

19 Feb. 76



EXTRACTO

DE

HIGIENE PÚBLICA,

POR

DON JUAN CUESTA Y CKERNER.

PRECIO, 4 REALES.

MADRID:

IMPRESA A CARGO DE TOMÁS ALONSO,
calle de la Justa, 21 y 23, bajo.

1868.



L47 - 8233

EXTRACTO

LIBRO DE CUENTA

DE LOS GASTOS

DE LA REAL

CAJERÍA

DE LA REAL CAJERÍA

DE LA REAL CAJERÍA

1808

HIGIENE PÚBLICA.

EXTRACTO

DE LAS ASIGNATURAS QUE TIENEN QUE ESTUDIAR

LOS CIRUJANOS DE 2.^ª CLASE

que aspiran al título de facultativos habilitados por medio
de estudios privados.

POR

D. JUAN CUESTA CKERNER.

MADRID:

IMPRESA A CARGO DE TOMÁS ALONSO,
calle de la Justa, 36, 1.º.

1868.

HIGIENE PÚBLICA

EXTRACTO

DE LAS ASIGNATURAS QUE TIENEN QUE ESTUDIAR
LOS CIRUJANOS DE 2.ª CLASE
EN EL INSTITUTO DE ESTUDIOS DE MEDICINA Y FARMACIA

DE DON GUSTAVO GARRER

Reg. de p. 231 lib. 2.ª

MADRID

LIBRERÍA DE DON TOMÁS ALFARO
Calle de la Justicia, 21. 1.ª

1867

ELEMENTOS DE HIGIENE PÚBLICA.

LECCION PRIMERA.

Se llama higiene el arte de conservar la salud, y se divide en *Higiene privada*, que es la que trata de la salud de los individuos, para distinguirla de la pública, que es la que se ocupa de la salud de los pueblos ó de las grandes aglomeraciones de individuos.

Siendo la Higiene un estudio complejo en grande extremo, por cuanto abraza, por decirlo así, la creación entera, se hace necesario establecer algún orden en sus diversas fases para facilitar su inteligencia; así, pues, dividiremos nosotros el estudio de la Higiene Pública en cinco partes principales, que son:

- 1.^a *Atmosferología*, que trata del aire, de la policía sanitaria y de las poblaciones.
- 2.^a *Cosmetología*, que trata de los vestidos y de la limpieza del cuerpo.
- 3.^a *Bromatología*, que trata de los alimentos, bebidas, condimentos y régimen alimenticio.

4.^a *Gimnástica*, que trata del ejercicio, del reposo y de las profesiones.

5.^a *Perceptología*, que se ocupa de las funciones intelectuales, de las sensaciones internas, de las externas y de las pasiones bajo el punto de vista higiénico.

Atmosferología.

En el aire y en los alimentos se encuentran las causas mas frecuentes de insalubridad, por lo mismo que son los dos elementos mas necesarios para la vida. Por eso es interesante conocer las condiciones del aire atmosférico, y los efectos de su mayor ó menor presión, de su temperatura, de sus alteraciones, de su estado eléctrico y de sus grados de infección ó de pureza.

Es sabido que la atmósfera ejerce sobre nosotros una presión enorme en todos sentidos, y merced á esta presión, nuestros cuerpos no se disgregan y mantienen su forma. Esta presión aumentada, no ocasiona perjuicios notables, pero si se disminuye el peso del aire, esta disminución es funestísima para los individuos.

Lo primero puede acontecer en las minas y grandes profundidades; lo segundo, en las regiones muy elevadas.

Temperatura. La temperatura del aire recorre el círculo de las estaciones. En la primavera se halla la temperatura higiénica mas favorable. El *estío* requiere mas vigilancia por parte de la autoridad en plazas y mercados, y hay mayor disposición á la intemperancia y á los excesos de todo género por la exaltación del sistema nervioso. El *otoño* es la estación de los aguaceros y de las inundaciones que asolan los

campos, que talan los bosques, que arrastran multitud de vegetales, que forman grandes pantanos, que al desecarse desprenden miásmas nocivos de vegetales y de inmundicias en fermentacion pútrida, causa de muchas intermitentes; y el higienista debe conocer este peligro para aconsejar lo conveniente á la autoridad. Y el invierno, que es la estacion que mas cuidados ofrece y que mas reclama la Higiene, estacion en que la autoridad debe cuidar de que no falten los abastos, para evitar los altos precios de las subsistencias, de recoger las nieves en casos de nevada, y de que estén abrigados los establecimientos públicos.

Electricidad del aire. El estado eléctrico de la atmósfera, determina la formacion de meteoros igneos, tales como el rayo. El higienista debe aconsejar la colocacion de para-rayos en los sitios públicos, la prohibicion de tocar campanas, volar cometas, etc.

Con motivo de los incendios no debe permitirse las grandes acumulaciones de materias combustibles, sino en corrales ó sitios poco peligrosos.

Este alejamiento debe estenderse á todos los establecimientos fabriles que puedan ofrecer peligro, no solo por sus emanaciones, sino por su insalubridad, por el ruido, los malos olores, etc.

Esto mismo decimos de los hospitales, hospicios y demás establecimientos de Beneficencia, los cuales deben hallarse fuera de poblado, ó á lo menos alejados de los edificios particulares. En su interior debe haber holgura en las salas de los enfermos para que no puedan contagiarse, y la posible separacion entre dolencias de distinta índole. Las dependencias de los hospitales, tales como cocina, ropería, farmacia, etc., de-

ben ocupar cuerpo de edificio independiente de la enfermería. Un hospital nuevo no debe usarse sino á los cuatro años de concluido, y debe tener una seccion aparte para los convalecientes, con galerías, jardines, etc.

Establecimientos penales. Merecen doble atencion para el higienista. Pueden inficionar las poblaciones, y en este caso están considerados como los demás establecimientos donde se aglomera mucha gente. Pero como aquí se trata de seres viciados moralmente, debe prescribírselos rigurosamente el aseo corporal como fomento de la moral y la decencia, el ejercicio al aire libre, el trabajo proporcionado á sus fuerzas, alimentacion poco animalizada, y una instruccion moral y religiosa constante.

De los cadáveres. Al fallecer un individuo, y sin tocar en él, debe sacarse certificacion de su muerte, que espedirá el facultativo que haya visitado al enfermo, cuyo documento debe firmarlo el profesor y el cabeza de la familia del difunto. Sin este certificado no se debe dar sepultura á ningun cadáver. Los ataúdes no deben cerrarse con llaves ni aldabas, sino por simple encaje, y no debe darse sepultura hasta el dia siguiente á la defuncion, ni llevar el cadáver al cementerio, sino á las casas mortuorias que debe haber contiguas á dicho edificio.

Tampoco debe procederse á la sepultura de ningun cadáver sin estar seguros de la muerte. El signo mas infalible es el principio de la putrefaccion.

De los cementerios. Siendo los cementerios unos establecimientos insalubres en grado eminente, deben estar situados fuera de poblado, á 600 varas por lo me-

nos de distancia (1), fuera de camino y en terreno calizo, en declive, en sitios elevados, y lejos de arroyos ó rios que puedan salir de madre. Sus tapias no deben pasar de diez piés de altura, y deben tener plantaciones de árboles poco espesos.

La mejor sepultura es el suelo, á cinco piés de profundidad, sin ataúd, y cubriendo el cadáver de cal. A los diez y ocho meses es esqueleto el cadáver sepultado de este modo. En caja tarda dos años ó más.

Hasta los cinco años no debe enterrarse de nuevo en una sepultura.

LECCION II.

Movimiento del aire.

Para evitar la influencia nociva de los vientos se prohíbe por las Ordenanzas municipales las barandas en balcones y terrados, los tiestos, cajones con flores, jaulas, persianas poco seguras, veletas ni campanas que puedan ser arrancadas por el viento. No olvidemos que estamos tratando de higiene pública, y que el estudio se refiere á lo que corresponde á la autoridad y al gobierno de los pueblos, y no al de los individuos, pues esto pertenece á la higiene privada.

(1) En Madrid están dentro de la población.

De las poblaciones. En la fundacion de una poblacion modelo escogeríamos una localidad en la falda de una colina que mirase al Oriente y al Mediodía, no lejos de una ribera de mar ó de rio, cerca tambien de un bosque, y lejos de todo pantano ó agua detenida. Su estension debia estar en proporcion de 48 varas castellanas de superficie por cada habitante. No debia pasar de 20,000 almas en un solo pueblo, siendo preferibles las pequeñas agrupaciones. Las murallas son nocivas. Una ronda de árboles es preferible. Las calles deben ser rectas, y su anchura igual á lo menos á la altura de las casas, y su direccion, en lo general, de Oriente á Poniente, para evitar los vientos del Sur y del Norte.

Deben tener grandes y frecuentes plazas que sirvan de depósito de aire y de centro para los mercados.

La construccion de casas necesita tambien sus preceptos. La piedra muy porosa es mala, porque conserva mucha humedad; tambien lo es el ladrillo mal cocido ó reciente, y las maderas endebles ó carcomidas. No deben ser muy elevadas, ni exceder de dos pisos. La aglomeracion y la excesiva escalera predisponen á enfermedad.

Sanidad rural.

Caminos. Los caminos pueden ser el barómetro de la civilizacion de un pueblo. Estos deben ser anchos, sólidos, cómodos, con aceras embaldosadas, con algunos árboles, asientos y fuentes á distancias proporcionadas. Que se mantengan limpios, bien guardados y con posadas á trechos razonables. Los rios son cami-

nos que andan, ha dicho Pascal, y estos caminos deben aprovecharlos los gobiernos canalizándolos y privándolos de los riesgos que puedan ofrecer á la navegacion.

La *agricultura* tiene tambien su obligacion de ser intervenida por la higiene.

Las plantaciones de árboles, los montes y los bosques son para la salud de inmensa utilidad. La agricultura templá el rigor de los climas; no hay nada mas rigoroso que el desierto.

Las habitaciones rurales se sujetarán á las mismas reglas que las construcciones urbanas.

Hay cultivos especiales como el del arroz, el lino y el cáñamo, cultivo que suele ser nocivo á la salud y que debe hacerse á grande distancia de las poblaciones.

Aquí debemos inculcar en el ánimo del gobierno el deber en que está de destruir toda acumulacion de agua estancada, como que es un gérmen fecundísimo de enfermedades generalmente de mucha gravedad; pero al propio tiempo deben fomentarse las aguas corrientes, abrir canales, canalizar rios, construir norias y pozos artesianos, teniendo en cuenta que el agua es la sangre de la tierra, y el principal elemento de la industria y aun del comercio.

A la policía rural atañe el fomento de la caza y pesca, y la observancia de sus leyes y reglamentos. La persecucion de animales dañinos como la langosta, los lobos, etc.

En este sitio debemos colocar las topografías médicas, tan recomendadas en todos tiempos y tan abandonadas en nuestros dias. Este debia ser uno de los puntos que debieran llamar la preferente atencion de

nuestras Academias de medicina, para estimular á los médicos á escribir topografías médicas (1).

LECCION III.

De la práctica de la medicina.

Mientras las profesiones médicas no sean realizadas por el gobierno á la categoría de la magistratura, y dé á sus individuos una organización digna, independiente y fuerte; mientras no deje de ser considerada como una industria cualquiera, es de necesidad establecer derechos y honorarios por sus servicios. Al gobierno corresponde acordar en este punto lo mas conveniente para que cese el malestar de los médicos.

Tambien corresponde al gobierno la persecucion de intrusos, así en medicina como en farmacia, lo cual se evitaria publicando todos los años una especie de guia con los nombres y residencia de los profesores existentes.

Pero sobre este punto, como sobre otros de interés profesional, saben ya demasiado los lectores de estos extractos para que nos de tengamos en ellos.

ENFERMEDADES ESPORÁDICAS. Considerando las poblaciones como unos grandes hospitales, segun la expresion del sábio Foderé, las autoridades vienen á

(1) En el Proyecto de Sanidad civil. del Sr. Cuesta y Ckerner, se impone este deber anual á los facultativos titulares. La importancia de esta obra seria tal, que á los pocos años, no tendria la medicina española rival entre todas las naciones de Europa.

hacer el papel de directores y administradores de estos inmensos establecimientos, y á ellas corresponde adoptar las medidas higiénicas mas convenientes.

