración y, por sus beneficios individuales y sociales, pedía su protección, en un momento en el que todavía el gobierno, ni tan siquiera, le había prestado atención:

Como ser futbolista está al alcance de todas las fortunas, porque requiere un gasto insignificante, lo que no ocurre con otros deportes, se han dedicado con ahínco muy loables las clases medias y populares, con dos ventajas positivas de índole social: una que contribuye a vigorizar la raza, y otra que sustrae del café, de la taberna y del tugurio a millares de individuos jóvenes. Por esto los gobernantes y los particulares deben hacer por que la afición al fútbol no decrezca, antes aumente continuamente en nuestro país. (Fanny, 1918: 185)

En 1935 el Dr. Saimbraum publicó *Tratado popular de medicina. Anatomía-Fisiología-Higiene-Terapéutica. Redactado por un cuerpo de reputados médicos e higienistas, bajo la dirección del Dr. Saimbraum*, obra que recopilaba genuinamente las aportaciones anteriores del polifacético Joan Bardina. En esta obra Bardina también se ocupaba de la “higiene del aparato locomotor: La gimnasia, Los ejercicios corporales y Los Deportes” (pp. 193-222), fusionando textos de obras anteriores: *El médico en casa* (1918), *Higiene moderna* (1912) y *Salud, fuerza y belleza por medio de la gimnasia sueca* (1912), aparte de algunas otras obras más. Consistía en un voluminoso tratado –de 835 páginas– que el autor presentaba como “una obra de regeneración, presentando de forma ordenada y comprensible cuantos conocimientos deben tenerse en el hogar para mantener el propio cuerpo en un estado de perfecta salud” (p. 6). Como es lógico en este tipo de manuales y, aún más tratándose del Dr. Saimbraum, tiene una especial importancia el apartado de la “Higiene del aparato locomotor”. En este se trata la gimnasia sueca, incorporando algunos fragmentos y ejercicios de la ya conocida obra del Dr. Saimbraum *Salud, fuerza y belleza por medio de la Gimnasia Sueca*. Trata, además, los ejercicios naturales –marcha, excursionismo y natación– y los deportes: remo, equitación, patinaje, ciclismo, esgrima, pelota vasca, jiu-jitsu, bo-xeo, fútbol, tenis, básquetbol y golf. Véase qué citaba sobre el tenis:

El tenis.- Lawn-tennis, o sencillamente tenis, como ya se ha españolizado el vocablo, ha alcanzado recientemente entre las clases acomodadas el mismo predicamento que el fútbol entre las populares. Es un deporte excelente que puede jugarse en todas las estaciones del año, y como no requiere esfuerzos violentos ni sostenidos, pueden cultivarlo por igual los hombres y las mujeres, los niños y las personas maduras. Principalmente para las mujeres, que no suelen practicar otros deportes, es una diversión indicadísima.

Requiere el tenis movimientos de casi todos los músculos del cuerpo, y desarrolla extraordinariamente la agilidad, la destreza, la precisión y la vista. (Saimbraum, 1935: 221)

Conclusiones

En los estudios sobre Joan Bardina, la aportación bibliográfica y su contribución en el ámbito higiénico-pedagógico han ocupado un segundo plano, incluso ha sido poco conocida y, consecuentemente, infravalorada. Bardina fue el primer pedagogo que incorporó la educación física en

un programa de formación de Maestros/as y la utilizó como una proyección regeneracionista y nacional.

En general, la influencia de la obra de Bardina ha sido manifiesta por la infinidad de alusiones y de referencias en obras de la época. Sus obras gozaron del beneplácito de todos los ámbitos preferentes de opinión, sobre todo en torno a las prescripciones de las prácticas gimnásticas. Tanto los sectores higienistas, pedagógicos como militares fueron condescendientes con la obra de Bardina. Asimismo, grupos emergentes vinculados al naturismo también contribuyeron a la divulgación popular de la obra. En 1925, el Dr. naturista Eduardo Alfonso (1925) aconsejaba como idóneas las obras del Dr. Saimbraum *Salud, fuerza y belleza por medio de la Gimnasia Sueca; Teoría y práctica de la gimnasia respiratoria* y *La Gimnasia de las profesiones*; además de la obra de Willian Blaikie *Para ser fuertes*. El éxito fue debido en gran parte al aprovechamiento de la coyuntura sociocultural del modernismo, que posibilitó espacios publicitarios en las revistas más populares y de moda, y que Bardina utilizó sabiamente para divulgar sus obras. Durante casi tres décadas, las obras del Dr. Saimbraum en torno a la gimnástica, y desde su inmediata publicación, fueron las más populares. Asimismo, los tratados de gimnasia respiratoria y de gimnasia sueca también fueron concebidos para su utilización en el ámbito educativo y la popularidad de la obra de Bardina posibilitó el éxito. Inclusive favoreció la integración de los deportes en la educación física, a los que Bardina no criticó, sino que los aconsejó con el complemento de la gimnasia educativa sueca.

