

Cuando chifla el mono: Fernando Pérez tiene razón

---

09/01/2017



Invariablemente, mi amigo cineasta me ha respondido: «ya he tomado un caldo de pollo y ahorita me alivio» o «dentro de un ratico me tomo un caldo y mejoro».

Yo siempre le insistí en que hiciera otra cosa: inhalaciones, ingerir vitamina c, jarabe de orégano, porque lo del caldo me olía a pura fantasía de artista.

Pero este ocho de enero, cuando no me bastaron dos abrigos, gordas medias, bufandas, para quitarme el frío eché a ablandar un pedazo de gallina que me regaló mi amiga Silvia. Le di presión, y temblando preparé un buen sofrito, que le eché al caldo con unas malanguitas. Dos o tres minutos de candela y me tomé una taza de ese caldo, especie de consomé, con limón. A los pocos minutos, me quité mi gordo abrigo rojo, porque si seguía con él, terminaría sudando. Además, debía hacer la sopa con papa, calabaza, zanahoria y un tin de comino.

Mientras cocinaba el almuerzo, busqué en internet la relación entre frío y caldo de pollo. Encontré esto, que en esencia se repite en varias web:

«Durante las épocas de frío es fundamental nutrirnos de alimentos calóricos, que nos ayudarán a acumular reservas de energía, ya que nuestro organismo necesita más calorías para mantener el calor corporal y corremos el riesgo de enfermarnos más que durante los meses de calor.

«Uno de los alimentos por excelencia para combatir el frío es la sopa. Los caldos ayudan a mantener la temperatura corporal y además, nos hidratan. En invierno bebemos mucha menos agua que durante el verano, pero, sin embargo, nuestro cuerpo la necesita igual.

«Además de ayudarnos a entrar en calor, la sopa tiene propiedades antiinflamatorias, especialmente las que

incluyen pollo, que nos ayudan a prevenir infecciones respiratorias.

«En invierno las comidas tradicionales son más contundentes e hipercalóricas. Esto no es una casualidad. Con el frío gastamos más calorías, y por eso los alimentos tienden a ser más calóricos. Por eso comidas como cocidos o guisos son básicos en esta época del año, y no debemos renunciar a ellos».

Llamé a Fernando para decirle que siempre tuvo la razón, y luego de reírse, me dijo: «eso lo aprendí de mi abuela, que decía que no había nada mejor para el catarro que un caldo con enjundia». Yo le comenté que esa palabra me recordaba a nuestra exvecina Teresita Fernández, que cada vez que hablaba de algo que le gustaba, decía que «tenía enjundia».

Según el Diccionario de la Real Academia, esa palabra se deriva del latín *axungia*: «grasa de cerdo», y se aplica actualmente a «gordura que las aves tienen en la overa; p. ej., la de la gallina, la pava»; a «unto y gordura de cualquier animal» y a «parte más sustanciosa e importante de algo no material», entre otras acepciones.

Lo cierto es que una temperatura máxima de 20 grados centígrados con vientos del norte de hasta 40 kilómetros por hora hicieron de este un domingo mucho más frío, si se tiene en cuenta que «diciembre fue el quinto más cálido en nuestro país desde 1951, y durante el mes se estableció un total de 17 récords de temperatura máxima».

Ayer, entonces, chifló el mono. Y como me dio por navegar por el ciber, encontré un texto de Marta Hernández Casas que cuenta:

«Presumen los vecinos de Macagua, municipio de Santo Domingo, provincia de Villa Clara, de que allí se archivó el término, el cual se emplea para significar que el frío es tremendo.

«Según la leyenda, durante los primeros años del siglo XX, la familia Betharte, propietaria del central Macagua, hoy Empresa Agropecuaria Braulio Coroneaux, tenía un jardín japonés, y en él una jaula con forma de pagoda donde vivía una pareja de monos gibones, llamados Simón y Simona.

«El periodista Evelio Cruz Domínguez, quien investigó sobre el hecho, afirmó que sus indagaciones mostraron que en una madrugada de invierno, y con el azote de vientos fuertes, se escucharon chillidos constantes y agudos provenientes del lugar donde vivían los primates.

«Al día siguiente, los vecinos del batey aseguraban que el frío había sido tanto, que hasta los monos de Macagua habían chiflado durante toda la noche.

«La literatura especializada refiere que esos animales no chiflan, pero en caso de amenazas o cuando están expuestos a situaciones inusuales, chillan insistentemente para llamar la atención, reunir a la familia, o recordar los límites de su territorio».

Les confieso que, a pesar de lo molesto del frío, lo prefiero al calor y, si usted es de los que se siente las bajas temperaturas, como yo, pues tome caldo, y si no, infusiones de manzanilla, té negro, menta; dese masajes en las manos y los pies. También utilice papel periódico, es un aislante del calor; lo puede usar en las medias o en el colchón, y duerma con una buena frazada... si es humana, mejor.

---