Bajo este punto de vista las enfermedades se dividen en *esporádicas*, *endémicas*, *epidémicas* y *contagiosas*. Las esporádicas son las que acometen á uno ó varios individuos, y son debidas á la accion de las causas predisponentes á que cada uno se espone. Para evitar en lo posible estas enfermedades, las autoridades deben vulgarizar los conocimientos higiénicos, haciendo que hasta en las escuelas de instruccion primaria se haga leer á los niños los rudimentos de esta ciencia. Hemos visto con gusto un librito en verso que contiene en forma de aforismos, los mejores consejos higiénicos, cuyo libro se lee en algunos colegios de Madrid.

Tambien cuidarán las autoridades de que no falte nunca médico en los pueblos. Este precepto de la ley de Sanidad está tan relajado que mas son los pueblos que lo quebrantan que los que le cumplen. Y no porque falten médicos, sino porque no están convenientemente retribuidos, ni son tratados con el decoro y miramiento que les corresponde.

Para conciliar el buen servicio con el decoro profesional, se hace preciso que el Estado organice un cuerpo de Sanidad civil, retribuido de fondos del Estado y que destine á la asistencia de los pueblos, estableciendo un escalafon riguroso, abriendo ascensos al mérito y haciendo de la profesion una carrera gerárquica que promueva la emulacion, que dé impulso á los adelantos, que haga de la medicina una especie de magistratura, y que quede emancipada de las arbitrariedades de los municipios.

Conforme con esta doctrina se ha publicado en Es-

paña el Proyecto de Sanidad Civil, del autor de este extracto, demasiado conocido ya de todos los profesores españoles.

Las aguas minerales ó establecimientos de baños, debieran estar abiertos todo el año. La opinion vulgar está equivocada en este punto, al creer que solo en el verano gozan de facultades curativas. Creemos por el contrario con Devorgie y Lallemand, que las aguas minerales son mas eficaces aun en invierno, quedando despues la primavera y el verano á los enfermos para restablecerse, que es precisamente lo contrario de lo que se practica. Otro error es el de creer que ocho ó nueve baños han de bastar para combatir una enfermedad de muchos años de fecha. De ahí el tener que repetirlos durante dos y tres temporadas. El agua de mar, debiera ser tambien objeto de algun celo por parte del gobierno estableciendo baños ó Termas marinas.

Enfermedades endémicas. Se llaman endémicas las enfermedades que radican en un pueblo y que dependen de circunstancias de la localidad. El deber de la autoridad en este punto es el de obrar de acuerdo con los consejos médicos para combatir en cada localidad las causas susceptibles de removerse. Pero esto requiere en España un grado de civilizacion á que desgraciadamente no hemos llegado, y una autoridad en el médico que dista mucho del desden con que hoy se reciben todos sus consejos.

Se llaman epidémicas las enfermedades que sin depender de causas locales invaden á la vez á muchos individuos de un pueblo, de una comarca ó de un reino entero. Las epidemias tienen su causa en las condiciones atmosféricas, que por eso obran á la vez sobre muchos individuos; vienen muchas veces prepa-

rándose poco á poco por una série de acontecimientos atmosféricos, que es lo que se llama *constitucion médica*. El abandono de la higiene pública, es con mucha frecuencia origen de epidemias terribles. El desaseo de los pueblos, las malas condiciones de los alimentos, el poco celo en los mercados y mataderos, etc., etc., son los focos de muchas epidemias terribles, de esos tifus y calenturas malignas que azotan los pueblos. Las enfermedades mas desastrosas, dice Rush, se observan en los países donde mas descuidada está la higiene pública. La salud nacional es la riqueza nacional, dicen los ingleses. La civilizacion acabará con las epidemias decimos nosotros.

Se llaman contagiosas las enfermedades que se transmiten de un individuo á otro por contacto mediato ó inmediato.

El agente contagioso se hace consistir en un virus que se desprende del individuo enfermo y que absorbido por otro sano, produce en este último la enfermedad misma, no de otro modo que la semilla de una planta sembrada en otro terreno reproduce un sér idéntico al que le dió origen. Este virus se diferencia del veneno, en que el sugeto contagiado reproduce el virus capaz de contagiar á otro, mientras que un envenenado no envenena á otro.

Todas las enfermedades pueden llegar á adquirir cualidades contagiosas; la salud es la que no se pega, dice el vulgo con razon.

Entre los contagios los hay de origen exótico, ó engendrados fuera de nuestro país. Tales son, la viruela, el cólera, la fiebre amarilla, la peste.

Para evitar estos contagios deben empezar las precauciones de los gobiernos en el punto originario de

ellos. Los cónsules en todos los puertos extranjeros deben dar cuenta de la aparición de las enfermedades contagiosas, y consignarlo en las patentes ó pasaportes que espidan á todos los buques nacionales ó extranjeros que toquen en sus puertos; para que al llegar á España se les someta á las precauciones sanitarias convenientes.

Un tratado internacional rigurosamente cumplido sería eficaz contra este mal, pero no todas las naciones obran bajo el mismo criterio, y los contagios, una vez entrados en los continentes, se transmiten fácilmente por tierra, pues no es posible ejercer sobre los caminos la misma vigilancia que en los puertos del litoral.

Además de lo dicho, en los puertos debe haber médicos encargados de la visita de naves y lazaretos cómodos á donde permanezcan los buques que deban sufrir ya una prudente observacion, ya un espurgo ó verdadera cuarentena, segun que su patente sea sucia ó sospechosa.

Las precauciones á que deben sujetarse los buques, las mercancías y las personas procedentes de puntos en que reine alguno de los contagios citados varía. Para las personas bastará un baño general tibio, mudarse de vestidos, descansar por veinticuatro horas, y fumigar sus equipajes. Esto, suponiendo que la travesía de su viaje haya durado ocho dias, y que no haya experimentado alteracion de su salud en este tiempo. Los convalecientes, si los hubiere, se someterán además á algunos dias de observacion en departamento separado, y los verdaderamente enfermos se sujetarán rigurosamente á los preceptos cuarentenarios.

En cuanto á los efectos, por regla general, son poco

susceptibles de conservar el contagio los cuerpos tersos, lisos y muy duros. Los fofos, blandos, peludos ó muy porosos lo son mucho, tales como el algodón, lana, estopa en rama, el trapo viejo, la ropa, las pieles, cueros, carnazas, plumas, esponjas, animales vivos, etc.

Son incontagiables, y pueden tener libre é inmediata entrada los cereales, las harinas y pastas, todas las legumbres, las frutas, el sebo, queso y manteca, la pesca salada, los vinos y licores, los metales, la moneda, las sales minerales, gomas y resinas, la loza, el vidrio y cristal, las yerbas y los líquidos aromáticos.

Pero con lamentable frecuencia los contagios salvan las barreras sanitarias y se desarrollan en el interior de los continentes, y entonces los gobiernos tienen altísimos deberes que cumplir.

Dado ya el desarrollo de un contagio, la autoridad debe entregarse por completo á los consejos y direccion de los médicos, pues ellos son los peritos únicos para dictar las leyes oportunas, como para interpretarlas segun los casos.

Al facultativo ó particular que diera á la autoridad la primera noticia de la existencia de un contagio, lejos de arrostrar peligro alguno, como acontece generalmente, debia llevar un premio guardándosele además el secreto mientras hubiera peligro en descubrir su nombre. Por su parte los subdelegados lo pondrán en conocimiento de la Direccion general y de la autoridad de la provincia, pasando sin demora á la poblacion atacada, conferenciará con el facultativo, persona ó autoridad que le haya comunicado la noticia, pasará á ver á los enfermos epidemiados, convocará á los facultativos que considere necesarios, pedirá

á la Academia de medicina del distrito una comision de su seno que pase á ilustrarle si lo considera necesario, y procurará entre tanto averiguar todo lo que pueda conducir á la mayor ilustracion del asunto.

En todas estas averiguaciones observará el mayor sigilo respecto á las disidencias de opinion que pudieran existir entre los profesores respecto á la calificacion de la enfermedad, y demostrada la existencia de la epidemia ó contagio, el mismo subdelegado convocará á la Junta de sanidad del pueblo, ante la cual serán llamados tambien los facultativos residentes y personas que convenga, á declarar; se instruirá con toda reserva el oportuno espediente, y en vista de todo y del dictámen firmado por el subdelegado, se procederá, si há lugar, á declarar la poblacion en estado de epidemia ó contagio.

Esta declaracion será hecha de oficio por el alcalde ó presidente de la Junta de sanidad del pueblo.

Antes de esta declaracion, la autoridad debe prevenirse contra todo desórden, pues la primera noticia suele concitar los ánimos y dar lugar á graves desórdenes, que la autoridad está en la obligacion de reprimir.

En estos casos, las Juntas locales deben reunir cuantas facultades son imaginables. Su poder debe ser absoluto, omnímodo, dictatorial, y las autoridades superiores, como la del mismo gobierno, deben facilitar auxilios, pero dejando su administracion á cargo de las Juntas locales, que son las que conocen de cerca la mas acertada aplicacion.

La primera medida que debe adoptarse es el ensanche provisional de la poblacion. La emigracion de las personas pudientes, y si es necesario, hacer arranchar

fuera del pueblo á los habitantes bajo barracas, formando un ancho y dilatado campamento.

A más de esto se observarán rigurosamente las medidas higiénicas, el aseo personal y público, se aumentará el número de mercados para evitar la aglomeración de gentes, y se procurará que no escaseen las sustancias alimenticias de primera necesidad.

A los pobres hay que facilitarles, durante la epidemia, todo género de recursos, pues de otro modo son el pasto predilecto de la enfermedad.

Las reuniones públicas son perniciosas; así, pues, deben cerrarse las escuelas, los cafés, los teatros, y las funciones religiosas deben celebrarse á campo raso.

La Junta de sanidad debe fijar en los sitios públicos, y circular con profusion una instruccion sencilla y en lenguaje clarísimo, de los remedios y consejos que deben seguir para preservarse del mal, y acudir á sus primeros síntomas.

¿Están obligados los médicos á permanecer en una ciudad contagiada? Los titulares, los de los hospitales, y todos los que tengan contratados sus servicios, están en efecto obligados á permanecer en su puesto de honor; pero los que no tienen ninguna de estas obligaciones son tan libres como los demás ciudadanos para huir de un peligro comun, y tienen su primer deber al lado de sus propias familias, á las que no debe sujetar en el centro del peligro. Se debe todo á sí mismo y á los suyos, y no debe echar en olvido el testo sagrado que dice: «el que ama el peligro en él perece.»

Para que este abandono no tenga lugar y los médicos se vean obligados moral y legalmente á permanecer en los pueblos, sería precisa otra organizacion sanitaria que la vigente y que los gobiernos guarda-

ran é hicieran guardar á los facultativos otras consideraciones que las que acostumbra.

¿Conviene los hospitales en tiempos de epidemia para los epidemiados ó contagiados? Algunos higienistas y entre ellos nuestro conocido Moulán, opinan que no, y sostienen que lejos de convenir son perjudiciales, concediendo mayores ventajas á la hospitalidad domiciliaria. Pero esta opinion es muy cuestionable.

De todos modos y como en la mayoría de los pueblos no hay hospital, convendrá desde luego organizar un buen servicio de asistencia domiciliaria, con el suficiente número de enfermos y personas encargadas de recoger y trasladar los cáda-veres, etc., etc.

Las ropas y efectos contagiados de los epidemiados deben recogerse hasta que pase la epidemia, y tenerlas en sitio separado para su oportuna desinfeccion. Terminada la epidemia que por lo comun tiene una duracion media de cuarenta á cincuenta dias, se procederá al espurgo y desinfeccion, lo cual se consigue limpiando, lavando y observando las mas estrechas leyes de policia pública y privada, en lo cual no nos detenemos por ser ya bien conocidos, y porque variarán segun las circunstancias de cada uno.

Pero no nos consideramos dispensados de decir algo sobre la manera de practicar los espurgos en los lazaretos ó en los puertos, entendiéndose que esto mismo puede servir de norma á los profesores que accidentalmente pudieran hallarse en la necesidad de practicar un espurgo ó desinfeccion.

Las pacas y líos ó bultos se desenfardan, y los géneros susceptibles que contengan, se esparcen sobre tinglados, de manera que pueda darles el aire por to-

dos lados, removiéndolos al efecto. Esta ventilacion durará de uno á ocho dias segun las sospechas de cada caso.

