

Algunas veces, sin embargo, sacamos gran partido de la compresion verificada sobre ciertas partes de nuestro cuerpo por algunas prendas de vestir. Un botin de lienzo, ó de franela, que estando bien ajustado á la pierna, produce en ella una compresion moderada y uniforme, cura fácilmente un edema de la misma, ya sea esencial, ya consecuencia de un reuma. Infinitos lumbagos hemos curado con la simple aplicacion de una faja algo apretada. Confesamos que en ambos casos no es extraña á la curacion la influencia del calórico.

Cambio de vestidos. Lo consideraremos bajo el punto de vista del enfermo que guarda cama y del que no la guarda.

Diremos acerca del primero, que la prudencia del médico es la que tiene que decidir, en la mayoría de casos, sobre este punto y del modo de verificarlo, porque tan solo es posible dar acerca del mismo, reglas muy generales que pueden modificar las circunstancias particulares de la enfermedad ó del enfermo. En efecto, unas veces debe sacrificarse la limpieza á un sudor que puede ser crítico, y que, por lo tanto, seria muy peligroso alterar: otras veces es necesario, á pesar del sudor, atender á la limpieza, verificándolo, empero, de cierta manera que no se oponga á aquel, segun manifestaremos muy pronto. ¿Quién se atreveria á disponer que mude de camisa un pulmoníaco que está sudando, y cuyo sudor sea quizás su salvacion, por el frívolo pretexto de estar sucia?

Hubo un tiempo en que no se permitia mudar la ropa en las calenturas eruptivas y contagiosas, especialmente en las viruelas, á pesar de lo sucia y asquerosa que está siempre por la gran cantidad de pus que fluye de las pústulas abiertas ya, y que secándose, pone la camisa tiesa y acartonada. En el dia ha desaparecido felizmente dicha práctica que tanto incomodaba á los enfermos, y se cambia la ropa, mediante, segun debe suponerse, las mas exquisitas precauciones, sin las cuales y demás circunstancias favorables no debe verificarse dicho cambio, por las fatales consecuencias que podria ocasionar una violenta retropulsion.

Cuando haya necesidad de mudar la camisa, durante el sudor, y se tema el enfriamiento de éste, se puede verificar sin inconveniente, metiendo por debajo de la camisa mojada, paños, servilletas ó toallas con las que se van envolviendo sucesivamente y por partes las piernas,

muslos, y demás puntos del cuerpo, de modo que cuando se quita al enfermo la camisa sudada, y se-le pone la limpia que se ha debido calentar previamente, se encuentra su cuerpo perfectamente cubierto de lienzos secos y calientes. Por lo demás, nunca debe olvidarse, que la limpieza de las ropas destinadas al uso del enfermo es un gran elemento de curacion, del cual debemos aprovecharnos siempre que no se opongan á ello circunstancias insuperables. Cómo las ropas de lana se empapan mucho del sudor y otras materias, deben cambiarse con frecuencia.

Ocupándonos ahora ya del cambio de vestidos del enfermo que no guarda cama, diremos en muy pocas palabras, que si una prudente higiene recomienda que se retarde la época de abandonar los vestidos de invierno para tomar los de verano, y que se anticipe, al contrario, la de dejar éstos para tomar de nuevo aquellos; con mas motivo deben observarse estas reglas por los enfermos en general, y especialmente por los que son muy susceptibles, débiles ó achacosos, ó se resfrian con facilidad. Nótese, sin embargo, que los robustos, lospletóricos, los de diátesis apoplética, los que padecen con frecuencia erisipelas, afecciones herpéticas ó eczematosas que se exacerban en los primeros calores de la primavera, en todos estos casos no seria muy oportuno cumplir estrictamente los mencionados preceptos de la higiene, los cuales están, por otra parte, muy bien fundados en las repetidas vicisitudes atmosféricas que se observan en las estaciones intermedias, con especialidad en la de primavera, tanto, que en rigor no puede decirse que haya verdadera primavera, ni verdadero otoño, algunas veces. Éste, sin embargo, está mas regularizado. Seria quizás mas conveniente á nuestra salud, que se nos acostumbrase desde el nacimiento á vestir ropas de invierno, sea cual fuere el clima en que viviésemos, pues de esta manera funcionando hasta cierto punto el órgano cutáneo con independencia de la atmósfera exterior, no se observarían tan á menudo cómo ahora, la supresion y otras alteraciones de la secrecion del sudor, origen de enfermedades tan graves cómo numerosas. Si á primera vista puede parecer exagerada esta idea, á buen seguro que no se calificará así, recordando el grande y hasta á veces fabuloso influjo del hábito. Establecido en el dia este régimen en nuestro ejército, que viste de paño en todas épocas, á pesar de no existir el hábito,

puede que algun dia los ilustrados facultativos castrenses, cuyo cuerpo disfruta hoy de una fama tan alta cómo merecida, dén su autorizado fallo sobre esta interesante cuestion de higiene.

Cama. Ésta es, segun expresion de Gintrac, el vestido médico del hombre enfermo, sirviéndole constantemente de apoyo durante sus largos dias de sufrimiento y debilidad. La parte de la vida que se pasa en ella, tanto en estado de salud, cómo de enfermedad, ha sido llamada por el célebre Virey vida *horizontal*, denominando en contraposicion vida *perpendicular* á la que pasamos fuera de la cama.

Debemos examinar en ella su necesidad en algunos casos, su elevacion, prendas que debe tener, materiales de que deben ser éstas formadas, y su colocacion, inconvenientes de la larga permanencia en ella y casos de indicacion y de contraindicacion, exceptuándose, cómo se supone, en estos últimos las horas de sueño.

Si la cama es útil en la inmensa mayoría de enfermedades, preciso es confesar, que en algunas otras es de *necesidad absoluta*, pues sin ella, ú otro medio que la supla mas ó menos, seria imposible obtener la curacion: tal sucede en las fracturas de las extremidades inferiores, desmayos, asfixias, metrorragias copiosas etc., porque lo primero que se necesita es el perfecto descanso y quietud del cuerpo. La tendencia irresistible y casi automática con que buscamos la cama en muchos casos de enfermedad, por esa sensacion de malestar indefinible que se experimenta, sobre todo cuando existe calentura, nos prueba con evidencia que sin ella serian infructuosos los otros medios de curacion.

Si bien la cama ha de elevarse en casi todas las enfermedades, por lo menos una vara sobre el suelo, debe, sin embargo, en algunos casos estar colocada en el pavimento, á cuyo objeto se suprimen los banquillos, ó se ponen tendidos. Nos referimos á aquellos enfermos que padecen epilepsia, histerismo, ó cualquier otra clase de convulsion, la cual presentándose de pronto, y no siendo fácil que el paciente tenga un vigilante á todas horas del dia y de la noche, puede la altura del lecho ser causa de que caiga al suelo, se rompa ó disloque algun hueso ó se lastime de una manera mas ó menos grave; cuyas contingencias se evitan fácilmente con un medio tan sencillo, cual es colocar la cama en el piso de la habitacion, cuidando, cómo es de suponer, que éste no tenga humedad.

