

Del

S.M. / 66

SM
C^a6
39

No 6 B.

C

B^{do} Fabrequez

[Signature]

46.0 - 6.2.10



1056844

SM C^a6 39

614.4
HER

REGLAMENTO SANITARIO

PARA PRECAVER LOS HABITANTES DEL PARTIDO DE MAHON DE LA ENFERMEDAD QUE SE OBSERVA EN ALGUNOS DE SUS INDIVIDUOS.

Redactado de orden de S. E. el General Gobernador.

Por D. Rafael Hernandez Subdelegado de Medicina y Cirujia y D. Constantino Sancho Médico.

Y APROBADO POR EL CUERPO MÉDICO DE ESTA CIUDAD.



Como desde principios de Setiembre se observan en Mahon, Villa-Cárlos y últimamente en San Luis vários casos de esta enfermedad; el Exmo. Señor General Gobernador de la Isla, D. Pedro Villacampa Presidente del Magnifico Ayuntamiento de esta Ciudad y de la Ilustre Junta Superior de Sanidad de Menorca; que velan sin cesar en beneficio, prosperidad y conservacion de la salud y vida de sus habitantes, ha dispuesto se redactasen para el uso de ellos unas reglas preservativas y destructivas de esta dolencia. No cabe duda que ademas de la causa principal y que determina el desarrollo de la enfermedad, hay otras muchas predisponentes, cuyo mayor ó menor influjo en sus

2
resultados debe unas veces evitarse y otras hacer lo posible para favorecer su accion. Estas causas dependen de la disposicion física y moral de los individuos, y como el conocimiento de sus buenas ó malas calidades es de la mayor utilidad en las actuales circunstancias, conviene que cada uno se halle en estado de saberlas apreciar y de precaverse por este medio de las que pueden serle perjudiciales.

MEDIOS PRESERVATIVOS.

Los mejores preservativos de esta dolencia son la tranquilidad de animo, el aseo y el buen arreglo de vida. A este fin deberá evitarse todo lo que pueda escitar emociones fuertes como la cólera, el miedo, los placeres demasiado vivos &c.; procurando vivir contentos y alegres. No permitirán bajo pretesto alguno que ecsistan muchas personas en una misma habitacion y muy menos que duerman vários individuos en una misma sala. Tendrán el mayor cuidado que se guarde por toda la casa un gran aseo, que los cuartos sean espaciosos y frecuentemente barridos. Ningun esmero será por demas en la salubridad de las habitaciones y asi será necesario ventilarlas con frecuencia, á fin de mantener el aire puro y saludable. A este efecto se abrirán las puertas y ventanas tantas veces como se pueda y por el mas largo rato posible, debiendo hacer atencion de estar ya vestidos antes de abrirlas, y conviene aun pasar á otra pieza si la localidad lo permite mientras se verifica esta operacion. Conviene tam-

3

bien colocar en las grandes habitaciones vasijas de agua clorurada, la que se prepara tomando una onza de cloruro de cal seca, mezclada y desleida con medio azumbre de agua, siendo aun mas preferible la preparada con el cloruro de oxido de sodio; y en los cuartos que tengan chimenea se podrá facilmente renovar el aire haciendo durante algun rato un fuego claro y que dé mucha llama. Los que duermen en alcobas harán bien en tener las camas sin cortinas; teniendo la precaucion de no dejar las orinas y las materias fecales en los vasos destinados al efecto, los cuales deberán limpiar inmediatamente y dejar en ellos un poco de agua limpia y clara. Cuando se lave el suelo de las habitaciones, deberán guardarse muy bien de ocuparlas hasta que se halle enteramente seco; ni tampoco secarán las ropas en ellas y muy menos en las alcobas. Vigilarán con el mas escrupuloso cuidado que en toda la casa y sus dependencias se observe la mayor limpieza y que se establezca el mejor método de salubridad, á cuyo fin cuidarán mucho de los vertideros, fregaderos y comunes, lavandolos á lo menos una vez al dia con agua clorurada ó cuando no con agua sola. Se pondrá una particular atencion, en que no se acumulen en sus casas ni vecindario el estiércol, excrementos y despojos de animales y vegetales; antes bien es preciso quitarlos con la mayor frecuencia del sitio donde se acostumbran depositar. Deberán deshacerse de todos los animales domésticos inútiles; no permitirán criar cebones, conejos, gallinas ó pichones en sitios reducidos ó en patios poco espaciosos y privados de aire. Será menester

4
tambien como utilidad pública é interés general, que cada uno limpie diariamente la porcion de calle que corresponde á su casa.