Los géneros ó efectos que no puedan deteriorarse se hacen hervir en agua ó se fumigan. En este caso el espurgo dura mucho menos. Las pipas ó toneles se sumergen en el agua de mar, despues de tapadas con pez ó alquitran las rendijas.

Las cartas se hienden con un cuchillo, ó se someten por algunas horas al humo de paja.

Los animales se lavan y se fumigan. Los buques se baldean, se fumigan ó blanquean con cal.

Entre los desinfectantes químicos, usados en los hospitales, cárceles, y casas particulares, el más usual es el de Guyton-Morveau.

Hé aquí la fórmula:

Sal comun.	7 onzas.
Manganeso.	1 id.
Acido sulfúrico.	4 id.
Agua comun.	4 id.

La sal comun y la manganesa en polvo se ponen en una vasija de barro vidriado, se echa sobre ella el ácido sulfúrico mezclado con el agua. Se coloca la cazuela sobre rescoldo, y se cierran luego las escotillas del buque ó las puertas de las habitaciones que se han de fumar por espacio de 24 horas.

Contagios indígenas. Los contagios indígenas, ó porque son originarios de Europa ó porque se han aclimatado entre nosotros, son:

El tifo europeo, la viruela, el sarampion, la escarlatina, la tisis, la lepra, la tiña, la sarna, la sífilis y a rabia; vamos á tratar de estas bajo el punto de vista de la Higiene pública.

Los criaderos del tifo, son los hospitales, los hospicios, las cárceles, etc.; los trigos averiados, las aguas corrompidas, las pasiones deprimentes. La facultad contagiosa de esta enfermedad se limita á las personas que se ponen en comunicacion inmediata con los enfermos; pero cuando tiene su origen en una causa general, tal como la desecacion de una laguna, ó el desprendimiento de emanaciones pestilenciales, entonces no es necesario el contacto con los enfermos para contraerla, pues reina epidémicamente.

La Higiene pública, segun los casos, puede prestar grandísimos servicios, ya deshaciendo los fosos, esparciendo los enfermos y desalojando los edificios infestados, ya destruyendo las causas locales que hayan dado origen á la enfermedad.

En el puerto de Gijon (Asturias), con motivo de la limpieza del puerto, se desarrolló un tifo mortífero por haber espuesto al sol los materiales estraidos del fondo de la dársena. Mandados cubrir de arena por órden de la autoridad cesó la epidemia. La viruela es una enfermedad eminentemente contagiosa, que se comunica por el aire, por el contacto y por la inoculacion.

Desde la mas remota antigüedad se ha venido practicando en el Asia y en el Egipto la inoculacion de la viruela, como medio preservativo de esta enfermedad. Pero esta práctica no estaba exenta de inconvenientes gravísimos, pues no siempre se limitaba el desarrollo de la viruela artificial, á lo que se proponian los sometidos á ella. En el siglo pasado Eduardo Jenner médico inglés, descubrió en el condado de Lancaster la vacuna, vírus procedente de unas pústulas análogas á la verdadera viruela que padecen las vacas a

rededor de los pezones, y cuyos granos reventándose al tiempo de ordeñarlas, inculaban á los pastores produciéndoles pústulas entre las junturas de los dedos.

Jenner observó que en aquel condado apenas se padecia la viruela, y que aquellos pastores eran los hombres mas hermosos de toda Inglaterra. Una série de esperimentos le llevó al descubrimiento de la eficacia preservativa de la vacuna, descubrimiento que ha evitado seguramente mas víctimas que las que pueden causar todas las epidemias reunidas.

En efecto; por mas que en diferentes ocasiones le hayan salido impugnadores mas ó menos especiosos á la práctica de la vacuna, los médicos la han reconocido universalmente como un eficaz preservativo, y los gobiernos deben emplear todas sus fuerzas en hacer que la vacuna se practique en todas partes.

Los observadores mas notables de Europa están contestes en los puntos siguientes:

1.º La virtud preservativa de la vacuna es absoluta en la mayoría de los casos, es decir, que dura toda la vida.

2.º Que para algunos individuos esta virtud es solo temporal, mas aun en estos casos dura por espacio de cartorce años.

3.º Que la vacuna, además de su virtud preservativa, da al cuerpo cierta propiedad, por la cual en caso de padecer viruela, se hace esta muy benigna.

4.º Que el virus vacuno á fuerza de inocularse de un individuo á otro pierde algo de su virtud preservativa, por lo que conviene refrescarlo con nuevo virus tomado de la misma vaca.

5.º Que la revacunacion debe practicarse por perío-

dos de catorce años, como medio único de seguridad contra el mal.

Los gobiernos debieran agotar todos los medios para inducir á todos á la revacunacion, y facilitar el virus vacuno á todos los subdelegados, para que estos lo distribuyeran gratuitamente á los profesores de los distritos de su jurisdiccion, pues actualmente acontece que no hallan los facultativos modo hábil de proporcionárselo.

Sarampion. El sarampion es una calentura exantemática muy contagiosa, que reina epidémicamente, y que acometè con preferencia á los niños.

Algunos médicos han defendido que la inoculacion del sarampion á imitacion de la vacuna, preservaba de la enfermedad, produciéndole un exantema muy benigno. Para practicar la inoculacion, se toma una aguja de vacunar y se mezcla con una gota de agua, un poco de la sangre que brota de las vejiguillas del sarampion, escoriándolas un poco, é inoculando despues este líquido del modo que se practica la vacuna.

El mejor preservativo es el alejamiento de los niños sanos de los enfermos. Algunos higienistas aconsejan que se ponga en las casas donde haya enfermos un distintivo que desde fuera avise la existencia de esta enfermedad.

El aislamiento debe durar á lo menos veinte dias.

La *escarlatina* es tambien una enfermedad contagiosa que tiene sus preservativos. La belladona ha adquirido gran reputacion bajo este concepto, y se administra disolviendo dos granos del extracto, disueltos en dos dracmas de agua aromática, de la que se toman quince gotas cada dia durante la epidemia.

El mejor de todos los preservativos es la fuga como hemos dicho acerca del sarampion.

Tisis pulmonar. Contra nuestras convicciones colocamos aquí esta enfermedad terrible, que por fortuna de la humanidad, no es en nuestro concepto contagiosa, sino hija de la constitucion individual, hereditaria en muchas familias, pero no trasmisible por contagio. La higiene pública puede hacer algo para prevenir el desarrollo de esta enfermedad, haciendo de moda una enfermedad que robustezca las fuerzas físicas y el consiguiente desarrollo del pecho.

Lepra. Esta enfermedad de cualidad contagiosa y de diversas formas, tales como la elefantiasis, la lepra vulgar, los hérpes y las sífilides, ha perdido en Europa toda su importancia á medida que la civilizacion ha ido introduciendo como costumbre imprescindible preceptos higiénicos de que no se cuidaban tanto los pueblos antiguos. Hoy la forma herpética es la que se observa, siendo rarísimos los casos de elefantiasis. El guano se ha aconsejado últimamente como un poderoso remedio contra esta asquerosa enfermedad, tan horrible en la Edad Media y en el tiempo de las Cruzadas.

Tiña. La tiña, especie de lepra peculiar de la cabeza ó cuero cabelludo, es una enfermedad muy variada en sus formas, propia de la niñez. Algunos higienistas creen que la tiña no es contagiosa, pero la mayoría de ellos se inclinan á la opinion contraria.

La tiña suele ser consecuencia del excesivo abandono de la costra lactea que se presenta en la mayor parte de los niños durante la lactancia. No es esto querer decir que se les prive de dicha costra, pues la excesiva limpieza en este punto tiene tambien inconvenientes graves.

La higiene pública tiene poco que hacer en este punto, fuera de aconsejar la debida separacion de estos enfermos y de sus ropas en los establecimientos de beneficencia. La ley de exenciones los escluye del servicio militar, y lo mismo debiera hacerse en las fábricas y talleres muy concurridos.

La *sarna*, esta enfermedad es eminentemente contagiosa, y compañera fiel del desaseo y de la miseria, bajo cuya influencia parece desarrollarse espontáneamente por mas que consista en la presencia del insecto llamado *Acarus*. Pero eso mismo acontece con los piojos al final de muchas enfermedades y cuando precede escésivo desaseo.

El azúfre, bajo todas sus formas, es el específico por escelencia, pero como toda la curacion estriba en la muerte del insecto, bueno es saber que el *acarus* se axfisia con el alcohol y los aceites, y es envenenado por la mas insignificante cantidad de sublimado ó de cualquiera preparacion de cobre ó de arsénico, por las emanaciones de cualquier aceite esencial y aún por el agua; por lo que la limpieza y los baños bastan para esterminarle.

Escusado es repetir las precauciones que á la higiene pública corresponde tomar contra la propagacion de esta asquerosa enfermedad, ya aislando los enfermos, ya espurgando escrupulosamente las ropas de que hayan hecho uso antes de mezclarlas con las de los individuos sanos.

Sífilis. Es ya muy fundada la creencia de que la sífilis era ya conocida en la mas remota antigüedad, y que la vuelta de Colon á España, juntamente con la presencia de esta enfermedad en Europa entre los ejércitos, fué mas bien una coincidencia de dos hechos,

que ninguna relacion guardaban entre sí. En efecto, ya Moisés conoció el origen de los síntomas primitivos de la sífilis calificándolos de flujos impuros, y sus preceptos higiénicos al pueblo hebreo no dejan duda alguna de ello. Pero sea como quiera, es tambien cierto que hasta el siglo XV no empezó esa gran divergencia entre los autores, creyéndola unos importada de América, otros producida por una influencia astronómica, otros al crimen de *bestialidad*, y no pocos á una trasformacion de la lepra.

El abuso del coito, justamente con la falta de limpieza, es la causa de la sífilis, y en ese caso es lógico creer que esta enfermedad ha existido siempre que se ha dado lugar á su desarrollo. Su cualidad contagiosa está fuera de toda duda, y la higiene pública tiene en este punto grandes deberes que cumplir.

La sífilis reinó epidémicamente en el siglo XVI llegando el extremo de propagarse por el aliento, segun opinion de algunos autores. Delicado es este punto para deducir opiniones sólidas.

Las observaciones de una enfermedad en que ha habido siempre grandes intereses morales que salvar, no pueden recibirse por fidedignas.

¿Qué deber tiene el gobierno para prevenir y mitigar los estragos de esta verdadera lepra?

- 1.º Cohibir la lujuria.
- 2.º Corregir la prostitucion.
- 3.º Popularizar los hábitos de limpieza corporal.

La lujuria se cohibe dando á la educacion pública un rumbo mas acertado, y que ilustre el entendimiento sin pervertir el corazon. Examínense las causas de la prostitucion, y se verá que la holgazanería, la falta de vigilancia, la ignorancia y la necesidad son,

en el mayor número de casos, las que precipitan á las mujeres, mas bien que el apetito carnal. Proporciónese á la mujer trabajo decoroso, désela una educacion moral acertada, ampáresela en algun modo en su desvalimiento; ilústresela de una manera conveniente; popularícense por otro lado los hábitos de la limpieza corporal, y habremos empleado el método curativo mas radical contra esta verdadera peste. Porque la falta de recursos y de educacion, el mal ejemplo y la ignorancia son, si bien se examina, el origen mas frecuente de esta plaga social.

Pero aquí viene la oportunidad de tratar un punto muy controvertido entre los higienistas. Fuesto que la prostitucion, dicen, es un mal irremediable, ¿convendrá organizarla, á fin de hacer menos frecuentes sus estragos?

Nuestro higienista Monlau dice que no, porque *lo que no es moral, no es ni puede ser higiénico, asi como lo que no es higiénico, no es ni puede ser moral*. A lo que decimos nosotros, apartándonos de la opinion del señor Monlau, que por lo mismo que se trata de un vicio contra higiene, todo lo que tienda á atenuar sus efectos es moral é higiénico. Pero esta opinion es particular nuestra, que dejamos al arbitrio de nuestros lectores. No dejaremos de añadir, sin embargo, que hace algunos años, desde que la prostitucion está en Madrid sometida á la inspeccion gubernativa, la síflis se ha hecho mucho menos frecuente, siéndolo mas en ciertas clases sociales, á donde no pueden alcanzar las precauciones oficiales.