Las prendas de que ha de constar una cama y materiales que deben formarla, son las siguientes. Dos banquillos de hierro pulimentado con el objeto de obtener el mayor grado posible de limpieza, y porque el hierro no es contumaz, es decir, que no retiene los principios contagiosos. Podremos valernos, en su defecto, de los de madera pintada al óleo y barnizada. Si se tratase de camas de hierro completamente armadas, seria conveniente que tuviesen ruedas en los piés por la gran comodidad que resulta, ya para la limpieza ya para otros objetos, de poder dar fácil movimiento á las mismas; en defecto de barrotes de hierro con muescas que encajen en otras correspondientes de los banquillos, se usarán tablas con la pintura y barniz que hemos recomendado para los bancos de madera: encima de éstos se colocará un jergon de paja comun ó de las de maiz ó de arroz, y en seguida uno ó dos colchones de cerda ó de crin, y en su defecto, de lana, y de ningun modo de pluma, pues ésta tiene el grave inconveniente de acumular una gran cantidad de calórico al rededor del cuerpo, el cual queda cómo hundido ó enterrado en la cama, especialmente cuando ésta se halla sobradamente mullida, cuya excesiva cantidad de calórico es perjudicial en muchos casos, y en particular en los de enfermedades calculosas, nefritis, congestiones y hemorragias. Se dá la preferencia á la cerda y al crin, por ser menos calientes y contumaces; á pesar de eso los colchones de lana son los mas comunes, si bien tienen los mismos inconvenientes que los de pluma, aunque en menor escala. Sea cual fuere la clase de colchon que se use, es preciso que la superficie no presente ni abolladuras ni hundimientos, sinó que esté lo mas igual que sea posible, exigiéndose sobre todo esta última circunstancia, acompañada de cierto grado de dureza de la cama, en los casos de fractura de las extremidades inferiores, pues de no ser así, es mas que probable la viciosa consolidacion de la misma. Las sábanas es preferible que sean de lienzo en verano y de algodón en invierno; las cubiertas de la cama serán proporcionadas á la estacion, enfermedad y hábito del enfermo, á quien nunca debe oprimirse bajo el peso de exagerados abrigos, con la idea de obtener el sudor, pues el que se alcanza con estos medios violentos en lugar de aliviar al paciente, le desazona y fatiga. Así pues, bastará en verano la sábana sola ó acompañada de una colcha ó cubrecama, y en invierno de una ó dos man-

tas de lana mas ó menos gruesa segun el frio , pues á la buena cualidad de pesar poco , reunen las de pegarse mucho al cuerpo y ser muy calientes , debiendo por razones contrarias desterrar el uso de las colchas rellenas porque no se adhieren al cuerpo y son muy pesadas en proporcion de lo que abrigan. Las almohadas deben tener las mismas condiciones que los colchones.

La cama debe por lo comun estar colocada de manera que forme un plano horizontal , prescindiendo , cómo se supone , de la elevacion que debe formar la almohada. Hay casos , sin embargo , en que el cabecero debe estar mucho mas elevado que los piés formando un plano inclinado hácia éstos , y en otros la inclinacion de dicho plano debe ser desde los piés ó el centro de la cama hácia el cabecero , con el fin de evitar en ambos casos el acúmulo de sangre hácia órganos determinados , debiendo adoptar el primer medio en las congestiones cerebrales , y el segundo en las metrorragias. Hay otros casos en que la inclinacion del plano debe ser mucho mas pronunciada , en términos de que los enfermos estén incorporados ó sentados en la cama , necesitando el apoyo de cuatro ó cinco almohadas , en cuyo caso se encuentran los que padecen hemoptisis rebeldes , ó asma ya esenciales , ya sintomáticos.

La permanencia prolongada de los enfermos en la cama produce graves inconvenientes , cuales son especialmente la formacion de las úlceras por decúbito , en los puntos mas salientes del cuerpo , dependientes de la compresion que éstos sufren , mortificándose la piel , cuyo fenómeno acontece mas particularmente en las calenturas tifoideas por la alteracion de la sangre que en ellas se presenta. Se observan con mas frecuencia esas escaras y úlceras en la region del sacro , y en la de los grandes trocanteres. Para evitar este inconveniente , así cómo el del contacto de la orina y demás materias excretadas con el cuerpo , que tanto favorece la produccion de dichas úlceras , es necesario poner en la cama , con el objeto de recoger dichas materias , un hule ó una piel adobada de ciervo ó cabrito , limpiándolos á menudo , ó renovándolos de cuando en cuando. Pueden suplirse estos medios por la conveniente aplicacion de almohadillas comunes , ó de goma elástica , con un agujero central , todo con el objeto de que no sufran compresion alguna ciertas partes. Usanse en el dia ingeniosas camas mecáni-

cas que á mas de ocurrir á estos últimos inconvenientes, y de permitir que el enfermo evacue el vientre con la mayor comodidad y limpieza, sin necesidad de hacer el menor movimiento activo en la cama, tienen la inapreciable ventaja de imprimir al cuerpo del enfermo el movimiento que se quiera y fijarle la posicion que convenga, circunstancias muy ventajosas en las fracturas, especialmente de las extremidades inferiores.

Segun hemos dicho antes, la cama es necesaria en algunos casos, y útil en otros, debiendo añadir que así cómo es un medio tónico para el enfermo que tiene una debilidad hija de una dolencia aguda, segun ocurre en una calentura adinámica, es un poderoso debilitante en los casos de enfermedades esténicas por la rebaja de excitacion y del movimiento de los órganos, debida á la quietud general del cuerpo. Si á los dos mencionados casos reunimos los de enfermedades crónicas, acompañadas de un grado de debilidad tal, que no permite al enfermo siquiera sostenerse de pié, reuniremos un largo catálogo de enfermedades, ó sea la inmensa mayoría, en las cuales está indicado el uso de la cama.

Al contrario, la dilatada permanencia en ésta es muy perjudicial á los escrofulosos, raquíticos, escorbúticos, á los que tienen el vientre perezoso, á los que padecen con frecuencia congestiones, y en una palabra, á todos los que sufriendo enfermedades crónicas, no está en ellos tan graduada la debilidad, que les llegue á impedir la progresion; pues así cómo en estos casos, el movimiento combate bien la debilidad, la permanencia en la cama la aumenta: de ahí aquel tan vulgar como verdadero adagio « la cama come. »

Es muy sabida la práctica que usaba Sydenham, de hacer levantar de la cama hasta en las enfermedades agudas, á los enfermos, cuando tenian mucha calentura, aunque estuviesen muy débiles, con el objeto de que la disminucion de calórico que se experimenta al dejar la cama, rebajase el estado de calentura. En el dia se halla abandonada esta práctica.

Para completar todo lo que hace referencia á la cama, diremos, que en los casos de concentracion de fuerzas, se obtienen muy buenos resultados aplicando al cuerpo paños, bayetas, ladrillos, botellas calientes, y demás clases de calentadores.

Es innecesario advertir, que lo mismo en los vestidos que en la cama y las habitaciones de los enfermos, debe reinar bajo todos conceptos, la mas exquisita limpieza, desterrando, sin embargo, la mala costumbre de fregar muy á menudo y dejar húmedos los suelos.

LECCION XXIII.

Baños. — Excreta.

Baños. Llámase baño la accion de sumergir todo el cuerpo, excepto la cabeza, ó una parte de él tan solo, en diferentes sustancias líquidas ó gaseosas, y la de cubrir dichas partes con sustancias sólidas, ya secas, ya húmedas, permaneciendo el cuerpo en medio de todas ellas generalmente por mas ó menos tiempo. De esta definicion, que comprende toda clase de baños, excepto, hasta cierto punto, los eléctricos, de que nos ocuparemos en la terapéutica quirúrgica, se deduce no solo que pueden ser líquidos, gaseosos y sólidos, segun las materias de que nos valgamos, sinó tambien que los hay *comunes*, *simples* ó *no medicinales*, cuales son los de agua ya líquida, ya en estado de vapor, y hasta podria decirse de los sólidos que obran tan solo por la temperatura ó por su poder absorbente; y que los hay tambien *medicados* ó *medicinales*, y son aquellos que obran por una virtud intrínseca distinta del calórico y de dicho poder absorbente, cuyos requisitos pueden encontrarse en la leche, aceite, vino, orujo de la uva ó de la aceituna, etc., y sobre todo en el agua cargada de diversos principios medicinales ya natural ya artificialmente. Adviértase no obstante, que cuando se habla de baños *simples* ó *comunes*, se hace referencia á los de agua líquida y pura, por darse á los otros los nombres particulares de *baños de vapor* y *sólidos*.