La aportación bibliográfica de Joan Bardina representa la expresión más genuina y popular en la llamada campaña de divulgación y de reivindicación de la educación física que se gestó en el primer tercio del siglo XX. Como prueba, puede tenerse en cuenta la obra *Salud, fuerza y belleza por medio de la Gimnasia Sueca* (1912), sin duda la obra de la educación física de autoría nacional que más impacto y divulgación popular ocasionó en el primer tercio del siglo XX. Defendemos, pues, que la aportación bibliográfica de Joan Bardina y la enorme difusión de sus obras lo convierten en el principal divulgador de la higiene y la gimnástica en el ámbito popular y doméstico del primer tercio del siglo XX.

Referencias bibliográficas

- ALFONSO, Eduardo (1925). *Cómo cura la medicina natural. Divulgación teórica y práctica del método higio-terapéutico, naturista o hipocrático*. Madrid: Editorial Pueyo.
- ARNULPHY, Víctor (1908). *La salud por la respiración*. Almería: Imp. de Juan Fernández Murcia.
- BANTULÀ, J.; BOSON, N.; CARRANZA, M.; MONÉS, J. (1997). *Passat i present de l'educació física a Barcelona*. Barcelona: Ajuntament de Barcelona.
- BARDINA, Joan (1907). *Escola de Mestres. Memòria del curs 1906-07*. Barcelona: Escola de Mestres.
- (1908). *Escòla de Mestres. Memòria del curs 1907-08*. Barcelona: Escola de Mestres.
- (1912). *Higiene moderna (Manual Hispano-Americano) Qué es nuestro cuerpo – Cómo funciona – Cómo se conserva –Cómo se cura. Explicaciones sencillas – Abundantes grabados – Recetas domésticas – Higiene del recién nacido*. Barcelona: Imp. Elzevirana.
- BASSOLS, Agustín (1901). *La gimnástica respiratoria en las enfermedades de pecho*. Barcelona: Tip. Casa Provincial de la Caridad.
- BLAIKIE, W. (1915). *Para ser fuertes. Métodos de gimnasia e higiene prácticas*. Barcelona: Sociedad General de Publicaciones.
- CAMBEIRO, Juan Andrés (1997). *El proceso de institucionalización de la educación física en la España contemporánea*. Universidad de Barcelona, 1997. [tesis doctoral no publicada]
- CERCÓS, Pedro (1902). La gimnasia en las profesiones manuales. En *Federación Gimnástica Española Asamblea de Zaragoza* (pp. 74-89). Barcelona: Imp. J. Cunill.
- CLEROT, E. (1901). «Método de gimnasia sueca». *La educación física nacional*, núm. 15, pp. 25-26 y 30.
- COUBERTIN, Pierre (2004). *Lliçons de pedagogia esportiva* (Pròleg de Josep Casanovas i Joan Soler). Vic: Eumo Editorial.
- CUESTA, M. (2007). «La salud por la respiración. Tratado de educación respiratoria e higiene práctica. Dr. D. V. Arnulphy». *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, núm. 4-5, pp. 171-180.
- CHINCHILLA, J. L. (1991). *La Escuela Central de Educación Física de Toledo*. Departamento de Teoría e Historia de la Educación, Facultad de Filosofía y Letras, Universidad de Málaga. [tesis doctoral no publicada]
- DIEM, Carl (1966). *Historia de los deportes*, volumen II. Barcelona: Luis de Caralt.

- ESTADELLA, Josep (1911). *Valor profiláctico de la educación física en la tuberculosis pulmonar*. Lérida: Imp. Juventud.
- FANNY (1918). *El médico en casa: tratado de higiene y de medicina popular, para uso de los padres de familia* [Prólogo del Dr. Saimbraum]. Barcelona: Sociedad General de Publicaciones.
- FEDERACIÓN GIMNÁSTICA ESPAÑOLA (1902). *Asamblea de Zaragoza*. Barcelona: Imp. J. Cunill.
- FORÉS, Anna (1996). *Joan Bardina Castarà: Educador catalán y sus proyecciones pedagógicas en Chile*. Barcelona: Departamento de Teoría e Historia de la Educación. Universidad de Barcelona. [tesis doctoral no publicada]
- FUREST, Modesto (1914). *Culturización física por medio de la gimnasia respiratoria*. Girona: Imp. y Lit. Carrera.
- GALÍ, Alexandre (1983). *Història de les institucions i del moviment cultural a Catalunya 1900-1936*, obras completas vol. X. Barcelona: Fundació Alexandre Galí.
- GARCÍA, J. M. (1915a). «En pro de la Cultura Física». *La Escuela Moderna*, núm. 290, pp. 759-760.
- (1915b). «En pro de la Cultura Física». *La Escuela Moderna*, núm. 285, pp. 366-368.
- (1916). «En pro de la Cultura Física». *La Escuela Moderna*, núm. 293, pp. 49-52.
- GONZÁLEZ, Federico (1911). *La educación física en Suecia*. Toledo: Imp. Lib. Militar Vda. e hijos de J. Peláez.
- (1912). *Manual de Gimnasia Sueca*. Toledo: Imp. Lib. y Enc. de Rafael G. Menor.
- GONZÁLEZ-AGÀPITO, Josep (1989). *Joan Bardina, el regim de Llibertat dels escolars y altres escrits*. Barcelona: Ed. Eumo.
- (1992). *L'escola Nova Catalana -1900-1939-: Objectius, constants i problemática*. Barcelona: Ed. Eumo.
- GONZÁLEZ-AGÀPITO, Josep (Coord.) (1980). *Joan Bardina: un revolucionari de la pedagogia catalana*. Barcelona: Universidad de Barcelona.
- HEBERT, G. (1913). *Lecciones prácticas de cultura física*. París y México: Viuda de Bouret.
- (1925). *El sport contra la educación física*. Barcelona: Imp. Mercantil.
- KUMLIEN, L. G. (1907). *La gimnasia para todos*. Madrid: Librería Gutemberg de José Ruiz.
- LÓPEZ, Francisco (1998). *Historia de la educación física de 1876 a 1898. La Institución Libre de Enseñanza*. Madrid: Ed. Gymnos.