Independientemente de esta cuestion tan debatida, la higiene pública debe hacer conocer la ineficacia de los medios secretos para precaverse de la infeccion si-

filítica, haciendo ver que el aseo y los frecuentes lavatorios, sobre todo inmediatamente despues del cóito, es el único y verdadero preservativo.

Rabia. Esta enfermedad es producida por la baba de un animal cualquiera que la padezca, inoculada por medio de la mordedura.

Los perros, los lobos, los zorros y los gatos son los animales mas espuestos á padecerla. El caballo, el buey, y en general los herbívoros, la padecen raras veces. Parece que esta enfermedad no se trasmite tampoco de hombre á hombre.

Las señales de la rabia en el perro son las siguientes:

El animal está triste, busca la soledad, se niega á comer y á beber, huye de la casa del amo, baja la cabeza y la cola, le devora la sed, y huye sin embargo del agua, y despues de vagar mas ó menos, muere entre horribles convulsiones.

No existen hasta ahora verdaderos preservativos de la rabia; lo que sí se sabe es que se ha tomado por rabiosos animales y personas que no lo estaban en realidad. Tampoco se conoce un medicamento eficaz contra esta enfermedad; pero no por eso debe abandonarse al desgraciado que la padezca, ni mucho menos emplear en ellos la *asfixia*, la *abertura de una vena*, ni esos medios que la caridad reprueba, y que las leyes castigan con justa severidad.

Las epizootias. Muchas enfermedades de los animales pueden propagarse al hombre; y aun sin estar enfermos, la aglomeración de aquellos en sitios mal dispuestos inficiona el aire, y puede producir dañosos resultados.

Ningun animal enfermo debe admitirse en el mer-

cado, ni mucho menos llevarse al matadero para el surtido de carnes. Las inspecciones facultativas de los mataderos mandadas establecer en todos los pueblos deben hacerse extensivas á los mercados, poniéndolas á cargo de los profesores de veterinaria.

En todos los casos de epizootia deben aislarse los animales enfermos de los sanos, prohibirse las ferias y mercados, y enterrarse á gran profundidad de la tierra los animales que perezcan á consecuencia de la enfermedad reinante, á distancia de las poblaciones, y sin despojarlos del pelo, lana, ni piel ó cuero, ni ninguno de sus despojos.

De ordenar la ejecucion de estas y otras precauciones higiénicas, están encargados los subdelegados de Sanidad, de acuerdo con las autoridades locales.

LECCION IV.

Cosmetología.

La cosmetología abraza el estudio de los modificadores higiénicos que obran por su aplicacion inmediata al exterior del cuerpo. Estos modificadores son los vestidos y la limpieza.

El vestido es el medio que el hombre interpone entre su cuerpo y el mundo exterior para defenderse del sol, de los efluvios, de las vicisitudes atmosféricas, de los roces, de las picaduras de los insectos, de la suciedad, etc., es una piel superpuesta á sus tegumentos, que el hombre coloca sobre la piel natural mas ó me-

nos gruesa, tupida, fina ó áspera, segun el objeto que se propone.

Materia y color de los vestidos. El gobierno debe procurar con sus acertadas medidas generales el que no escaseen las materias que entran en la confeccion de los vestidos, y el que se mantengan á un precio que las haga asequibles á todas las fortunas. Y en cuanto al color y la forma, los gobiernos pudieran indirectamente establecer las modas mas convenientes para la salud.

Lo mismo decimos del calzado. La moda bien entendida, seria el medio mas adecuado para hacer entrar á todo el mundo en el uso mas acertado de este instrumento higiénico

Hoy no serian bien recibidas las leyes suntuarias ni las disposiciones que en otro tiempo dieron sobre el modo de vestir los monarcas absolutos de los siglos XVI y XVII, ni las prohibiciones de Felipe IV sobre el guarda-infante ó miriñaque de nuestros dias. Pero hoy pueden los monarcas y los grandes dar el tipo de las modas, y sujetarlas á las mejores reglas higiénicas y económicas.

Los institutos religiosos que cuentan siglos de existencia y que conservan sus primitivos trajes, son modelos que la sociedad debiera imitar.

La limpieza es el medio mas poderoso que se conoce para precaverse de todo género de enfermedades, por malignas que sean.

La autoridad pública, ayudada de la accion individual, pueden hacer cuanto cabe en este importantísimo punto.

Antiguamente la limpieza estaba incluida entre los preceptos religiosos. Hoy, la civilizacion debe bas-

tar para cumplir con esta necesidad pública, y para que, cada cual por convencimiento propio, la sostenga dentro de su casa, y en todo lo concerniente al propio individuo.

Bromatología.

Bajo este título se comprende todo lo concerniente á alimentos, condimentos y bebidas.

Alimentos. Los alimentos de que usa el hombre son todos de naturaleza orgánica, y proceden del reino animal ó vegetal. Pero esta alimentación varía según los diferentes climas y condiciones sociales.

El deber de los gobiernos, en este punto, es el de adoptar medidas por las cuales no puedan escasear nunca los artículos de primera necesidad, ni aun los de conveniencia; y de hacer indirectamente que se mantengan á precios accesibles á la generalidad, abriendo facilidades por una parte al comercio, y por otra tomando la industria como medio de adquirir aquellas.

La escasez de alimentos constituye la calamidad mas terrible, y por lo mismo los gobiernos tienen un deber imprescindible de proteger la producción, de fomentarla y de abrir toda clase de facilidades á la agricultura, á la ganadería, al comercio y á la industria.

La alimentación insuficiente es la causa mas general de la mortalidad y de los crímenes. El trabajo enérgico, la moralidad, la prevision y la caridad, son las más firmes bases del progreso social.

Las contribuciones son una necesidad económica, pero en nada deben enplear los gobiernos mas pru-

dencia que en el acto de fijar la parte que se quite y la que se ha de dejar á los súbditos. Los impuestos sobre el consumo de especies alimenticias, influyen perniciosamente en la alimentacion del pueblo. No impiden la abundancia, ni fomentan la escasez, pero aumentan el precio de las subsistencias, y lo sacan del alcance de las clases inferiores.

Estas y otras importantísimas cuestiones de higiene pública, son el mas poderoso testimonio que las clases médicas pueden ofrecer, de que los médicos, lejos de no ser idóneos, como ha querido decirse para la política, serian acaso los que con más razon debieran tener una intervencion muy directa en la administracion de la cosa pública.

Composicion de los alimentos. Además de baratos, los alimentos deben ser sanos, pues sus alteraciones ó adulteraciones influyen muy directamente sobre la salud pública.

Cereales. El trigo corrompido, las plantas nocivas que se recogen con él, las enfermedades que padece el trigo y otros cereales, le hacen muy nocivos.

Las harinas se alteran y se adulteran de mil modos. Ya mojado el trigo antes de molerlo, ya mezclando con la harina fécula de patata, de habas, de maíz. La harina, sofisticada de este modo, y sometida á la accion del iodo toma un color de violeta. La que está pura adquiere un color de rosa bastante fuerte.

El pan se sofisticaba con el alumbre y el sulfato de cobre para darle blancura. Una solucion acuosa de ferro-cianato de potasa, en la que se introduzca un pedazo de miga de este pan, hace tomar al agua un tinte rosado.

Las féculas de Sagú, salep y tapioca se sofistican

con almidon. El iodo descubre la sofisticacion.

El chocolate se falsifica con el pan seco, las harinas de trigo y maíz, el cacahuete, la melaza y otros mil ingredientes asquerosos.

Recorramos ahora los alimentos sacados del reino animal.

Mamíferos. Pertenecen á esta clase el ganado de pezuña hendida, el moreno ó de cerda, y los cuadrúpedos de caza.

Aquí debe colocarse la policía de los mataderos.

Estos establecimientos deben hallarse fuera de la poblacion, aunque cercanos, en sitio algo elevado, cerca de alguna corriente de agua para que no falte este indispensable artículo. Serán espaciosos, ventilados y aseados, con corrales y habitaciones suficientes para los dependientes. Habrá en cada matadero un inspector veterinario encargado del reconocimiento de las reses vivas y de las carnes. Se prohibirá matar reses fuera del matadero, y no se admitirán en él muertas. Se prohibirá igualmente el uso de carnes de animales corridos ó aporreados.

Despues de muertas las reses se dejarán oreando las carnes cinco ó seis horas á lo menos.

Se prohibe la carne de animales enfermos.

De la leche. Al hablar de la leche diremos antes algo sobre las lecherías ó establecimientos de vacas y cabras. Estos establecimientos, insalubres de suyo, no deben consentirse en las poblaciones. Sobre constituir por sí focos de infeccion, el ganado que en ellos se alberga está tísico, y su leche no puede reunir las condiciones higiénicas apetecibles.

La leche, para ser admisible, debe reunir las condiciones siguientes. Además de las condiciones ordi-

narias de sabor, olor y blancura, ha de hervir sin coagularse, y conservar despues su olor y color; no ha de tener viscosidad ninguna, ni grumos; y tratada por el amoniaco, lejos de espesarse, ha de volverse mas fluida. Su sofisticacion mas comun es la de añadirle agua, y para disimularlo le añaden los falsificadores harina, almidon, albúmina ó clara de huevo, goma, etc., cuya falsificacion se descubre con la tintura de iodo, si se han valido de la fécula, y el iodo tiñe la leche de color violado, y si no existe, de color amarillo.

La excesiva cantidad de agua se reconoce por medio de un instrumento llamado *galactrómetro*.

Aves. Sean domésticas ó de caza, se vigilará mucho para que no salgan al mercado sino muy frescas.

Peces. Este alimento necesita un mercado especial y la mas esquisita vigilancia, no permitiéndose á los vendedores ni compradores destriparlos ni lavarlos en las pescaderías; harta infeccion ocasionan enteros.

Moluscos. Entre los moluscos nos detendremos en las ostras, alimento muy sospechoso. En los meses que no tienen *R* debe prohibirse su venta. Las ostras pasadas ó enfermas se conocen por la falta de su agua natural, por lo blando de su carne y por su fetidez.

LECCION V.

De las bebidas.

Las bebidas son tan necesarias como los alimentos sólidos. Son unos disolventes casi indispensables para la digestion, y los gobiernos tienen obligacion de in-

fluir para que se hallen al alcance de todas las fortunas.

BEBIDAS ACUOSAS. El agua es de absoluta necesidad, no solo para mitigar la sed, sino para la limpieza.

Todas las aguas, ya se recojan en cisternas, ya se saquen de los rios ó de las fuentes, proceden de la lluvia.

Pero como la de los pozos ha sido filtrada por el terreno inmediato, puede estar alterada y contener materias nocivas que se hayan disuelto en ella al atravesar por la tierra.

Además, el agua de pozo está estancada, poco aireada, cargada de materias estrañas, y ocasiona fácilmente cólicos. Tanto los pozos como las cisternas deben estar revestidos de piedra cilícea y tener en el fondo una capa de carbon en polvo como desinfectante.

Hechas estas indicaciones estableceremos el orden de preferencia de las aguas por sus cualidades potables.

Agua de lluvia.

Agua de rio.

Agua de fuente.

Agua de pozo.

Agua de pantano.

Si un pueblo se encontrára en la dolorosa precision de hacer uso de aguas cenagosas ó corrompidas, por cualquiera causa accidental ó imprevista, bueno será indicar en nuestros extractos las preparaciones á que, segun las circunstancias, debiera someterse este líquido para hacerlo perder sus cualidades nocivas.

Agitacion, ebullicion, clarificacion, depuracion, destilacion y filtracion.

Lo primero que debe hacerse es hervir el agua, con lo que los gases deletéreos que contenga se evaporen y las materias orgánicas se precipiten. Después deben filtrarse por arena ó por carbon pulverizado para volverla insípida é inodora. Después se airean agitándolas ó haciéndolas caer en forma de cascada de una vasija, ó de un depósito á otro.

Bebidas fermentadas. Las bebidas fermentadas simples (vinos), ó destiladas (aguardientes), deben estar vigiladas por la autoridad, para evitar en lo posible la multitud de fraudes con que se engaña al pueblo, ya para aumentar su cantidad, ya para hacer mas apetecible su sabor.

Del régimen alimenticio.