Baños líquidos simples. Si bien no puede dudarse que estos baños se usan en mayor número cómo medio higiénico, sobre todo en verano, que cómo medio terapéutico; sin embargo, la medicina propiamente curativa apela á ellos con muchísima frecuencia.

Aunque algunos autores de terapéutica se ocupen de los mismos en la parte farmacológica, por usarse á menudo cargados de alguna sustan-

cia medicinal; no obstante, cómo obran muchas veces tan solo por la temperatura, nos parece mas oportuno ocuparnos de ellos en la diética, así cómo de los gaseosos y de los sólidos que no llevan principio alguno medicinal, dejando para la materia médica los que deben su virtud á dichos principios.

Divídense estos baños en generales ó enteros y parciales. Consisten aquellos en sumergir en el agua todo el cuerpo, excepto la cabeza, ó por lo menos la cara, para que el enfermo pueda respirar, al paso que en éstos se inmergen tan solo una ó mas partes del cuerpo. Llámanse *semicupios* ó *medios baños* los que llegan hasta el ombligo: *baños de asiento* cuando quedan inmergidos la pelvis y mayor ó menor parte de los muslos: *maniluvios* cuando se inmergen las manos, ó manos y antebrazos: cuando son los piés, ó piés y piernas los sumergidos, se llaman *pediluvios*. Hay tambien baños parciales para los ojos, que se toman en unas bañeras de cristal ó porcelana, muy parecidas á las copas para licores, y que tienen la boca elíptica y escotada.

Una de las mas interesantes divisiones de los baños es la de frios, templados y calientes.

Baños frios generales. Entiéndese por baño frio aquel cuya temperatura es de 10 á 20 grados. Debemos estudiar en ellos dos períodos distintos, el de accion y el de reaccion. Aquel es la expresion de los efectos producidos inmediatamente sobre nuestro cuerpo, por la aplicacion del agua fria, y éste lo es de los que se verifican mediata ó indirectamente, en virtud de la reaccion ó lucha que se establece entre el principio vital ó conservador de nuestra economía, y el frio, agente anti-vital ó destructor tipo.

En dicho primer período, que dura tanto cómo la inmersion del cuerpo, sustrae de éste el agua fria una cantidad de calórico libre, que es tanto mayor quanto es éste mas excesivo, y mas baja la temperatura del agua. Cómo ésta produce una notable concentracion, la piel se presenta pálida, fria, contraida, formando grande relieve los bulbos de los pelos, á cuyo fenómeno se dá el nombre de *carne de gallina*: la sangre abandona precipitadamente los vasos capilares de la extensa superficie cutánea, acumulándose de igual manera en los grandes troncos de las cavidades y en el parénquima de las vísceras: lo mismo sucede respectivamente en el sistema linfático, cuyo líquido es repelido

de la superficie y se aglomera en los vasos interiores, y mas especialmente en los ganglios de aquel nombre: la delicada trama nerviosa de la piel sufre una titilacion mas ó menos considerable que se transmite á los grandes troncos. Todos estos fenómenos coinciden con el espasmo y cerrazon de las bocas exhalantes del cutis, los cuales, y mas particularmente la referida titilacion nerviosa, dan lugar al tiriteo mas ó menos pronunciado é involuntario, que hasta puede llegar á convertirse en convulsion, que experimentamos en el primer momento de zambullirnos en el agua fria. Al mismo tiempo se nota una opresion en el pecho que dificulta algun tanto la respiracion, y cómo consecuencia de la disminucion de vitalidad en la piel, se aumentan la secrecion y excrecion urinarias.

En el segundo período ó de reaccion, que tan solo se presenta cuando el baño no es excesivamente frio ni largo, y el sugeto está dotado de cierto grado de fuerzas, se presenta un movimiento y fenómenos enteramente opuestos á los del primero, supuesto que se dirigen desde el centro á la circunferencia, á la cual llevan el calor y la vida que habian sufrido una considerable disminucion. Ese juego, pues, de accion y de reaccion nos explica el efecto tónico indirecto de los baños frios.

De lo expresado se deduce, que dichos baños pueden producir dos efectos enteramente opuestos, debilitante el primero y tónico el segundo. Obtiénese el primero, cuando no se presentan circunstancias favorables á la reaccion, cuales son, segun se ha dicho antes, las excesivas duracion y frialdad del baño y la debilidad del enfermo muy pronunciada. Esta clase de baños es perjudicial, y no se emplea, por consiguiente, cómo medio terapéutico, al paso que es de una inmensa utilidad y uso muy frecuente, cuando sobreviene la reaccion, por ser muchos los casos en que nos aprovechamos de este agente tónico. En tal sentido, pues, están indicados en las escrófulas, raquitis, clorosis, anemia, escorbuto, y en todos aquellos casos en que se presenta una marcada debilidad, hija de un método de vida desarreglado, de los excesos en la venus y especialmente de la masturbacion, ó de una enfermedad cualquiera. Es preciso en todos estos casos, que los baños sean muy cortos para que sobrevenga la reaccion, y no exponernos á obtener un efecto enteramente opuesto al que deseamos; por esto se dis-

pone que los baños que toman los niños escrofulosos, sean cortos, y si es mucha la debilidad, que sean de mera impresion; es decir, que consistan en meter y sacar alternativamente del agua al niño, con cuyo proceder es segura la reaccion.

El movimiento del agua aumenta el efecto tónico por los sacudimientos que produce sobre nuestro cuerpo, de modo que un baño frio tomado en una tina es menos tónico que el que se toma en alberca ó estanque; los que se toman en las acequias ó en los rios, lo son mas que los anteriores por el empuje del agua corriente: los que se toman en el seno de las montañas en medio de un aire puro, balsámico y agitado, son tambien muy tónicos, siéndolo, por fin, todavía mas los que se toman en la mar, y en particular si el enfermo es nadador, ya por el empuje de las olas, ya por la mayor densidad del agua, ya tambien por las sales que contiene.

De lo dicho se deduce claramente, que los baños que se toman en la mar, cuando está en calma, no son tan tónicos cómo cuando está agitada, con moderacion se entiende; pues cuando lo está en demasía, seria una imprudencia bañarse. El efecto tónico sube de punto y llega á su mayor grado cuando el bañista se coloca en la rompiente de las olas, punto donde principalmente deben colocarse los niños escrofulosos. Ya que de niños hablamos, y siendo muy frecuente que les infundan no solamente miedo, y antipatía, sinó hasta horror los baños de oleaje, cuando los toman por primera vez, no será por demás que hagamos una ligera advertencia para obviar este inconveniente. Consiste en coger al niño de la mano y acompañarle dando paseos á lo largo de la orilla, á mayor ó menor distancia del punto á donde alcanza el agua del ola que se ha roto ó estrellado. Poco á poco y casi insensiblemente se le va acercando al agua hasta que bañe ya ésta sus piés. Se sigue del mismo modo sin precipitarse de manera que la misma le alcance ya el tercio inferior, mitad de la pierna ó rodilla, y así sucesivamente hasta que se le ha quitado al niño el miedo y horror al agua, miedo y horror que se convierten á no tardar en placer, en jugar en el agua, y hasta en resistirse á salir de ella. No hay que empeñarnos, pues, en semejantes casos en sumergir de repente á los niños en la mar, porque no lograríamos la reaccion que se desea, y además les continuaria el horror al baño.

El Dr. Cil cree que el movimiento del agua obra tambien cómo un electróforo, descargando al cuerpo de un exceso de electricidad. Los buenos resultados que se obtienen de los baños frios en varias afecciones del sistema nervioso, v. gr. las convulsiones, manía, hipocondría etc., se atribuyen á la impresion que hemos dicho verificarse en la trama nerviosa del órgano cutáneo, y que se transmite á los grandes troncos, así cómo el buen efecto de los mismos en los casos de plétora por rarefaccion, se debe á la sustraccion de una mayor ó menor cantidad de calórico libre.