Es indispensable evitar la accion del frio, para cuyo fin se abrigarán bien, con especialidad el empeyne y los pies; á este efecto convendrá envolver el vientre con una faja de lana, llevar sobre el cutis almillas de lana ó de franela, y hacer uso de calcetines de lo mismo, que deberán mudarse y lavarse cuando estén húmedos ó sucios. Será preciso lavar los pies con agua caliente y llevar zuecos ó galochas cuando se hayan de tener los pies en un sitio húmedo. En una palabra, convendrá calzarse con limpieza, y de modo que los pies esten resguardados del frio y de la humedad. Condenamos el mal hábito que tienen muchas personas al acostarse de andar con el pie desnudo por el piso frio y mas todavia al levantarse. Es tambien muy esencial abstenerse aun en verano de dormir con las ventanas abiertas; y por lo mismo, será de absoluta necesidad mantener en las habitaciones una temperatura moderada. Será menester igualmente que se retiren temprano á casa, y no pasar parte de la noche en las tertulias, en los cafés, en las tabernas &c.; en particular cuando las noches son frias y húmedas. Se advierte que en general todo lo relativo al modo de vestirse deberá uno conformarse á la estacion, pero nunca convendrá estar muy ligero de ropa.

Harán muy bien en usar de tiempo en tiempo, baños templados, pero no deberán permanecer en el agua mas que lo necesario para limpiarse bien

el cuerpo; habrán de enjugarse con ropa bien caliente, cuidando de no esponerse de pronto al aire libre al salir del baño. Esta precaucion es útil particularmente cuando hace mucho frio.

Se harán fricciones secas por espacio de media hora mañana y tarde por todo el cuerpo, con un cepillo ó con un tejido de lana.

Sin embargo que conviene estar ocupados y tener una vida activa; con todo cuando sea posible, será conveniente evitar un exceso de fatiga y es uno de los mejores medios de proporcionar una útil diversion á la inquietud. No son muy convenientes las ocupaciones que ecsijen una intensa meditacion, ni tampoco lo son los trabajos que requieren durante la noche una privacion de sueño á que no está acostumbrado el cuerpo.

Deberán ser muy moderados en la comida y bebida. Los alimentos que tomarán de preferencia, son las viandas bien cocidas y bien asadas que no contengan demasiada grasa; asi como pescados frescos de facil digestion, huevos, leche, pan bien esponjoso y bien cocido, y será preciso abstenerse de carnes y pescados salados, de todo plato de salchicheria y pasteleria. No usarán legumbres acuosas y pesadas como son pepinos, remolachas, lechugas y demas que entran en la clase de yerbas que contienen mucha agua de vegetacion. Podrán tomar como útiles á su nutrimento, las judias secas, las lentejas, los garbanzos, los guisantes y las habas preparadas en forma de puré; porque la película de estas legumbres secas ó verdes no

sirve en modo alguno á la nutricion y tiene el inconveniente de ser indigesta. No se escluyen de estas últimas, las patatas de muy buena calidad. Los alimentos crudos tales como las ensaladas, los rábanos y otros de esta especie deberán ser desechados. Harán un uso muy moderado de las frutas frescas, principalmente cuando no están del todo maduras, pues en este caso podrian ser muy perjudiciales, aun cuando fuesen bien peladas. Las frutas cocidas presentan menos inconvenientes, pero nunca se deberá comer en abundancia y mucho menos hacer de ellas la principal comida. Observamos á todo cuanto va aquí dicho, que hay algunos alimentos que sin embargo de ser generalmente sanos, suelen ser perjudiciales para algunas personas á causa de la disposicion particular de su estómago. Asi los que se hallen en este caso tendrán razon de evitarlos ó privarse de ellos, por lo mismo cada uno deberá hacer un estudio particular de sus funciones digestivas. Mientras sigue la enfermedad, será preciso comer menos que de costumbre, aun cuando haya que hacer una comida mas, pero siempre muy ligera. Es de advertir que esta disminucion de alimentos no debe ser estremada, pues en tal caso en vez de prevenir el mal nos haríamos mas propensos á recibirlo.