Ya es sabido que la alimentacion modifica la condicion física y moral del hombre. Que la naturaleza parece que ha puesto en cada clima la mesa con los alimentos mas convenientes á las diferentes latitudes. Que el comercio ha llevado á todas partes las producciones de la tierra y ha mezclado en cierto modo las costumbres y condiciones de la especie humana en toda la superficie del globo. Que la dieta feculento-fibrinosa es la habitual de nuestros paises. Que una alimentacion en que predominen las carnes, animaliza y escita demasiado, exalta la sangre, inspira sentimientos feroces y conduce á la plétora sanguínea. Que una alimentacion vegetal dulcifica las pasiones, disminuye la irritabilidad de la sangre y suaviza las costumbres, bajo cuyo punto de vista la cuaresma, al prohibir el uso de carnes y establecer el ayuno en

la primavera, cumple perfectamente con los consejos de la higiene mas acertada.

Mucho se va mejorando el régimen de alimentos y bebidas en los pueblos modernos. Por perdidos que parezcan los consejos aislados de los médicos, los preceptos morales y religiosos, las leyes sanitarias y los trabajos literarios y científicos en nuestros periódicos, no lo son tanto que á la larga no se vayan dejando sentir profundamente en nuestras costumbres. Mucho falta que hacer, es indudable; pero mucho se ha hecho, y en el corto espacio que alcanza nuestra actual generacion encontramos ya modificadas nuestras mismas costumbres en sentido favorable á la buena higiene.

Sigamos, pues, infatigables nuestra comun tarea; convénzanse los gobiernos de que la higiene es el principal tesoro de felicidad para los pueblos; penétrense de sus principales deberes para con sus gobernados; procure abundancia y buena calidad de alimentos; haga estudiar todas las cuestiones que tengan relacion con esta importantísima materia, y haga penetrar en todas las inteligencias los preceptos mas saludables de la higiene, valiéndose para ello de los concedores de esta ciencia, que con solo esto habrán merecido bien de la pátria.

LECCION VI.

Gimnástica.

Respirar aire puro, andar abrigados y usar buenos y sanos alimentos, no es bastante para los habi-

tantes de un pueblo. Necesitan ejercitar el cuerpo, moverse y ocuparse en una ú otra de las varias profesiones conocidas, y descansar.

Vamos, pues, á ocuparnos del ejercicio, de las profesiones y del reposo.

1.º El ejercicio es una necesidad para el desarrollo de las fuerzas físicas y el justo equilibrio que deben guardar estas con las orgánicas y vitales íntimamente enlazadas unas con otras; y el gobierno tiene también su misión que llenar en este punto.

El ejercicio puede dividirse para su estudio en activo, pasivo y misto.

Al primero corresponde la andadura ó paseo á pié, la carrera, el salto, y todo lo que comunmente se conoce con el nombre de gimnasia; el baile, la natación, la caza, la lucha, la esgrima, los juegos de agilidad el canto ó la fonación, etc. Al segundo la venticación ó paseo en carruaje, la navegación, las regatas ó carreras en lanchas, la pesca, etc. Y al tercero la equitación y demás ejercicios ecuestres, con otra porción de juegos, profesiones y oficios activos en parte, y en parte pasivos para los que se dedican á ellos.

Vamos á examinar lo que los gobiernos pueden y deben hacer en este importante punto de higiene, siguiendo el orden que dejamos indicado.

La autoridad puede y debe disponer que todas las poblaciones tengan uno ó mas paseos cómodos para que en todo tiempo puedan hacer este ejercicio los habitantes. Del mismo modo debe vigilar la limpieza, igualdad y buen empedrado de las calles.

La carrera y el salto, ejercicios propios de la infancia, deben tener un sitio al efecto donde los niños puedan desarrollar sus fuerzas. El juego de pelota, el

de la barra, el del marro ó la calva, deben tener tambien el suyo para los que gustan de este provechoso ejercicio, si se toma con moderacion.

Lo mismo decimos del baile al aire libre, á cuyo ejercicio concurren las mujeres. Todos estos ejercicios deben tener lugares separados y cómodos en todos los pueblos.

La natacion, donde pueda fomentarse este ejercicio, debe protegerse por la autoridad, tomando las debidas precauciones para evitar desgracias.

La caza es tambien un ejercicio saludable, porque el cazador anda, corre, salta, se arrodilla, trepa, grita, aguza su vista y su oido, escita su amor propio y se olvida de todas sus preocupaciones. Pero la autoridad debe velar porque se practique con arreglo á las leyes, para que ni se ocasione perjuicio á tercero, ni se destruya la caza, estinguiéndose así el estímulo para tan saludable ejercicio.

La lucha y la esgrima son ejercicios propios de las escuelas llamadas Gimnasios, y la autoridad vigilará el interior de estos establecimientos.

Los juegos de agilidad son muchísimos los que tenemos, heredados casi todos de los romanos, que daban á estas ocupaciones toda la importancia que hoy damos á la instruccion intelectual; pero segun sus condiciones, requieren sitios públicos, y estos solo puede facilitarlos el celo de la autoridad local.

El canto ó fonacion puede tambien constituir un ejercicio saludable. Por su medio se robustece el pecho y los órganos de la voz. Y la conversacion familiar es tambien utilísima en la edad adulta y senil, y los cafés y casinos serian en extremo útiles si no se cometiesen excesos, ni se corriera otra clase de peligros.

Ejercicios pasivos. El paseo en coche exige además de la comodidad del vehículo terreno apropiado, y esto último solo puede proporcionarlo la autoridad local segun las circunstancias de cada poblacion.

La navegacion exige tambien alguna atencion de parte del gobierno, para que las embarcaciones estén construidas con solidez y buenas condiciones marineras, lo mismo que los barcos de vapor. Ni unos ni otros deben salir de los puertos sin el personal y provisiones necesarias, ó faltándole alguno de los útiles para el viaje. No deben llevar mas gente que la que permitan las leyes y reglamentos sobre la materia. Pero este punto no corresponde tratarlo aquí.

La pesca, sea considerada como diversion ó como industria, obedece á una legislacion especial, de la que hablaremos en lugar mas oportuno.

Ejercicios mistos. La equitacion procura movimientos expansivos, provoca saludables sacudimientos en las vísceras, comunica energía á la nutricion y dá tono al organismo modificando la parte moral. Por lo dicho la autoridad favorecerá este ejercicio en el campo ó en los gimnasios, si bien debe impedirlo en las calles.

Las profesiones. El trabajo es una ley fisiológica universal, y en su observancia están interesados los individuos y la sociedad. Todos los que sean aptos para él deben ocuparse en algun modo útil y honesto. La autoridad, pues, debe dar impulso al trabajo, favoreciéndolo y aun premiándolo, y perseguir por cuantos medios estén á su alcance la holgazanería, madre de todos los vicios.

Es muy esencial acomodar las profesiones á la complexion y demás circunstancias de los sugetos, para que puedan desempeñarlo sin fatiga y con ma-

por provecho. ¿Pero es esto lo mas conveniente?

Distingamos. Si se tratára solo de ocupar la actividad y los ocios de cada individuo, sin objeto de utilidad material, aconsejaríamos ocupaciones que ejercitasen los órganos mas débiles ó las facultades menos marcadas, á fin de que el desarrollo de esta formara equilibrio con las demás facultades. Este seria un medio de perfeccionar la especie. Pero en la mayoría de los casos, esto no es posible, y esperan de la profesion ó del oficio el modo de vivir, en cuyo caso claro está que lo mas conveniente es aquello á que nos sentimos mas inclinados.

Esto nos conduce á hablar de las diferentes profesiones.

Profesion agricola. El labrador, habitante mas comun del campo que de su casa, tiene ésta mal cuidada. Su vestido es mas grosero, y si robustece su cuerpo, cultiva poco la inteligencia. La autoridad promoviendo escuelas de agricultura puede contrarestar esta indiferencia por el estudio, sobre todo si ve honrada y protegida la agricultura.

Profesion militar. Segun nuestras leyes, todos los hombres aptos tienen obligacion de servir en el ejército por un número determinado de años. La autoridad ó el gobierno, están en el deber de no llamar á las armas á los que aparte de su integridad física, no tengan la edad, talla y robustez necesaria para soportar las fatigas marciales sin quebranto de su salud. Despues debe cuidar igualmente de su abrigo, de su comodidad, y de que su hacinamiento en los cuarteles no traspase los límites higiénicos, sin olvidar una educacion moral que contrareste el efecto del trato comun, tan pernicioso si se abandona en todas las acumula-

ciones de personas que han de pasar reunidas en todas las circunstancias de la vida.

Pero este punto de Higiene Pública está entre nosotros bastante bien atendido. Acaso no hay otra profesión que en esto iguale al ejército por lo que no insistiremos mas en ello.

Profesiones termotécnicas. Se llaman así las ocupaciones de los horneros, herreros, cocineros, fundidores, fogoneros, y todos los que sufren una temperatura media entre 30 y 60 grados ó más. Las secreciones en todos estos trabajadores se hallan aumentadas, y son por lo general delgados y flacos. Se hallan muy espuestos al reuma, á las congestiones cerebrales, á la tisis y á las meningitis y enagenaciones mentales.

Profesiones higrotécnicas. Estas son las que obligan á permanecer habitualmente en el agua. Los pescadores, aguadores, lavanderas, los que remolcan barcos, los que se dedican á pescar ranas y sanguijuelas, los buzos, los marineros, etc.

Los vestidos de lana, una alimentación reparadora y el uso de telas enceradas, son el medio de contrarrestar la influencia de este género de vida.

Profesiones zootécnicas. Los matarifes, carniceros, desolladores, curtidores, saladores, triperos, poceros, mozos de hospitales, enterradores, etc., llevan consigo el cargo de manipular sustancias animales muertas, sanas ó en putrefacción.

Hay discordancia entre los autores sobre la predisposición y efecto de estas ocupaciones. Las emanaciones animales sanas, preservan de la tisis segun muchos médicos. Pero las que no son de este género producen muy diferentes efectos. Por eso los carniceros

están por lo general robustos, mientras que los sepulcros están pálidos y estenuados.

Los cardadores, tejedores de seda y lana, sombreros, colchoneros, deben dejar á menudo el trabajo y respirar aire puro y libre; pues es muy dañosa la emanacion y el polvillo que de estas materias se desprende.

Profesiones fitotécnicas. Son aquellas que desprenden polvillos vegetales ó emanaciones de este mismo origen mas ó menos dañosas. Los hortelanos, jardineros, floricultores, los que fabrican el vino, la cerveza ó la sidra, los molineros de harina ó de drogas, los panaderos, almidoneros ó acibadores, etc., y principalmente los que trabajan el cáñamo, el tabaco y el algodón. Acerca de estos últimos la autcridad debe vigilar mucho los talleres, pues son cultivos y manipulaciones muy espuestas.

Para separar en el lino y en el cáñamo la hilaza de la parte leñosa, se hace una operacion que consiste en macerar en agua estas plantas, lo cual se verifica en pozas ó en aguas corrientes. De uno y otro modo hay desprendimiento de emanaciones muy dañosas que deben evitarse haciendo que esta operacion se haga en despoblado.

La operacion de agramar, que es cuando se separa la hilaza de la fibra en el lino y el cáñamo, lo mismo que la de desmotar, sacudir y cardar el cáñamo, son tambien muy espuestas. El polvillo irritante que levanta, una borrhilla sutil que fluctúa en el aire y que penetra en los pulmones, se acomoda fácilmente á las ramificaciones bronquiales, y desarrolla pulmonías que terminan por la tisis llamada algodонера. El gobierno indirectamente puede hacer mucho en estos

casos facilitando el conocimiento y empleo de máquinas para todas estas manufacturas.

Profesiones minerotécnicas. Los que trabajan sobre materias inorgánicas, valiéndose del esmeril están muy predispuestos á la tísis. Los que pulimentan el cuero, rara vez llegan á los 36 años. Los fabricantes de porcelana, los que pulverizan el sílice, los que respiran polvos calizos, los albañiles y los barrenderos padecen la tísis con frecuencia.

Los mineros de carbon suelen padecer la melanosis ó tísis carbonosa del pulmon. Los de plomo las intoxicaciones saturninas (*cólico, reumatismo saturnino, encefalopatía saturnina*). Las autoridades deben vigilar el estado de las minas y exigir toda la profilaxis mas esquisita. La bien entendida ventilacion, el trabajo moderado, el precio regular de los jornales que permita una alimentacion reparadora, el agua para regar é impedir el polvo, las esponjas impregnadas de limonada sulfúrica aproximadas á la boca de los operarios en las minas de plomo, las caretas de cuero, etc., son útiles en todos estos casos.