Dichos baños están contraindicados en las personas muy robustas y pletóricas, en las de diátesis apoplética, en los hemoptóicos, en los tísicos ó simplemente en los delicados de pecho, en los que padecen aneurismas del corazon ó grandes vasos, en los asmáticos, en las embarazadas, en el período menstrual ú otro flujo habitual ó periódico, en los casos en que se puedan verificar repercusiones, en los gotosos, reumáticos, en los muy nerviosos y sensibles, y finalmente en los viejos. Suponen algunos que los baños frios son tan perjudiciales á los habitantes de los climas calientes cómo provechosos á los del Norte, atribuyendo esta diferencia á la menor sensibilidad y mayor hábito de sufrir el frio que tienen éstos. Eso necesita confirmacion.

No deben tomarse baños de ninguna clase, estando recién comido, y sí solo despues de hecha la digestion, á no ser que se tratase de casos urgentes. Debe estar el cuerpo completamente descansado y sin sudor, en el momento de entrar en el baño, en el cual permanecerá por espacio de 5 á 10 minutos si los baños son de tina ó bañera, aunque pueden prolongarse algo mas en la manía; pero si son de rio ó de mar en los que se verifican movimientos y hay por lo tanto, mas reaccion, pueden durar hasta media hora. Si el estado del pulso, de la respiracion y del calor anunciase un síncope, debe sacarse al enfermo inmediatamente del baño. Sin necesidad de que llegue este caso, tenemos una señal que nos indica el momento en que debe abandonarse el baño, y es cuando un temblor ó estremecimiento vienen á sustituir á la sensacion de bienestar que en él se experimenta. Es necesario, no solo en éste, sinó en toda clase de baños, enjugarse perfectamente la piel y hasta darse algunas friegas secas en la misma con el fin de provocar la reaccion. A veces conviene meterse en cama al salir del baño.

Baños frios parciales. Producen muy buenos resultados cuando está indicada la accion de los astringentes y repercusivos sobre una parte determinada del cuerpo. Por eso se prescriben los baños de asiento frios para contener flujos hemorroidales ó uterinos de carácter pasivo; los de las articulaciones en los casos de luxacion, los de cualquier parte del cuerpo en las contusiones y quemaduras, advirtiendo que cuando obra el traumatismo ó la accion del calórico, debe apelarse al baño muy pronto y por mucho tiempo seguido, pues en faltando cualquiera de estas dos condiciones, sobreviene una reaccion mas ó menos fuerte, que hace no solo inútil, sinó hasta perjudicial la aplicacion del agua fria. No creemos prudente aconsejar, cómo lo hacen algunos, el uso de los maniluvios frios para contener las hemorragias del pulmon, pues si algunas veces las han contenido, hemos visto muchos casos en los que las han reproducido ó aumentado por la súbita repercusion de la sangre de los capilares del cutis de las manos, ó manos y antebrazos á dicho órgano, congestionándolo mas de lo que se encuentra en aquel momento.

Baños templados generales. Llámase baño templado aquel cuya temperatura está en relacion con la sensibilidad de nuestro cuerpo, de modo que nos causa una sensacion agradable, sea cual fuere la estacion. Esto nos indica claramente que el único termómetro que debe fijar la temperatura de dicho baño, es la sensibilidad especial de cada enfermo que debe tomarlos, siendo del todo inútil el termómetro fisico, en razon de que un baño templado que quisiésemos fijar, por ejemplo, de 20 á 25° R. para un sugeto determinado, seria frio para otro, y caliente para un tercero. Para fijar el temple que debe tener un baño de esta clase, se sigue la costumbre de que meta el enfermo en el mismo una de sus extremidades superiores hasta el codo, fijando para la temperatura del baño la que le cause una sensacion de placer ó bienestar. Por esta razon se conoce tambien esta clase de baño con el nombre de *higiénico* ó *de placer*.

Sus efectos en la economía son menos notables y exagerados, y por consecuencia, menos eficaces y mas inocentes que los frios y los calientes por razones muy fáciles de comprender; esto no es decir que dejen de ser un medio terapéutico de mucha importancia; pero sí aseguraremos, que así cómo hay medicamentos heróicos y otros no he-

róicos, hay tambien baños que pueden asimilarse á las dos mencionadas clases de medicamentos, correspondiendo los baños generales frios y los calientes á los heróicos y los templados á los no heróicos. Sus resultados, pues, ya primitivos ya secundarios se limitan, despues que han limpiado la piel, á poner ésta mas blanda, suave y esponjosa, y por lo tanto, mas dispuesta á la absorcion y á la exhalacion, á cuyos fenomenos acompaña una ligera excitacion en la misma, y estas circunstancias reunidas favorecen sus importantes funciones, se equilibra el calórico general del cuerpo, se absorbe cierta cantidad de agua, se regularizan las funciones, los movimientos son libres y expeditos, en una palabra, se experimenta una sensacion de bienestar.

El uso continuado de estos baños produce un efecto emoliente, debilitante y calmante, debido á la relajacion que operan primero en la piel y despues en los órganos interiores, y el cual es proporcionado á la mayor ó menor cantidad de agua absorbida. Otras veces, sin embargo, el baño templado produce efectos tónicos: tal sucede cuando está el cuerpo muy cansado, ó muy molido, por haber pasado mucho tiempo encogido, durante un viaje en un coche estrecho y de pocas comodidades, por ejemplo; pues en este caso un baño templado hace desaparecer esa especie de entorpecimiento y debilidad, que se apoderó de nuestro cuerpo, quitando á los músculos y partes fibrosas de las articulaciones, el envaramiento y rigidez de que son presa; y restituyéndoles la antigua flexibilidad, movimiento y fuerza. Por lo demás, cómo sus efectos son, por punto general, debilitantes, segun queda expresado, están indicados en las enfermedades de exceso de fuerzas, en las inflamaciones agudas, principalmente de las vísceras situadas en la cavidad del vientre, siendo por lo tanto de uso muy comun en la peritonitis, nefritis, enteritis, cistitis, metritis, etc.: combaten tambien con gran ventaja los reumatismos agudos y las irritaciones nerviosas: durante la preñez pueden evitar el aborto, y en el acto del parto facilitan la terminacion de éste, cuando es tardo por la rigidez uterina.

Están contraindicados en todos los casos de debilidad, cómo escrófulas y raquitis, en las hidropesías pasivas, en los flujos mucosos y sanguíneos de igual carácter; en los linfáticos, convalecientes, viejos, y en otros análogos.

Baños templados parciales. Son muy útiles en todos aquellos ca-

sos en que sea necesario rebajar el aumento de vitalidad de un punto determinado del cuerpo, supuesto que obran cómo unos poderosos emolientes. Así, pues, nada mas propio para cortar los incómodos tenesmos rectal y vesical, que los baños de asiento templados, siendo igualmente útiles en todas las irritaciones é inflamaciones de los órganos contenidos en la pequeña pelvis, ó las de cualquier punto del tegumento y de las membranas mucosas, especialmente en los de comunicacion con el exterior, y para que den mucha sangre las picaduras de las sanguijuelas. Compréndense en esta clase de baños, los fomentos y cataplasmas emolientes, cuyo uso es tan comun en las enfermedades inflamatorias externas. Están, en su consecuencia, contraindicados en los casos de debilidad y laxitud de la fibra de todo el cuerpo ó de alguna de sus partes, cuyo estado aumentarían. Cúidese de no emplearlos en los flujos pasivos de cualquier naturaleza que sean. Cómo es tan crecido el número de mujeres que padecen leucorrea, sobre todo en los puntos húmedos, es necesario que al disponer baños de asiento templados á una mujer, nos enteremos de si padece dicha enfermedad, que podríamos aumentar fácilmente con los mismos, de los cuales prescindiremos en tal caso, si es posible. La duracion de los baños templados es por lo comun de media hora.