Se guardarán estando en calor de beber frio y asi no conviene desalterarse sino cuando ha cesado la transpiracion, es decir, que no se ha de beber frio mientras se está sudando. Las resultas de este abuso son tanto mas funestas quanto mas fria es la bebida y mayor el sudor al tiempo de usarla. A este fin solo se debe emplear agua clara, y

7

con preferencia la de fuente ó aljibe (1), y será bueno mezclarla con un poco de vinagre, aguardiente, rom ó espíritu de enebro, cuando se trata de beberla pura. A este efecto se mezclarán dos cucharadas

(1) Debe advertirse que no todas las aguas de fuente son potables y buenas en Mahon; hay muchas que son pesadas, perjudiciales, mal sanas y propias para producir males de la mas grave consecuencia, por ser ellas salitrosas. Las puras y saludables son las de la fuente de San Juan, aduanas, *plá de baxemá*, *consigna* y *cala-figuera* &c. Lo mismo debe hacerse presente con respecto á la de aljibe, pues aunque la agua de lluvia sea ia mas pura y sana de cuantas conocemos en esta Isla, es menester tener ciertas precauciones al recojerla en estos receptaculos á fin que no se convierta de pura que era antes de caer, en impura, dañosa y mortífera. Para evitar este inconveniente es preciso no recibir en ellos, las primeras aguas que caen, ni muy menos las que corren por las calles (como así lo acostumbran en muchas casas de Mahon), porque arrastran consigo todas las inmundicias que encuentran sobre los tejados y por su camino; se establece luego despues una fermentacion que las desnaturaliza y las constituye desagradables, mal sanas y perjudiciales. Son puras, saludables y ligeras las que no se reciben en el aljibe hasta haberse limpiado bien los tejados por las primeras aguas y las que no entran en él, despues de haber chorreado por las calles. Serán aun mucho mas potables, las que provengan de las segundas aguas, las que caen con el viento Sud y las de una lluvia suave. Por el contrario, deberán desecharse las primeras, que limpian la admósfera de todas las impuridades; como igualmente las de lluvia fuerte, las de chubascos y las del Norte; por haber demostrado la esperiencia, que estan siempre muy saturadas de hidro-muriato de Sosa, lo que las hace perjudiciales. Ademas de cuanto va aqui espuesto, es menester advertir que hay otras muchas precauciones que tomar, en particular sobre la construccion de las cisternas. La eleccion de los materiales empleados para fabricarlas es un objeto químico de la mayor importancia. No deben servirse para ello, de ninguna especie de yeso, pues de lo contrario, la agua mas pura y ligera se convertirá en impura y pesada por la cantidad de salenita que ella disuelve y se carga. Es menester igualmente procurar con mucho cuidado que los insectos que buscan los lugares húmedos no se establezcan en sus paredes, siendo tambien muy conducente sacudir las aguas de tiempo en tiempo si quieroo conservarlas buenas. Nos ha parecido oportuno hacer todas estas observaciones, á fin de instruir al que pueda ignorarlo, en las circunstancias que son necesarias para conservar las aguas de lluvia puras y precaverlas de toda corrupcion.

regulares de aguardiente ó una de vinagre por uno ó dos cuartillos de agua; sobre todo si la estacion es caliente, y se ve uno precisado á dedicarse á algun trabajo corporal que escitando la transpiracion, provoca la sed, y obliga por consiguiente á beber á menudo. En todo caso convendrá beber poco á la vez. El agua enrojecida, es decir, á la que se haya añadido un poco de buen vino, es tambien muy conveniente. Por fin, puede hacerse uso con ventaja de una agua ligeramente aromatizada con una infusion estimulante, tal por ejemplo, como la de mentha piperita ó de manzanilla; la que se prepara tomando una pulgada de mentha ó seis cabezas de manzanilla, por un cuartillo de agua hirviendo, á la cual se añadirá cuando se haya enfriado otro cuartillo de agua.

Es perjudicial el uso de tomar en ayunas aguardiente, en todo tiempo y particularmente ahora con la enfermedad actual. Las personas que hayan contraido este hábito, deberán comer algo aun cuando no fuese mas que un pedacito de pan antes de tragarse la copita de aguardiente. Lo mismo se entiende del vino blanco y de toda otra especie de bebidas espirituosas; debiendo ser siempre muy corta la cantidad que se beba. Es pernicioso el abuso de los licores, aun á las personas que sin hacer un uso habitual de las bebidas fuertes, cometen accidentalmente un solo exceso de esta clase. En las actuales circunstancias, el aguardiente amargo, es decir, preparado con las plantas amargas y aromaticas y tambien con el de agenjos, será preferible al aguardiente comun.