Estas mismas precauciones deben usar los mineros ó trabajadores de zinc, de mercurio, de cobre, etc.

Tambien debe vigilar la autoridad sobre el jornal y el trabajo señalado á las mujeres y á los niños en estas ocupaciones. El trabajo de la mujer y del niño debe ser corto y producirle lo bastante para satisfacer sus necesidades. La especulacion en este punto debe tener un freno legal para no ocasionar víctimas inocentes.

Profesiones liberales. Se dá este nombre á las profesiones que exigen mas cultivo de inteligencia que de fuerzas físicas. Para estas profesiones diremos en ge-

neral, que los gobiernos pueden protegerlas indirectamente dificultando su acceso á las clases poco acomodadas, para que no puedan dedicarse á ellas en número desproporcionado á las necesidades públicas; pues la abundancia de personal las hace decaer y sumir en el mas vil abatimiento.

PERCEPTOLOGIA.

LECCION V.

Sensaciones esternas.

Vista. Para no perjudicar la vista, las casas no deben pintarse anteriormente de blanco, sino de un color claro, y por la noche deben estar alumbradas las calles. El alumbrado de gas, es el mejor para las calles y sitios al aire libre; pero en las habitaciones cerradas es nocivo y espuesto á desgracias.

Los sitios muy alumbrados artificialmente son tambien nocivos porque las luces empobrecen el aire de oxigeno.

Oido. Así como la música dulcifica las costumbres, el ruido ocasiona grandes molestias, sobre todo á los enfermos, é impide fijar la atencion en los objetos que la requieren. Por eso en un buen reglamento de policia urbana, debiera obligarse á ciertas industrias á vivir

en barrios especiales para que no molestaran á los demás habitantes.

Olfato. Los miasmas y malos olores tambien deben alejarse de las poblaciones.

Gusto. En lo referente á este sentido poco le queda que hacer á la Higiene pública, como no fuera el censurar y poner trabas á la moda del uso del tabaco.

El tacto. Todo lo que en la vía pública puede estorbar al libre tránsito, debe prohibirse; lo mismo que lo que pueda ocasionar daño ó incomodidad, como el cortar leña en la calle, verter aguas ó escombros, poner cortinas, ó muestras que estorben, etc., etc.

Sensaciones internas.

Para tratar de estas sensaciones las dividiremos en animales, sociales é intelectuales.

Las animales, son: respirar, alimentarse, espeler los excrementos, adquirir y mantener el calor vital, moverse ó ejercitarse y reproducirse. Ya se ha tratado en otro lugar de estas necesidades.

Las necesidades sociales son las primeras que distinguen al hombre de los animales. Estas necesidades, son: el amor de nuestros semejantes, el aprecio de nosotros mismos, la constancia, la justicia, la bondad, etc., sin las cuales no puede haber sociedad. El gobierno está obligado á fomentar por todos los medios posibles este amor recíproco, esta bien entendida caridad, amparando al desvalido, haciendo que se respete la propiedad de cada uno, dispensando justicia equitativa y manteniendo ilesos todos los derechos sociales, lazos indispensables de orden, paz y tranquilidad. Para conseguir este resultado, es necesario lo

primero de todo educar el corazón de los niños, tarea en que nadie ni nada puede reemplazar á las madres, porque para esta tarea se necesita un cariño extraordinario por lo grande, delicado y minucioso á la vez, y en este punto ninguna institucion humana puede compararse con el amor materno.

Después de esta primera educacion, viene la enseñanza de las escuelas primarias donde el cristianismo es á las demás doctrinas, lo que una madre verdadera á una madrastra. Este punto requiere mucha más estension y detenimiento que el que nos es permitido en estos extractos; por lo que nos limitaremos á consignar, que los mandamientos del Decálogo son el resumen de la moral mas delicada, y el código mas admirable de preceptos sociales.

Necesidades intelectuales. El hombre además de animal y social, es un sér dotado de inteligencia, y asi como los padres educan y enseñan á los hijos, los gobiernos están en el deber de educar y enseñar á los pueblos.

Las facultades intelectuales pueden dividirse para la Higiene pública en cuatro grupos principales, que son: *facultades sensoriales; facultades perceptivas; facultades reflexivas, y facultades espresivas.*

Las sensoriales son: La configuracion, la localidad, el colorido, el órden, la tonalidad, la pesadez, la estension y el cálculo. Estas facultades tienen sus medios de ejercicio y perfeccionamiento en la geometría, la pintura, la música, la aritmética, etc., por lo que los gobiernos deben proveer á los pueblos de medios de aprenderlas.

Las perceptivas son: La individualidad, la observacion, el tiempo, la improvisacion, la música y la idea-

lidad. Por lo que vamos indicando se deja comprender la inmensa importancia de la Higiene pública y la verdad que encierran las palabras del doctor Casimiro Broussais, cuando dice: «Tarde ó temprano, la enseñanza de la Higiene será el complemento de la educación pública. Tarde ó temprano, á los esfuerzos que hacen algunos particulares para propagar las nociones de higiene en la sociedad, sucederá un plan regular, cuya adopción por el gobierno será la consagración de esos esfuerzos parciales;» y en efecto la Higiene es la que trata de los deberes del hombre respecto de sí mismo, de su cuerpo y de su alma; y no hay intereses que puedan serle mas caros.

Los gobiernos aquí están obligadísimos á facilitar á sus gobernados, todos los medios imaginables de educación y de enseñanza, pero con criterio bien meditado; y aquí nos encontramos de lleno en la cuestión de enseñanza.

Aparte de lo que se llaman las primeras letras, que son esos primeros conocimientos de doctrina cristiana, leer, escribir, contar, etc., etc., lo cual debe ser obligatorio para todos; diremos cuatro palabras sobre la segunda enseñanza, mucho mas superior que la otra en cuanto á la parte que en ella toma la inteligencia.

La segunda enseñanza exige de parte de la Higiene pública, ó mejor dicho, de parte del gobierno muy serias atenciones. Cuando el leer, escribir, contar y demás conocimientos que constituían antes una pequeña carrera, la segunda enseñanza era como la entrada á ciertas carreras superiores reducidas en número, y que venían á ser la de leyes, medicina y teología. Hoy, que las carreras superiores se han multiplicado, la segun-

da enseñanza debe ser mas ámplia en algunos conocimientos y descargada de otros que no son tan precisos.

Las carreras superiores, á las que no debían llegar todos los que quisieran sino solo los que dieran grandes pruebas de capacidad, debieran ser desde luego retribuidas por el Estado. Los hombres que á ellas se dedican, si han de cultivarlas con celo, con fé y con orgullo, necesitan estar fuera de las influencias de una situacion eventual y precaria, que los ponga á cubierto del soborno y de todo lo que pueda envolver miras interesadas. Por lo mismo que la ciencia no puede justipreciarse como el trabajo material, debe considerársela como una especie de sacerdocio que requiere dignidad, independencia y virtudes difíciles de sostener cuando se las coloca en lucha con las necesidades materiales.

Los premios y castigos morales bien entendidos, juegan un gran papel en la enseñanza, y los gobiernos deben consignarlos en sus regiamientos.

La forma de los gobiernos, ó sea el sistema político ó régimen gubernativo de los pueblos, entra tambien en el dominio de la Higiene pública.

El sábio virey, al tratar de este delicado asunto, despues de enumerar las ventajas y los inconvenientes de la monarquía absoluta y de los gobiernos republicanos, se decide por una forma mista equitativamente ponderada, que por una feliz amalgama de autoridad y de libertad sujetase las riendas de la vida de los pueblos, midiendo con sábia economía sus reparaciones y sus gastos, sin hervores ni tumultos. Así en el seno de una larga paz, se elaboraria la felicidad social, al paso mismo que tal gobierno multiplicaria,

por medio de una educacion saludable, los temperamentos equilibrados, aquellos temperamentos en los cuales reinan la igualdad de espíritu, la templanza, la moderacion de las pasiones, la sencillez y la unidad, garantías del orden en las funciones orgánicas.

LECCION VI.

De las pasiones.

Cuando el hombre satisface malamente sus instintos ó necesidades, ó las tiene mal educadas, ó exageradas, la necesidad toma el nombre de pasion,* porque hay en el padecimiento real, verdadera enfermedad.

Pero como las pasiones son inherentes á la naturaleza, de aquí la necesidad de que la higiene venga á establecer los preceptos que para moderarlas deben seguirse.

Los pueblos tienen sus pasiones como los individuos y la higiene pública representa un gran papel en este punto.

Entre las necesidades animales, hemos colocado hace poco la de comer, beber, ejercitarse, reproducirse, etc., etc.; pues bien, del mismo modo podemos llamar pasiones animales á las que tienen origen en la exagerada satisfaccion de estas necesidades. La gula, la embriaguez, la pereza, la lujuria.

Estas pasiones ó enfermedades morales encuentran su mejor higiene y método preservativo en los preceptos religiosos, en la educacion moral y en el ejemplo.

La costumbre de celebrar todos los acontecimientos faustos con grandes comidas, es muy ocasionada á desarrollar la gula. Lo mismo decimos de la embriaguez, cuyos funestos resultados son incalculables, porque el hombre ébrio se pone voluntariamente en las condiciones del loco, se priva de la razon y se convierte en una fiera en medio de la sociedad, como un lobo en medio de un rebaño inofensivo de ovejas. Todos los medios imaginables debieran ponerse en juego para evitar tan funesto vicio.

Las naciones antiguas establecieron castigos terribles para los borrachos, y en los tiempos modernos se han organizado en algunos países con el título de *Hijos de la templanza*, sociedades filantrópicas cuyo objeto es corregir este feísimo vicio entre los asociados. La sociedad de los *Hijos de la templanza*, fundada en 1842, ha tenido inscritos en sus libros en los Estados-Unidos, 756.847 sócios.

Los gobiernos pudieran ayudar á los particulares en estos esfuerzos, castigando indirectamente á los borrachos, privándoles de los destinos y cargos públicos, de cualquiera clase que sean, multándolos, haciendo cerrar los establecimientos de bebidas á las primeras horas de la noche, etc.

La pereza es tambien una de las mas funestas pasiones. Es la infraccion de la ley de actividad y de trabajo. Sin trabajo no hay fruto. La riqueza es el producto acumulado del trabajo, y Dios hizo al hombre dueño del mundo á condicion de trabajar.

La vagancia considerada ya por nuestras leyes actuales como un delito, ha sido castigada en muchos pueblos. La ociosidad, dice un adagio vulgar, es madre de los vicios, y en efecto, el celibato, la prostitu-

cion, el pauperismo, el suicidio, la embriaguez, el juego, etc., son anillos de esta cadena.

El hombre laborioso y ocupado no tiene tiempo de aburrirse, ni de embriagarse, ni de prostituirse, ni de pedir limosna. Todo lo encuentra satisfecho con el trabajo, que es el mejor moderador de las pasiones.

Los gobiernos, pues, deben facilitar y estudiar el modo de que no falte nunca á las masas trabajo lícito y honesto, y castigar ó corregir á los que, pudiendo, no se ocupen en el trabajo.

Aquí debe decirse algo sobre la conveniencia de los dias festivos. La religion da por lo menos uno de cada siete dias al descanso. El cuerpo y el ánimo necesitan descanso y esparcimiento, y un dia á la semana es un descanso moderado.

Lujuria. La necesidad de reproducirse ó el deseo genérico, puede exasperarse y constituir la pasion de la lujuria. Contenida la satisfaccion de este deseo en sus justos límites es una fuente de afeccionividad y de placeres, pero su satisfaccion escesiva, ó la incontinencia, lo es de todas las desgracias.

Las causas de deshonestidad pública, que es de lo que debemos ocuparnos, pueden contarse como principales, la falta ó debilitacion de las creencias religiosas, el ejemplo, la ociosidad, la promiscuidad de sexos en teatros, cafés, y talleres, etc.

Veamos ahora las formas en que puede desarrollarse la lujuria.

La mas temible, el *onanismo*, vicio endémico en los colegios, en toda aglomeracion de jóvenes. La opresion muy prolongada del espíritu produce este resultado. La enseñanza debe reformarse en estos establecimientos dando mas variedad á las ocupaciones, y haciendo

ejercitar mucho las fuerzas musculares es como se contraresta mejor la susceptibilidad orgánica.