Baños calientes generales. Son baños calientes aquellos cuya temperatura es de 25 á 30° y mas R. Prodúcese al entrar en ellos, la sensacion de un intenso calor, la piel se pone colorada, las venas se hinchan, inyéctanse los ojos, se anima la fisonomía, la respiracion es acelerada, báñanse de un copioso sudor las partes que están fuera del agua, especialmente la cabeza; en una palabra, producen efectos altamente estimulantes, seguidos de un sudor, que cuando es muy copioso, los convierte en debilitantes. Los efectos de esta clase de baños pueden traspasar los límites que les acabamos de señalar, pues si recaen en personas dispuestas á las congestiones ya pulmonares, ya cerebrales, es fácil que produzcan instantáneamente la muerte á consecuencia de una de éstas, ocasionada por el extraordinario enrarecimiento que el exceso de calórico produce en la sangre. ¡Cuántos han salido cadáveres de un baño muy caliente, ó han fallecido poco tiempo despues! Nótese que los mismos efectos desastrosos puede producir un baño muy caliente, que otro muy frio. En efecto, así cómo en aquel

son debidos á una plétora por rarefaccion, éste los ocasiona por la retropulsion brusca y súbita de la sangre á los órganos interiores, especialmente á los de textura mas blanda y esponjosa, cómo son el cerebro y pulmones; y de ahí las congestiones y derrames de uno y otros, que tan fácilmente pueden ocasionar la muerte.

Están indicados en todos los casos en que convenga producir un fuerte estímulo en la piel y en la economía, y mas especialmente en los reumatismos crónicos, en la declinacion de los agudos y en las parálisis. Recordemos, sin embargo de lo dicho, que si la temperatura del agua es muy elevada, en lugar de aliviar estas enfermedades, particularmente los dolores gotosos y los reumáticos, puede no solo exacerbarlos, sinó tambien reproducirlos. Cúidese, pues, de evitar que la temperatura sea demasiado elevada.

Están contraindicados en las flegmasias agudas de la piel, tejido celular, músculos, y demás sub-yacentes, así cómo tambien en las de los órganos interiores, calenturas inflamatoria y biliosa, hemorragias activas, etc. Las circunstancias individuales de temperamento sanguíneo, constitucion robusta, estado pletórico, diátesis apoplética, y el haber padecido ya congestiones cerebrales ó de los pulmones, contraindican en alto grado el uso de los baños calientes, por las razones que se acaban de expresar.

Su duracion debe ser de unos 15 á 30 ó 45 minutos, segun los casos, vigilando siempre muy de cerca sus efectos.

Baños calientes parciales. Son útiles ya por el estímulo que provocan en la parte, ya por su accion revulsiva: es muy conocida la eficacia de los baños de asiento calientes para excitar el flujo hemorroidal suprimido, así cómo la de los pediluvios de igual clase, para llamar de nuevo los flujos menstruo, ú loquial, cuando han desaparecido inopuntamente; nadie ignora por fin, el uso tan vulgarizado de los mismos para prevenir ó curar ligeros estados congestionales del cerebro, y en general cualquier dolor de cabeza, no menos tambien que para llamar á su primitivo sitio los dolores reumáticos ó gotosos retropulsos.

Entiéndase lo mismo relativamente á los maniluvios para las afecciones congestionales y hasta nerviosas de los pulmones. Por esto producen buenos resultados en las hemoptisis, bronquitis con notable disnea, y hasta en los verdaderos ataques de asma, ya primitivos ya sintomá-

ticos, pues desviando y llamando á los capilares de los ante-brazos y manos, gran parte de la sangre ó del estímulo nervioso aglomerados en el pecho, se verifica la respiracion con mas libertad. Por último, los baños parciales pueden ser de mayor duracion que los generales.

Vamos ahora á ocuparnos de otras variedades de baños que corresponden á la clase de los líquidos, y son el *chorro*, *afusion*, *baño de golpe*, *aspersion*, *irrigacion*, y finalmente *la lluvia artificial*. Tienen de comun todos ellos producir los mismos efectos tocante á la temperatura; pero se diferencian por los diversos resultados de la especie de impresion ó conmocion nerviosa que el choque mas ó menos violento del agua ó su mayor ó menor extension causan en nuestra economía.

Chorro. Entiéndese por éste una columna mas ó menos gruesa de agua que dá sobre alguna parte del cuerpo, con diversa fuerza y en distintas direcciones, produciendo en la misma, un sacudimiento ó percusion mas ó menos notables. La fuerza de dicho sacudimiento está en relacion con el diámetro de la columna del líquido y altura de donde cae, ó mas en general, segun la fuerza que lleva el líquido, pues se comprende con facilidad, que será mayor el efecto contusivo de la columna, cuanto mayor sea su diámetro, y mas considerable la altura de donde se precipita, en virtud de la impulsión que va cobrando en la caída, cómo sucede á todos los cuerpos graves. Hemos dicho que el chorro puede tener varias direcciones; así es que los hay descendentes, que son los mas comunes, ascendentes, horizontales y oblicuos. Los efectos, pues, de los chorros de agua pura dependen de la temperatura del líquido y de la fuerza de percusion. Tanto los inmediatos cómo los mediatos tienen mucha analogía con los que producen las diversas clases de baños que llevamos estudiadas, yendo éstos acompañados de una mayor ó menor agitacion del agua, siendo, sin embargo, mas enérgicos los efectos del chorro, por existir en éste una verdadera contusion que no existe en aquellos. Cae el líquido sobre un punto determinado del cuerpo, y lo contunde: verificase en su consecuencia una reaccion en la delicada trama de los filamentos nerviosos y del enrejado vascular del cutis: dicha reaccion se comunica á los órganos subcutáneos; á los contenidos en el centro de los miembros y hasta en la profundidad de las cavidades esplánicas, aumentándose,



por lo tanto, la vitalidad en primer término en la piel que recibe el chorro, y en los tejidos situados inmediatamente debajo de la misma, y en segundo término en los mas profundos. Dicho aumento de vitalidad se revela principalmente por la mayor energía de la circulación capilar y del trabajo de absorción.

De ahí la indicación de esta clase de baños en la frialdad, apatía y anestesia de la piel, así como en los infartos, induraciones, congestiones, infiltraciones, quistes, y en una palabra, en toda clase de tumores formados por la estancación de la sangre ó linfa, acumulación de gordura ú otros cuerpos cualesquiera, para cuya curación sea necesario activar la acción del sistema absorbente. Teniendo fijo, según queda expresado, que la temperatura del agua es uno de los elementos de acción de los chorros; diremos, que los frios, obrando como sedativos, repelen la sangre y otros líquidos de puntos determinados, rebajando, por consiguiente, su actividad; por eso obtenemos buenos resultados de los chorros frios sobre la cabeza en los casos de excitación cerebral y sobre las hernias atragantadas para obtener su reducción; y que los calientes por la enérgica excitación que producen, dan resultados muy favorables en la hemiplejia, paraplejia ú otra parálisis cualquiera, dirigiendo la acción del chorro sobre la cabeza, nuca, columna vertebral ó sobre un hombro, brazo, ú otra parte del cuerpo. Iguales resultados se obtienen muy á menudo en los reumatismos crónicos.

Las contraindicaciones de los chorros surgen de la disposición anatómica de las partes y de diferentes enfermedades ó inminencia de las mismas. En efecto, no deben dirigirse aquellos sobre órganos muy sensibles y delicados, cuales son los ojos, mamas, testículos y epigastrio, así como tampoco en general, sobre aquellos que no ofrezcan un plano óseo que pueda aminorar los efectos de la contusión, pues en las dos series de casos referidos, no sufren los órganos impunemente la acción de ésta. Por lo que toca á los casos de enfermedad que repugnan el chorro, los reduciremos á cuatro, á saber: dolor nervioso fuerte, inflamación, inminencia de gangrena, y aneurisma en los puntos que deben sufrir la percusión y en sus inmediaciones; pues se comprende fácilmente que ésta podría agravar los referidos estados.