- LUCAS, J. M. (2000). *Historia de la educación física oficial: España 1900-1936*. Alcalá de Henares: Universidad de Alcalá.
- MINISTERIO DE LA GUERRA (1911). *Reglamento provisional de gimnasia para infantería*. Madrid: Talleres del Depósito de la Guerra.
- MULLER, J. P. (1919). *Mi sistema. Quince minutos de ejercicios diarios para la salud*. Madrid: Lib. Internacional de Romo.
- NIÑO, Lorenzo (1915). *Educación física: ejercicio corporal pedagógico para escuelas Normales y de niños*. Salamanca: Imp. Católica Salmanticense.
- «Noticias» (1901). *La Educación Física Nacional*, núm. 18, p. 31.
- PAJARÓN, R. (2000). *La educación física escolar en España en la primera mitad del siglo XX*. Departamento de Teoría e Historia de la Educación, Facultad de Educación, Universidad Complutense de Madrid. [tesis doctoral no publicada].
- PASTOR, José Luis (1997). *El espacio profesional de la educación física en España: génesis y formación (1883-1961)*. Alcalá de Henares: Universidad de Alcalá de Henares.
- (2005). *Educación física y currículum. Historia de una asignatura a través de sus programas (1883-1978)*. Madrid: Editorial PAM., S. L.
- POBLACIÓN, Cayetano (1916). *Manual de Gimnástica racional sueca. Gimnasia a pie firme y manos libres y con aparatos suecos, juegos, alimentación y duchas*. Gijón: Talleres Tip. La Fé.
- POZO ANDRÉS, M^a. del Mar del (2000). *Currículum e identidad nacional: Regeneracionismos, nacionalismos y escuela pública (1890-1939)*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- ROMERO, Vicente (1905). *Cartilla compendio de gimnasia racional a pie firme y manos libres*. Madrid: Hijos de M. G. Hernández.
- ROSELLÓ, Pedro (1912). *Pedagogía y educación militar*. Barcelona: Sociedad General de Publicaciones.
- SAIMBRAUM (1911). *Gimnasia de las profesiones. Gimnasia especial para: Modistas, Colegialas, Planchadoras, Mecnógrafas, Estudiantes, Abogados, Industriales, Maestros, Obreros de taller, Obreros de fábrica, Arrieros, Mozos y demás profesiones manuales y liberales*. Barcelona: Sociedad General de Publicaciones.
- (1912a). *Salud, fuerza y belleza por medio de la Gimnasia Sueca*. Barcelona: Sociedad General de Publicaciones.
- (1912b). *Teoría y práctica de la gimnasia respiratoria: Aplicada a la vida escolar y a la vida doméstica*. Barcelona: Sociedad General de Publicaciones.
- (1930). *Teoría y práctica de la gimnasia respiratoria*. Barcelona: Sociedad General de Publicaciones.

- (1935). *Tratado popular de medicina: Redactado por un cuerpo de reputados médicos e higienistas*. Barcelona: Ediciones HYNSA.
- SALADRIGUES, R. (1973). *L'Escola del Mar i la renovació pedagògica a Catalunya, converses amb Pere Vergés*. Barcelona: Edicions 62.
- SOLEIROL DE SERVES y LE ROUX, M. (1911). *Manual de gimnasia racional y práctica*. Madrid: Lib. Ed. Bailly-Balliere.
- TORREBADELLA, Xavier (2000). «Aproximació a una història de l'activitat física i l'esport mitjançant l'anàlisi de les fonts bibliogràfiques (1800-1939)». *Apunts Educació Física i Esports*, núm. 59, pp. 11-20.
- (2009). *Contribución a la historia de la educación física en España. Estudio bibliográfico en torno a la educación física y el deporte (1800-1939)*, Universitat de Lleida, Departament d'Història de l'Art i Història Social, Lleida. [tesis doctoral no publicada]
- (2011). *Repertorio bibliográfico inédito de la educación física y el deporte en España (1800-1939)*. Madrid: Fundación Universitaria Española.