La prostitucion es otra forma, causa y efecto á la vez de la lujuria. Las prostitutas, son pues, el oprobio de su sexo y el azote del otro. Sin embargo, son poquisimas las mujeres que se prostituyen por fogosidad de temperamento. La miseria, la ignorancia, la coqueteria, las ganas de brillar con adornos, la pereza, el abandono, las consecuencias de una primera falta, el contagio del ejemplo, son las causas comunes de la prostitucion. Instruccion bien entendida, ocupacion honesta y bastante lucrativa, para que la mujer pueda como el hombre vivir del producto de su trabajo, menor rigor contra la primera falta y menos contacto entre los sexos; esto es lo que los gobiernos pueden hacer indirectamente. Si á esto se añadiera la repression indirecta del lujo por medio del ejemplo en las clases elevadas, y la persecucion de la prostitucion sin humillacion ni escándalo, se evitaria en su mayor parte esta forma de lujuria, ruina de las sociedades.

Suicidio. El instinto de conservacion exagerado, hace al hombre pusilánime, medroso é impertinente; pero este instinto pervertido suele conducir al suicidio.

El suicidio puede considerarse como una vesania ó enfermedad mental, ó como un cálculo egoista. Cuando es efecto de una enagenacion mental, la cuestion sale del dominio de la higiene pública; cuando no existe semejante enagenacion, cuando es consecuencia de un cálculo egoista, entra en sus atribuciones.

Mucho se ha escrito sobre esto y muy interesante. Pero á pesar de todo, el mal crece y parece que marcha en razon directa de la civilizacion de los pueblos. Ve-

mos sus causas mas frecuentes. La irreligion, la miseria, los dolores ó padecimientos incurables, la falta de esperanza en el alivio de los sufrimientos físicos ó morales. Nunca es el bienestar, ni los goces legítimos satisfechos los que conducen al suicidio premeditado; siempre es la idea de un mal irremediable que no hay valor para arrostrar, y que hace preferible la muerte. El gobierno influyendo en la educación moral y religiosa y en el bienestar de sus súbditos, puede contrariar en gran parte esta funesta propension.

El *duelo* ó *desafio* debe colocarse en este lugar de la higiene. Clasificado como delito, el duelo tiene consignado un lugar en el Código. Por desgracia, este es un delito que solo se castiga en cierta clase de gentes. Las personas de cierto rango admiten hoy como caso de honor el desafio y la ley no es con ellos todo lo rigurosa que debia serlo. ¿Pero qué es la guerra sino el duelo á muerte entre los pueblos? Pues mientras que los gobiernos no acuerden entre sí medios mas cultos de orillar sus diferencias, mientras el honor de las naciones esté fiado á las bayonetas y á los cañones, es imposible hacer llegar la lógica á los duelistas. Tiempo es ya de que los pueblos comprendan que la victoria y la derrota por medio de las armas, son igualmente ruinosas, bárbaras é inmorales.

Aquí es tambien el lugar oportuno de que la Higiene pública proteste contra la bárbara costumbre de las corridas de toros, las luchas de gallos, los juegos con las fieras, los juegos olímpicos que traigan riesgo de la vida, el pugilato, etc., etc. ¿Quién sino el gobierno puede de una vez borrar estos horribles vestigios de nuestros tiempos bárbaros?

La *adquisividad* exagerada ó pervertida conduce á

la avaricia, á la usura y al robo. La laboriosidad, el ejemplo y la educacion son sus remedios mas eficaces.

El juego es una consecuencia de este instinto mal dirigido. El deseo de acumular pronta y fácilmente riquezas considerables, ha discurrido todos esos juegos inmórales de azar y de suerte, las rifas, la lotería etc. Pero los gobiernos juegan y no hay lógica que oponer á los que toman por oficio esta criminal ocupacion.

Pasiones sociales.

Siendo las necesidades sociales el *amor*, la *circunspeccion*, la sensibilidad al elogio ó al vituperio, la constancia, la justicia, la bondad etc., las pasiones que nazcan de la satisfaccion exagerada de estas, consistirán en el amor frenético, los celos, la imprudencia, la vanidad, la inconstancia, la injusticia, la crueldad y la maldad bajo todas sus formas.

Es mucho, muchísimo lo que los gobiernos pueden hacer por sus súbditos en este asunto. Tambien es mucho lo que la sociedad debe esperar de sus escritores, de sus novelistas y autores dramáticos. Estos debieran ser los medios de las inteligencias estraviadas ó pervertidas. Eso de que las novelas, comedias y obras literarias han de estribar precisamente en el juego del erotismo ó la afeccionivilidad, eso de que todo ha de consistir en el amor libre ó contrariado, es un error funesto. Los literatos y los gobiernos pueden hacer mucho premiando á los que abran nuevos caminos al gusto literario de nuestros dias.

Pero la mas detestable de las pasiones sociales es sin duda alguna la maldad, conjunto de todas las pasiones y de la que vamos á ocuparnos algunos instan-

tes. Ese placer, que algunas almas experimentan con desplumar á un pájaro vivo, con martirizar á un perro, con maltratar á un caballo sin necesidad ; esa risa estúpida que provocan en ciertos espíritus las desgracias ajenas, revelan una enfermedad moral, un cáncer de los sentimientos que la educacion, la religion, el ejemplo y últimamente el castigo pueden corregir ; y hé aquí tambien la necesidad de que los gobiernos pongan de su parte, lo mucho que pueden en bien de sus gobernados.

En varios países se han establecido sociedades protectoras de los animales, que castigan á los que sin necesidad infieren malos tratamientos á los irracionales.

En Inglaterra hay verdadero ódio á los que tienen este defecto. Un caballero inglés publicó en los periódicos la circular siguiente:

«Por lo que me debo á mí mismo y á las personas que me honran con sus visitas, me creo obligado á participarles, que he despedido ignominiosamente de mi casa, y prohibídole volver á ella, á mister William King, á quien el tribunal correccional de policía de Maryle-bone ha condenado el martes último por haber hecho asar su gato estando vivo.»

Pasiones intelectuales.

El escesivo desarrollo, ó la falta ó perversion de la inteligencia, puede dar lugar á verdaderas pasiones, que vulgarmente reciben el nombre de *manías, rarezas, extravagancias, caprichos, aprensiones, originalidades, tonterías, escentricidades, locuras, etc.*, segun los casos, su duracion, su origen é importancia, etc.

Todas ellas, consideradas en un país en general, suponen alguna imperfeccion ó descuido de la educacion pública, y son las que dan á los pueblos una especie de fisonomía propia.

Sistema penal.

Cuando las pasiones humanas se revelan por actos exteriores ó verdaderos atentados contra las personas, los gobiernos obran como obra el médico con los enfermos.

Un delincuente es un enfermo moral; el juez hace su historia, llamada causa y proceso, y le aplica la correccion indispensable, ó sea el remedio que segun su terapéutica encuentra mas adecuado.

Por desgracia la medicina judiciaria, llamemos así á la administracion de justicia, es todavía demasiado empírica. El Código penal apenas tiene en cuenta para la correccion ó castigo de los delitos la educacion del reo, los grados de su inteligencia, las circunstancias que le impulsaron á delinquir, el estado de su espíritu al perpetrar el delito, los grados de susceptibilidad para la pena, y las diferentes circunstancias en que pueden hallarse los sugetos, para que pueda serles mas cruel ó mas indiferente una misma sentencia, segun sus condiciones y situacion.

El juez en su magistratura, como el médico en su clínica, debiera atender mas á las circunstancias especiales de cada paso y de cada individuo, que á la vaga y grosera definicion de los delitos, y á las dosis de penalidad señaladas en los Códigos, como si se tratara de una tarifa ó tabla aritmética.

Deducir la justicia propia para cada hecho, sería lo mas lógico.

Para el mayor número de juristas, *lo que no existe en el proceso, no existe en el mundo*; y bien puede asegurarse que en el mayor número de casos sobra todo lo que tienen, y falta todo lo que debieran tener. La ley no toma en consideracion las apreciaciones de carácter, de situacion y de circunstancias que existen, y que no están en el proceso, de donde ha de resultar forzosamente una grosera aplicacion del Código, y una justicia imperfectísima.

Cárceles. La cárcel no debe ser un establecimiento penal, sino una especie de lazareto de observacion, en que permanece el detenido hasta la conclusion de su causa.

Los presos no deben estarlo más tiempo que el indispensable para sustanciar sus causas; y á los declarados culpables separarlos inmediatamente de los otros.

Digamos para concluir cuatro palabras, que resumirán todo un tratado de higiene moral.

Todos los delitos, todos los crímenes, reconocen por causa, salvas muy rarísimas escepciones, ó la educacion moral descuidada, ó la falta de instruccion, ó la miseria. No hay que buscar otras causas. El hombre es naturalmente bueno: el hombre bien educado, instruido, y que disfruta de una subsistencia cómoda, no delinque. Hé aquí ya indicada la terapéutica moral y el norte que debe seguirse en las penitenciarías para corregir á los que han delinquido. Educarle moralmente con el mayor esmero; reformar esta enseñanza cuando no ha sido bien dirigida; instruir y proveerle de medios con que pueda librarse de la miseria.

Véase por esto solo la importancia de la higiene pública, y la sin razón con que nuestro sistema social tiene al médico tan alejado de la administración civil. Créese que la ciencia del médico concluye á la cabecera del enfermo, y que la sociedad no puede esperar de él otra clase de servicios.

Otra clase de servicios. No hemos llegado todavía á ese grado de cultura necesario, para que los gobiernos puedan mandar, y los pueblos quieran obedecer en este punto con el convencimiento en unos y en otros de que los preceptos higiénicos son los que más directamente influyen en la riqueza, comodidad y felicidad de los hombres.

Ha de ser necesario muchísimo tiempo, trabajo y paciencia para llegar á este estado, y aunque no desconfiamos de alcanzarlo, bien podemos creer que la Higiene pública ha de tardar siglos en ser una ciencia familiar. Empieza en los gobiernos la resistencia á las buenas reformas sanitarias; todas las sumas destinadas á tan elevado objeto, como es la conservación de la salud, parece todavía enormemente caro á los gobiernos y cuerpos colegisladores. Se mantienen ejércitos y elementos destructores que cuestan cuatrocientos millones al año, y se cifra en esto el orgullo de las naciones, y se asusta un ministro ante la idea de crear un cuerpo de Sanidad Civil, que satisfaciendo todas las necesidades de la nación en este importante ramo, absorbiese treinta millones.

En el año de 1863, siendo director de Beneficencia y Sanidad D. Tomás Rodríguez Rubí, se quiso presentar á la aprobación del gobierno el proyecto de Sanidad Civil, del autor de estos extractos, y no había valor para decir en el Congreso, que el cuerpo de Sanidad

Civil necesitaba treinta millones para su sostenimiento; millones que figurarian en el presupuesto general, pero que dejarian de hacerlo en los presupuestos municipales como figuran ahora; siendo por consiguiente todo ello, una simple trasferecia de un lugar á otro en las casillas de los gastos públicos.

En cambio, el cuerpo de Sanidad Civil tal como se proponia, iba á llenar todas las exigencias sanitarias de la nacion, desde la asistencia de los enfermos, hasta las más delicadas susceptibilidades higiénicas; desde la estadística, hasta los últimos perfiles de la ciencia; iba á elevar la profesion, á emanciparla de todas las plagas que la prostituyen, y acervan. Pero todo fué inútil. No está madura la opinion todavía y habrá que resignarse á ir conquistando el bien paso á paso y á fuerza de trabajos y desengaños. Por mucho que el siglo actual blasone de culto é ilustrado, es todavía siglo de hierro como los que le han precedido. El dominio de la fuerza ruda, y de las pasiones violentas, no ha pasado todavía; siguen en posesion de ese cetro que les viene disputando la virtud desde la caida del hombre, y mientras la ciencia hermanada con los sentimientos de caridad y de honor no ocupen su puesto, la Higiene pública, última espresion de la verdadera cultura, permanecerá abandonada y desconocida.

Concluiremos nuestra taréa con los siguientes aforismos, que condensan toda la Higiene, y establecen la regla general á que debe atenerse siempre el médico en todos los casos y circunstancias en que pueda hallarse.