Cómo es frecuente el uso de los chorros estando los enfermos en un

baño comun , ó inmediatamente antes ó despues de éste, debemos advertir, que si el chorro es caliente , se toma el baño despues de éste , prolongando, sin embargo, su accion durante el mismo ; en este caso la temperatura del baño suele ser algunos grados mas baja que la del chorro. Si éste es frio y el baño templado , no se usa aquel , hasta que el enfermo se halle ya en éste , cuidando entonces por medios muy sencillos , cuales son , la colocacion de hules ó sábanas al rededor del cuello , que el agua fria que se echa á la cabeza , no enfrie la del baño , siendo necesario añadirle otra caliente , si esto sucediese.

La duracion y repeticion de los chorros están subordinadas á varias circunstancias especiales , debiendo , sin embargo , decir que su duracion media es de diez á veinte minutos.

Afusiones. Éstas solo se distinguen de los chorros , en que el agua está repartida en una superficie muy extensa , siendo , por lo tanto , la percusion menor , pero mayor su esfera de accion , de modo que podria decirse , que pierde en profundidad lo que gana en superficie : distingúense además , en que el agua cae de menor altura que en el chorro , y que se usa generalmente fria , con el objeto de obtener un efecto sedativo , como se verifica en algunas calenturas con gran desarrollo de calórico. Es , sin embargo , medio poco usado.

Baño de golpe. Consiste en echar de una manera brusca é instantánea sobre el cuerpo , y especialmente sobre la cara , una cantidad de agua comunmente fria , á la cual comunicamos mucha fuerza por la violencia con que se la arroja , por medio de la cara palmar de la mano , formando hueco , ó de una jícara , vaso , taza , jarro , etc. Su efecto es producir una fuerte impresion é inesperado sacudimiento , á consecuencia del cual se verifica mas ó menos pronto , á veces al primer golpe , una ancha y prolongada inspiracion que reanima la circulacion entorpecida ó próxima quizás á abolirse , y despierta la sensibilidad general.

Se usa con buen resultado en los desmayos , síncope y asfixias. Cúidese de cubrir los vestidos del que sufre uno de estos accidentes , cuando no está en la cama , con toallas , sábanas ú otro paño cualquiera , para evitarle la humedad , el deterioro de aquellos , y para que no se nos tache de precipitados y poco precavidos.

Aspersiones. Se diferencian del baño de golpe , en que se echa el

agua con menos fuerza y en pequeñas porciones con las puntas de los dedos ó un rociador, ó por medio del espurreo. Si bien tienen de común con éste excitar la sensibilidad de una manera pronta y fugaz, se distinguen, sin embargo, en que la accion de la última es mucho menos enérgica que la del primero; así es que daremos la preferencia á la aspersion, cuando se trate mas bien de rebajar la temperatura del cuerpo, que de estimular la circulacion.

Irrigacion, lluvia artificial. Consiste aquella en bañar el cuerpo por medio de una regadera, y ésta por medio de un plano, que dá paso al agua por innumerables y pequeños agujeros muy aproximados entre sí, debajo del cual está el enfermo quieto ó paseándose y guardando las posturas mas convenientes. En ambos casos se produce un ligero estremecimiento ó suave titilacion en los puntos de la piel sobre que obra, en toda la cual se experimenta una ligera excitacion tan extensa cómo superficial, la que no trasciende á los órganos y tejidos profundos, y en caso de trascender, se verifica de una manera tarda y oscura. Si el agua que se emplea es fria, produce disminucion de calórico y cerrazon de las criptas de la piel, y si es caliente, aumenta la transpiracion. Cuando queramos, pues, rebajar el calórico del cuerpo y disminuir la transpiracion, nos valdremos del agua fria; y de la caliente cuando queramos que se aumente aquella. Estas dos últimas clases de baños tienen á poca diferencia la misma aplicacion que las aspersiones.

Baños gaseosos. Bajo esta denominacion genérica se comprenden dos clases de baños, á saber: los de *vapor ó estufa húmeda*, y los de *estufa propiamente dicha ó seca*. Algunos tratan en esta seccion de los baños eléctrico-magnético-galvánicos; pero, segun hemos indicado ya, al hablar de la generalidad de los baños, nos ocuparemos de estos últimos en la terapéutica quirúrgica; por ser un verdadero remedio tópico, á mas de que, cómo advierte muy oportunamente el Dr. Cil, no les corresponde con propiedad el nombre de baños, puesto que al hacerse aplicacion del flúido eléctrico-magnético ó galvánico, no rodea al cuerpo total ó parcialmente cual sucede en los otros baños, que producen su efecto principal al exterior, sinó que se introduce en él por entero no dejando al exterior huellas de su entrada. A esto añadiremos nosotros, que si en efecto pudiese tratarse de dichos baños en

la parte dietética de la terapéutica, debería verificarse en el grupo *circumfusa*, y no en el *applicata*.

Baños de vapor, ó estufa húmeda. Entiéndense por ellos, los cuartos ó aposentos elevados á una alta temperatura, donde permanecen por mas ó menos tiempo los enfermos expuestos al vapor del agua. Los turcos y los rusos los usan generalmente, no menos que los secos, cómo medio dietético, seguidos de diversos procederes mas ó menos variados y caprichosos, reducidos todos á obtener la reaccion; al paso que entre nosotros no se usan bajo tal concepto. Estos baños se distinguen de lo que se conoce bajo el nombre de *vapores, fumigaciones* y *zahumerios*, en que ya sean éstos producto de un baño de vapor seco ó húmedo, ya de sustancias medicinales ó sin ellas, se hace tan solo aplicacion de los mismos á una parte mas ó menos limitada del cuerpo, al paso que aquellos se aplican á él, en toda ó en gran parte de su extension. Pueden ser *simples* y *compuestos*, ó sea, formados tan solo por el agua en estado de vapor, ó conteniendo además algunas sustancias sometidas á la accion de ésta. Casi es supérfluo advertir, que aquí debemos ocuparnos tan solo de los simples. Se dividen, como los líquidos, en *generales, parciales* y de *chorro*.

Dependiendo el principal efecto de las estufas ya sean húmedas, ya secas, de su temperatura mas ó menos elevada, diremos, que éste es igual al de los baños líquidos ya templados ya calientes, hecha abstraccion de los que produce la presion y la densidad del agua de estos últimos: y cómo es muy sabido que estas dos cualidades de una atmósfera cualquiera hacen mas notables los resultados de la temperatura, quizás porque obran mas bien cómo agentes que se aplican al cuerpo, que cómo agentes que le rodean, resulta de ahí que dada igual temperatura de un baño líquido y de una estufa húmeda, no podremos quizá soportar aquella, y sí ésta; sucediendo relativamente lo mismo entre la estufa húmeda y la seca, pues soportaremos la temperatura de ésta, no pudiendo soportar la de aquella. Los ejemplos aclararán este concepto: un baño líquido de treinta á treinta y seis grados del termómetro de Réaumur corresponde á la clase de los calientes, al paso que la estufa húmeda de igual temperatura ofrece el calor suave de un baño líquido templado: así cómo la estufa húmeda de treinta y ocho á cuarenta grados produce en el cuerpo la misma

sensacion que la de la seca que se eleva desde los cuarenta y ocho á los cincuenta y seis grados del indicado termómetro. De lo dicho se deduce, que las estufas húmedas de una temperatura media, v. gr. de veinte y siete á treinta y seis grados, producen los mismos efectos que un baño líquido templado, y una muy alta, cómo de cuarenta y seis á cincuenta y seis grados, produce los de los baños calientes, siendo, por lo tanto, aquellas debilitantes y excitantes éstas. Así cómo la continuacion de las estufas húmedas de mediana temperatura producen efectos debilitantes, si se prolonga su uso, por la relajacion que ocasionan en los tejidos; igual resultado dá el uso algo continuado tambien de las de temperatura muy elevada, por los abundantes sudores que originan.