El vino de buena calidad tomado con moderación, es una bebida muy buena durante la comida y al fin de ella. Por esto vale mas beber mitad vino menos y escogerlo de buena calidad. Los vinos nuevos y agrios son mas perjudiciales que útiles, y el tinto es mas preferible al blanco. Los que tengan suficientes medios para no reparar en el gasto de una agua gaseosa, tal como la de Seltz natural ó artificial, harán bien mezclar el vino con esta bebida sana y agradable. La cerveza y la cidra, sobretodo cuando son recién hechas ó que no han fermentado bien, ó que son agrias: predisponen á los cólicos, á la diarrea y llegan á ser muy peligrosas. Lo que acabamos de decir se aplica con mas motivo todavia al vino dulce ó mosto. Al concluir estas observaciones, creemos de nuestro deber hacer mencion de algunos supuestos preservativos que las gentes tienen por eficaces y que sin embargo no dejan de ser inútiles y á veces perjudiciales. El alcanfor á quien se atribuyen tantas virtudes contra la enfermedad, tiene por menor inconveniente el de ser absolutamente inútil y ademas su uso casi nunca moderado, puede ejercer muy graves perjuicios sobre la economia animal. Lo mismo debe entenderse de los alcoolatos de todas especies y otras preparaciones que en realidad son unas verdaderas contribuciones, impuestas á la credulidad pública.

Conducta que ha de observarse cuando la enfermedad se declara en un individuo.

La esperiencia ha desgraciadamente probado que esta dolencia ataca á veces con tanta rapi-

dez é intensidad, que en un instante quita la vida al hombre mas sano y robusto, sin darle tiempo de llamar á un facultativo ni poder recibir de este el menor auxilio. Estos casos pero son afortunadamente muy raros.

La enfermedad empieza regularmente por ciertas señales ó síntomas que todos deberíamos conocer, porque la probabilidad de recobrar la salud depende en parte de la prontitud con que se administran los remedios oportunos. Inmediatamente que una persona se halla acometida por esta dolencia siente un cansancio ó sea flogedad en todos los miembros; cierta pesadez, vertigios y aturdimiento de cabeza; palidez del rostro, unas veces aplomado y otras azulado; facies especial con un modo de mirar extraordinario; ojos tristes; pérdida de apetito, mucha sed; opresion de pecho; sensacion penible en la boca del estómago; ruido de tripas, acompañado de dolores de la barriga y cursos de vientre de materias blancas acuosas; piel fria y seca, á veces cubierta de un sudor frio; sensacion de frialdad y calor en el espinazo.

Tales son las señales ó síntomas que presenta la enfermedad en su invasion; sin embargo, no siempre se observan con el órden que se acaba de esponer, ni todos en un mismo enfermo.

Luego pues que el paciente se sienta acometido con los mas de los síntomas arriba espuestos, llamará inmediatamente á un facultativo para que le prescriba con prontitud los remedios oportunos, á fin de cortar una enfermedad tan grave por su esencia, que sin auxilio se termina regularmente por la muerte.

En el caso que sea imposible procurarse un médico, queda probado por repetidísimos hechos, que el aceyte de almendras dulces ó en defecto de este el comun, es cuasi un especifico contra esta dolencia. Por consiguiente tomará el paciente en el acto de la invasion tres jicaras de aceyte de almendras dulces ó del comun, median-do de una á otra toma diez minutos; un cuarto de hora despues de la última toma (ó antes si el enfermo ha empezado á vomitar) beberá agua mas que tibia en abundancia hasta que rompa el vómito, y este se escitará introduciendo en la garganta una pluma mojada con aceyte; se cubrirá bien el enfermo con una manta, administrándole al propio tiempo algunas tazas de té compuesto con las flores cordiales, de salvia, manzanilla, romero &c.

Se frotará igualmente todo el cuerpo con un cepillo seco, ó con un pedazo de bayeta, ó bien se le harán continuamente algunas friegas con el alcohol alcanforado, brandy, rom &c. procurando siempre muchísimo descubrir lo menos posible al enfermo.