I. «En materia de preservacion pública no hay

- »regla ni precaucion que pueda tacharse de
»minuciosa. La higiene es un arte esencial-
»mente minucioso.»
- II. «En materia de profilaxis higiénica y de sa-
»lud pública, los efectos no son proporcionados
»á las causas, pues la inobservancia de un pre-
»cepto insignificante puede ser ocasion de la
»más grande calamidad.»
- III. «Las medidas higiénicas dan siempre resul-
»tados beneficiosos y seguros, aunque alguna
»vez lentos.»
- IV. «Las reformas higiénicas se graduarán con
»relacion á su urgencia.»
- V. «Las reformas sanitarias se han de disponer
»con acierto, y atacando el verdadero origen
»del mal, ejerciendo una vigilancia incesante.»
- VI. «Es de suma importancia el fomentar y pre-
»miar los progresos de las artes higiénicas.»
- VII. «La higiene debe formar parte de todo siste-
»ma de enseñanza primaria.»
- VIII. «Nunca deben fiarse al celo, siempre incons-
»tante y poco ilustrado, de los particulares, las
»prácticas de la limpieza y de policia sanitaria
»que la autoridad pueda poner á cargo de sus
»agentes ó de empresas públicas y garantidas.»
- IX. «Dada una disposicion, es preciso que se cum-
»pla rigurosamente.»
- X. «El médico higienista debe mostrarse incan-
»sable en proponer, aconsejar é instar todas las
»reformas y mejoras convenientes.»

INDICE

DE LAS PRINCIPALES LEYES Y DISPOSICIONES REFERENTES AL EJERCICIO DE LA MEDICINA.

En este catálogo espresamos la fecha de las disposiciones para que los profesores puedan mas fácilmente buscarlas y proporcionárselas.

Ley orgánica de Sanidad, 28 de Noviembre de 1855.

Reglamento de organizacion y atribuciones del Consejo y Juntas de Sanidad, 20 de Marzo de 1847.

Reglamento de la Real Academia de Medicina de Madrid, real decreto de 28 de Abril de 1867.

Reglamento para las subdelegaciones de Sanidad del reino, 24 de Julio de 1848.

Ley de Beneficencia, 20 de Junio de 1849.

Reglamento para la inspeccion de carnes, 24 de Febrero de 1859.

Varios artículos del Código penal vigente, 30 de Junio de 1850.

Reglamento para la provision y orden de ascensos en las plazas facultativas de los establecimientos de Beneficencia, real decreto de 30 de Junio de 1858.

Reglas para la concesion del distintivo de la Cruz de epidemias y modelo de esta condecoracion, real orden de 15 de Agosto de 1838.

Orden de la Beneficencia, real decreto de 17 de Mayo de 1856 creando una condecoracion civil con el nombre de *Orden de la Beneficencia*.

Real decreto, reformando la orden anterior, 30 de Diciembre de 1857 y *Reglamento de la misma fecha*.

Reglamento para la concesion de pensiones establecidas por los artículos 74, 75 y 76 de la ley de Sanidad, 22 de Enero de 1862.

Clasificacion sanitaria de los puertos de mar y plantilla de sus empleados, real decreto de 6 de Junio de 1860.

Cuadros de defectos físicos y enfermedades que inutilizan para el servicio militar, 10 de Febrero de 1855.

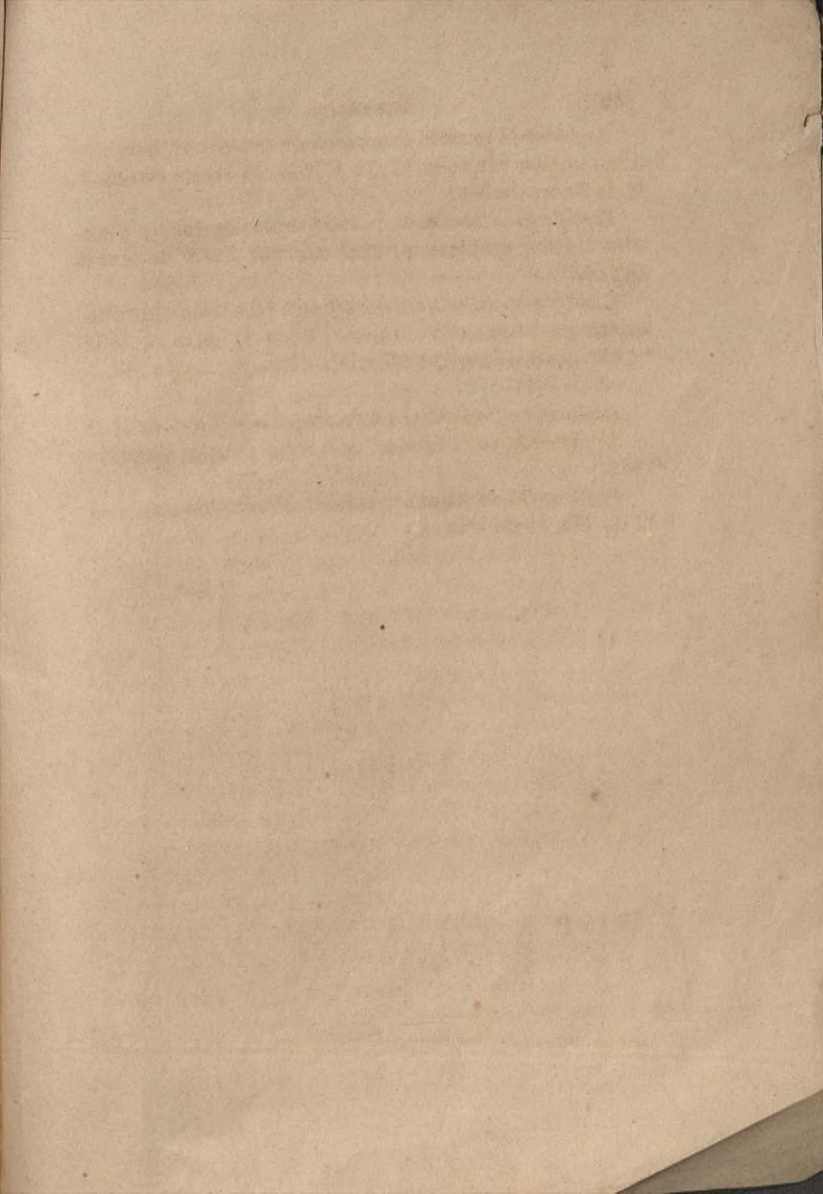
Ordenanzas para el ejercicio de la farmacia, 18 de Abril de 1860.

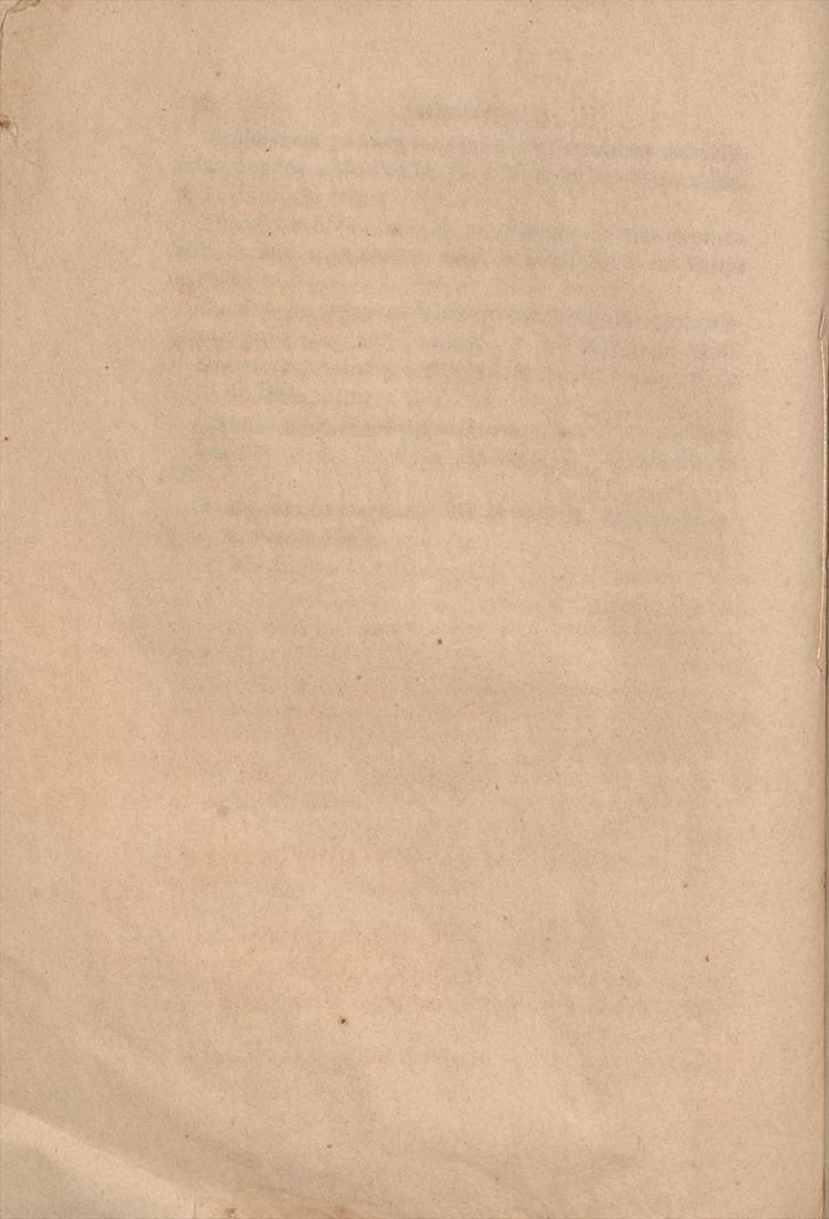
Reglamento de Médicos forenses, 13 de Mayo de 1862.

Reglamento de Partidos Médicos. 1.º de Marzo de 1868.

Reglamento de Aguas y baños minero-medicinales, 11 de Marzo de 1868.

FIN.





ESTADÍSTICA DE LA INDUSTRIA

El presente informe tiene por objeto dar cuenta de los resultados obtenidos en el curso de la explotación de las minas de carbón de la zona de...

En el presente período se ha trabajado en las minas de carbón de la zona de... se ha producido un aumento en la producción de carbón de... debido a la mejora en los métodos de explotación...

Los principales factores que han contribuido a este aumento son: la mejora en la explotación de las minas, el aumento de la fuerza de trabajo y la mejora en los métodos de explotación...

En consecuencia, se puede afirmar que la explotación de las minas de carbón de la zona de... ha sido exitosa y que se ha logrado un aumento en la producción de carbón de...

Este aumento en la producción de carbón de... es un resultado muy importante para la industria minera de la zona de... y para el país en general...

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

En conclusión, se puede afirmar que la explotación de las minas de carbón de la zona de... ha sido exitosa y que se ha logrado un aumento en la producción de carbón de... debido a la mejora en los métodos de explotación...

Se recomienda continuar con los trabajos de mejora en los métodos de explotación de las minas de carbón de la zona de... para lograr un mayor aumento en la producción de carbón de...

ESTUDIOS PRIVADOS DE MEDICINA.

Se han publicado ya las entregas de las *Asignaturas*, que siguen á continuación :

Asignaturas sueltas: CUATRO reales.	}	Apósitos y vendajes....	} Por cada Cuaderno: OCHO reales.
		Higiene pública.....	
		Anatomía patológica..	
	}	Patología general.....	} Por cada Cuaderno OCHO reales.
		Patología interna.....	
		Medicina operatoria..	

Están en prensa y se repartirán á la mayor brevedad :

Enfermedades de las Mujeres.
Obstetricia, y
Medicina legal.

Y así seguiremos sucesivamente hasta la conclusión de la obra, que contendrá, en extracto, cuanto abraza la Medicina utilísimo á la preparación de los exámenes.

Los señores facultativos y alumnos que gusten suscribirse á tan utilísima y necesaria publicación, se dirigirán á esta córte al administrador de esta empresa, D. Antonio Edilla, calle Ancha de San Bernardo, núm. 26, cuarto 2.º, remitiendo su importe en sellos ó libranzas del giro mútuo, sin cuyo requisito no serán servidos.

DICCIONARIO DEL DIAGNÓSTICO.

Se halla de venta el primer tomo de esta obra de grande interés para todas las clases médicas, que se dá al precio de 10 rs. en Madrid y 12 en provincias. Los señores que gusten adquirirla, se dirigirán al mismo sugeto y señas que anteceden.

Está en prensa el segundo tomo.