El *chorro* de vapor excita de una manera tan notable las propiedades vitales de la porcion de piel que contunde, que traspasando á veces los límites de la rubefaccion, llegan á convertirse en vesicantes y hasta en cáusticos. Un vivo ejemplo de estos desastrosos efectos, son las terribles quemaduras producidas por la explosion de una caldera de vapor, seguidas tan á menudo de la muerte.

De lo que hemos dicho de las estufas húmedas se deduce, que está indicado su uso en todos aquellos casos en que convenga determinar pérdidas abundantes, por medio de la transpiracion cutánea; cuales son: el reumatismo tanto muscular como articular, los dolores osteocopos, las hidropesías, herpes, etc., con tal de que los enfermos no estén demasiado debilitados, pues en este caso podria perjudicarles, aumentando la debilidad. Adviértase que el aumento de la transpiracion es mayor, cuanto mayor es tambien la densidad del medio de la estufa.

Las estufas húmedas y las secas pueden tomarse de dos maneras, ya teniendo la cabeza dentro de las mismas, ya fuera de ellas. En este último caso, cómo que el aire que se respira es menos caliente que el que circunda al cuerpo, los efectos de la estufa son menos enérgicos que en el caso contrario. Para que esté la cabeza fuera de la accion de ésta, nos valemos de aparatos muy sencillos, cuales son: una caja de madera terminada en lo alto por un agujero que permita la salida de la cabeza. Hay tambien varios aparatos particulares para dar baños de estufas húmedos, permaneciendo el enfermo en la cama, y tienen la ven-

taja de ser tambien muy sencillos. Colócase encima de una silla junto á la cama un recipiente de metal de mayor ó menor capacidad lleno de agua, debajo del cual hay una lámpara de espíritu de vino con 4, 6 ú 8 mecheros, los cuales encendidos reducen el agua á vapor, y éste se introduce en la cama del enfermo, por medio de conductos metálicos. Ésta debe ofrecer una disposicion particular, que consiste en tener dos medios aros que mantengan huecas las cubiertas, envolviendo el cuerpo del enfermo en una manta de lana. Si el vapor del agua es demasiado caliente, se rebaja su temperatura, apagando uno, dos ó mas mecheros. No hay el menor inconveniente en que la cabeza del enfermo esté dentro de la estufa, procurando entonces que el aire de la misma sea puro y que no se reúnan en ella varios individuos á la vez: podría esto, sin embargo, tener muchos inconvenientes, si se tratase de un sugeto dispuesto á las congestiones cerebrales ó pulmonares, y mucho mas en el caso de tratarse de una estufa que llevase algun principio medicinal dañoso á la respiracion, advertencia que no está de mas, aunque se trate de las estufas simples.

Los chorros de vapor son muy ventajosos á una temperatura bastante elevada, para la curacion de varias dolencias por lo comun antiguas, y destituidas de síntomas flogísticos agudos, cómo los tumores blancos y otra clase de hinchazones, las rigideces ó contracturas, las anquiloses mas ó menos completas y el reumatismo crónico del sistema fibroso, no menos que la parálisis, la anestesia de la piel etc. Recordando los efectos primitivos de los chorros que hemos enumerado ya, es muy fácil comprender que están éstos contraindicados en las enfermedades agudas é inflamatorias.

Estufa seca, ó estufa propiamente dicha. Consiste ésta en un aposento fuertemente calentado, en el cual permanece mas ó menos tiempo el enfermo con objeto de sudar, pudiendo éste encontrarse en ella desnudo, envuelto en una toalla de algodón al estilo de los turcos, quienes toman con mucha frecuencia esta clase de baños cómo medio higiénico, segun se dijo ya. Las que se usan en las casas particulares, oficinas públicas, etc., para calentar las estancias en las estaciones y países muy frios, nos dan una perfecta idea de dicha clase de baños.

La gran cantidad de calórico contenido en ellos produce un aumen-

to de excitacion en la piel, que dá lugar al enrarecimiento de la sangre con todos los fenómenos de la plétora por rarefaccion, y de ahí la dificultad de respirar, la mayor fuerza y frecuencia del pulso, los vahidos, la inyeccion de los ojos y de la cara, una desazon y malestar generales, fenómenos que no desaparecen hasta que se presenta el sudor, constituyendo éste una especie de evacuacion crítica, que devuelve la calma á los enfermos. Obsérvanse, sin embargo, casos, en que éstos no la experimentan proporcionada á la abundancia de la transpiracion, y para quienes se hace casi insoportable la estufa seca, debiendo en su consecuencia, consultarse siempre su tolerancia para esta clase de baños, cuyo uso deberemos vigilar aun con mas cuidado que el de la estufa húmeda, especialmente en el período que precede á la presentacion del sudor, por la fácil contingencia que hay de que ocurran congestiones en órganos de mucha importancia para la vida.

La estufa seca cumple á poca diferencia las mismas indicaciones que la húmeda; podríamos, sin embargo, decir, que es mas conveniente que ésta, cuando la idea de irritar la piel predomina sobre la de producir grandes pérdidas por sudor, al contrario de lo que sucede en la húmeda; de lo que resulta ser aquella de mucha utilidad cuando deben combatirse enfermedades é infartos linfáticos de los tegumentos, ganglios y tejido celular subcutáneo, hijos de una marcada atonia de dichos tejidos, así cómo tambien cuando hay necesidad de reanimar el influjo nervioso. Las contraindicaciones son las mismas que las de la estufa húmeda, con las pequeñas modificaciones debidas á la ligera diferencia en el modo de obrar.

La duracion de las estufas es indeterminada.

Por lo que toca á las parciales, baste decir, que se dán en aparatos especiales que encierran tan solo la parte enferma, limitándose á ella los efectos que quedan señalados en las generales, y que por lo comun pueden ser de mayor duracion que éstas.

Baños sólidos. Sabiendo ya lo que es el baño sólido y que se debe su accion á la virtud absorbente, á la temperatura elevada ó á alguna propiedad intrínseca de la sustancia que compone dicho baño; nos ocuparemos de la accion de los mismos bajo el punto de vista de los dos primeros modos de obrar, prescindiendo aquí completamente del tercero, subordinado á algun principio medicamentoso que posee

aquel, ya por corresponder á la terapéutica farmacológica si se consideran en general, ya á la materia médica, si en particular.

Dichos baños pueden ser secos y húmedos: corresponden á los primeros la arena, el salvado etc., y á los segundos, el orujo de la uva, de la aceituna y hasta los de estiércol, que han caido hoy en desuso, y á los cuales apela, sin embargo, el vulgo algunas veces.

Los secos obran unas veces tan solo por su poder absorbente, y otras además por su elevada temperatura: así es que cuando usamos la arena, el salvado, el yeso, la ceniza secos y á la temperatura ordinaria, obran estas materias tan solo por su poder absorbente; pero si se calientan mas ó menos, obran tambien por la temperatura.

Los primeros son útiles, cuando al paso que no nos atrevemos á usar los estimulantes, queremos combatir una infiltracion, cual sucede en los edemas; adviértase, empero, que aun estos medios al parecer tan sencillos, están contraindicados en varias circunstancias, cuales son: estar la piel desnuda de epidermis ó afectada de erisipela, vesículas, pústulas, pápulas, eczemas ó herpes; pues las desigualdades de estos diversos cuerpos aumentarían el estímulo y picazon del cutis. Mas, cuando se pretende reanimar las propiedades vitales lánguidas en exceso y quizás amortecidas, amenazando la frialdad y la sensibilidad perdida de un miembro, un estado de gangrena, cómo sucede despues de fuertes contusiones ó de la accion de un frio glacial, ó despues de haber verificado la ligadura de una arteria de gran calibre, v. gr. la iliaca externa, ó la femoral, á cuyas ligaduras sobreviene algunas veces la gangrena por falta de riego arterial, así cómo tambien cuando existe falta de sensibilidad, movimiento y calórico en las extremidades sobre todo inferiores, en un caso de derrame cerebral; en todas estas circunstancias, repetimos, están altamente indicados los baños sólidos, secos y calientes, porque pueden mantener el calor y la vida de las partes á que se aplican, y que están próximos á desaparecer.