Se pondrán asimismo algunas tejas, ladrillos calientes y botellas llenas de agua hirviendo en las estremidades superiores é inferiores con el objeto de procurar la transpiracion, muy esencial en estas enfermedades; no olvidando pero de buscar al facultativo que conduzca y trate la enfermedad, segun los sabios principios del arte de curar.

Casas de Beneficencia.

Habrá una ó mas casas de beneficencia, se-

gun el número de enfermos, para recibir y curar á los pobres que no pueden tener ningun auxilio en sus casas.

Estos hospitales, mientras sea posible estarán situados fuera de la poblacion; procurando escoger aquellas casas mas grandes, mas cómodas y mas ventiladas.

Habrà en cada una de ellas un número de camas guarnecidas, correspondiente al de los enfermos evitando en cuanto se pueda, la acumulacion de enfermos en una misma sala.

El facultativo ó facultativos nombrados para la asistencia de dichos hospitales, dictará no solamente las medidas oportunas para la curacion de los enfermos, si que tambien los medios de precaucion ó de espurgo para mantener ilesa la salud de todos los asistentes.

Habrà en cada uno de los hospitales un correspondiente número de asistentes, enfermeros ó enfermeras para que no falte al paciente ninguna asistencia mecanica, tan esencial en estos casos.

Los alimentos que deben servir tanto para los enfermos, como para los asistentes, enfermeros, &c. serán de la mejor calidad.

Precauciones que se han de tomar en las casas particulares.

Tan luego como una persona se hallará acometida de la enfermedad, se la obligará á pasar en una de las casas de beneficencia si no tiene medios para ser asistida en su propia casa; en el caso contrario, se colocará luego en el cuarto mas

espacioso y ventilado de la casa, cuidando de llamar un médico con la mayor prontitud y de que no comuniquen con el enfermo, mas que las personas necesarias para su asistencia.

Si en la casa del enfermo hay personas suficientes para asistirle, estos cuidarán de practicar con la mayor exactitud y escrupulosidad cuanto prescriba el facultativo; y en el caso contrario será indispensable buscar personas inteligentes al efecto, proporcionadas siempre al número de los enfermos.

Sean de la clase que fuesen los asistentes cuidarán de hacer renovar el aire de cuando en cuando. Lo purificarán con el cloruro de sodium puesto en vasos por toda la casa y en particular en el aposento del enfermo, ó bien haciendo evaporar el vinagre en ollas de barro puestas sobre un ligero fuego, y cuando no, regarán los aposentos con este acido vegetal; lo que será mucho mas conveniente que las fumigaciones hechas quemando bayas de enebro, romero &c. ó las que se practican echando el vinagre sobre ascuas ó ladrillos bien calientes.

La materia de los vómitos y cursos se echará inmediatamente en el comun para evitar la acumulacion de miasmas, y se lavará el suelo con agua y vinagre para limpiarle de las inmundicias que los enfermos suelen dejar caer continuamente.

Las personas que deben rozar con el enfermo se lavarán de cuando en cuando las manos y se enjuagarán la boca con un poco de agua y vinagre ó mejor con un poco de cloruro de cal y agua.

Tanto en el caso de curar el enfermo como en el de morir se fumigará toda la casa por el método Guytoniano, cerrando todas las puertas y ventanas, y en particular el cuarto donde estaba el enfermo; se darán dos ó tres capas de cal por las paredes, y en seguida se lavará el suelo de la misma con agua y vinagre.

La paja de los colchones se quemará; las sábanas colchas, mantas &c. se espondrán al sereno por espacio de dos ó tres días, se mojarán con lexia, y despues colgadas en cuerdas dentro un cuarto bien cerrado se las dará una ó mas fumigaciones guytonianas, segun que el enfermo haya muerto ó curado. Igualmente convendrá practicarlo con las ropas de las personas que han asistido los enfermos ó que han rozado mucho con ellos.

Guardadas todas estas precauciones, se reserva á la Junta Superior de Sanidad, practicar todas las demas que conforme al parecer de los facultativos haya juzgado ser útiles y convenientes.

Mahon 18 de Octubre de 1834.—Rafael Hernandez.—Constantino Sancho.

A invitacion del Exmo. Sr. General Gobernador y Comandante general de esta Isla la Junta Superior de Sanidad de la misma ha acordado su impresion y publicacion á fin de que sus habitantes puedan disfrutar del beneficio de los sabios consejos que en este escrito van insertos.

MAHON: Imprenta de la Viuda é Hijo de Serra,
Octubre de 1834.