Creemos supérfluo advertir, que las mismas circunstancias que contraindican el uso de las sustancias que obran meramente por absorcion, repugnan con mayor motivo el de las que obran además, por su elevada temperatura. Una de las que mas se emplean para los referidos baños calientes, desde tiempos bastante antiguos, es la arena, conociéndose dicho baño con el nombre de *arenacion*.

Algunos autores agregan á los baños sólidos secos el uso de *jergones* ó *colchones embutidos de yerbas aromáticas*, ó de otras sustancias que contengan principios estimulantes, considerándolo cómo un medio higiénico-farmacéutico, si bien es preciso confesar que tiene mas de lo segundo que de lo primero. De todos modos, y creyendo inútil ocuparnos nuevamente de este recurso de la terapéutica en la parte farmacológica de la misma, diremos, que son de inmensa utilidad para secundar la curacion de las enfermedades diatésicas caracterizadas por la debilidad, y especialmente de las escrófulas y raquitis.

Dejamos para la terapéutica farmacológica, tratar de los baños sólidos húmedos, porque su virtud se debe á diversos principios medicinales que se encuentran en el orujo de la uva y de la aceituna y en el salvado caliente mezclado con vinagre que son los que están mas en uso, segun queda indicado. Puede tambien referirse á esta última clase de baños, la introduccion y permanencia, por mas ó menos tiempo, de un miembro ó parte de él, en la degolladura de un animal, así cómo tambien la aplicacion á todo ó casi todo el cuerpo, de una piel de carnero recién matado.

Los baños sólidos pueden ser tambien generales y parciales. Su duracion es indeterminada, y con arreglo á las circunstancias particulares; solo diremos, que encontrándose el enfermo sin molestia en ellos, pueden prolongarse mas que los líquidos.

Excreta.

Quizás se extrañe que bajo el nombre moderno de *cosmetologia* se comprendan los dos grupos de las seis cosas no naturales de los antiguos, correspondientes al *applicata* y al *excreta*, supuesto que el primero consiste en aplicar al cuerpo diversas sustancias, al paso que el objeto del segundo, es separar otras del mismo; pero cómo esto último se verifica con tanta frecuencia por medio de los baños en gran parte, de ahí es, que los autores modernos de higiene, reunen los dos mencionados grupos en uno, porque valiéndose de los baños, especialmente líquidos, cumplen las indicaciones del *excreta*, cuales son la limpieza del cuerpo. Podrá, sin embargo, decirse que nosotros hemos alterado el orden de la higiene en este punto, por habernos ocupado

de los baños en *applicata*, y no en *excreta*; esto tiene su explicacion, pues la terapéutica dietética dá mayor importancia á los baños cómo medio curativo que cómo medio de limpieza, al paso que la higiene los considera tan solo bajo este último punto de vista, si bien con objeto de evitar enfermedades.

Cómo por otra parte varios de los medios de limpieza se aplican tambien á la piel, prescindiendo de los baños, y á diversas membranas mucosas, cuales son: la del intestino recto, vulva, vagina, uretra, prepucio, conjuntiva, pituitaria, bucal, auditiva externa, por medio de lociones, fomentos, lavativas, inyecciones, etc., por esta razon no hemos tenido inconveniente en colocar en el grupo *cosmetologia* de los modernos, los dos antiguos *applicata* y *excreta*.

Para cumplir, pues, debidamente el objeto del *excreta*, diremos en general, que es necesario poner en práctica los mas exquisitos cuidados de limpieza que aconseja la higiene, con tal que no sean, cual es de suponer, nocivos al enfermo. Debemos, no obstante, ocuparnos en particular, de las evacuaciones por sudor, cámaras, vómito, expectoracion y orina, así cómo de algunas naturales ó artificiales que hayan disminuido ó desaparecido completamente.

Es de la mayor importancia, que las diversas vias de eliminacion del cuerpo estén del todo expeditas, debiendo al mismo tiempo evitar el extremo opuesto de que las materias eliminadas sean en una abundancia tal, que puedan debilitar mucho al enfermo. No nos ocuparemos aquí de este último punto, en razon de que, para llenar semejante indicacion debemos casi siempre apelar á ciertos medicamentos; se indicarán, no obstante, algunos medios dietéticos sencillos para debilitar sus efectos. Procúrese que la transpiracion cutánea esté perfectamente expedita, pues hasta el vulgo sabe que la supresion de la misma trae consigo daños de consideracion: la suciedad y sequedad de la piel se oponen al libre ejercicio de dicha funcion; es preciso que en cuanto lo permitan las circunstancias, se la mantenga limpia y suave, por medio de baños, fomentos, ó lociones. Si el sudor es demasiado abundante, quizás logremos disminuirlo aligerando las cubiertas de la cama, ó disminuyendo de cualquier manera el temple de la habitacion del enfermo: si se enfria en el cuerpo, es preciso enjugarlo con prontitud, porque de lo contrario se perjudicaria al enfermo. Si el vientre se

obstruyese, procuraremos llamar las evacuaciones del mismo, por medio de lavativas simples de agua de malvas y aceite, evitando en lo posible, el uso de los purgantes propiamente dichos, á no exigirlo imperiosamente el caso. Si hubiese diarrea, podrá quizás disminuirla ó cortarla un plan severo en el régimen alimenticio: las heces ventrales alteradas ya por el estado patológico, y dispuestas por lo comun á una descomposicion mas ó menos rápida y completa, comunican al ambiente cualidades muy nocivas por la infeccion que producen, y además, si se excretan involuntariamente, puede su contacto con las partes inmediatas al ano, producir en ellas desde una simple escoriacion, hasta la mortificacion de las mismas, accidente que debe evitarse á toda costa, por medio de la mas exquisita limpieza, del cambio de posicion del enfermo en la cama, y otros medios oportunos. Las materias vomitadas y las expectoradas tienen el mismo inconveniente de inficionar el aire, pudiendo tambien su olor y aspecto provocar nuevas evacuaciones, y sobre todo asustar al enfermo; así es, que cuando éste vomita ó expectora sangre, debe quitársele inmediatamente de su vista, así cómo todas las referidas materias.

El curso de la orina debe estar libre y expedito, lo cual puede lograrse por medio de los diluentes dados en abundancia, prescindiendo de los casos en que su disminucion es un síntoma íntimamente enlazado con la enfermedad; pues en este caso tan solo cede, cediendo ésta. Cuando hay dificultad en la excrecion de la misma, se facilita mucho con los baños de asiento. Iguales inconvenientes que hemos visto producir el contacto de las heces ventrales con la piel, ofrece el de las orinas.

Cuando la economía está acostumbrada ya por algun tiempo á una evacuacion natural ó artificial, puede la supresion de ésta producir daños de consideracion; así, pues, si se han suprimido un flujo hemorroidal ó una epistaxis, ó un flujo mucoso de la membrana pituitaria, ó la menstruacion, ó el sudor de los piés, ó la úlcera de un vejigatorio, ó un fontículo, ó un sedal, ó una úlcera muy antigua, especialmente de las piernas, ú otras evacuaciones análogas, es de la mas alta importancia llamarlas y establecerlas de nuevo, si no queremos en muchas ocasiones ver á los enfermos presa de una dolencia rebelde, quizás incurable, y hasta á veces ser víctimas de ella.