

Dos condiciones deben marcar esta fase de alivio en la terrible diatésis y son la conservación del apetito y la facilidad de las digestiones.

Una palabra sobre las bebidas alcohólicas permitidas á los diabéticos: Es cierto que el uso de vinos generosos es en lo general saludable para los diabéticos, y que los alcohólicos así como el coñac y el aguardiente solo se oponen á los de constitución sanguínea y algo pletóricos; pero los diabéticos flacos, débiles y muy excitables, deben igualmente evitarlos para impedir un estado de excitación nerviosa permanente que puede terminar mal.

La agua de Vichy pura, sin dulce, obra muy bien sobre las condiciones químicas de la orina azucarada produciendo una disminución considerable de azucar, lo cual disminuye á la vez los síntomas del mal. El ejercicio y los baños de mar, favorecen tambien la curacion cuando las fuerzas intrínsecas del organismo están todavia capaces de reaccion.



X.

Pasión por las Letras ó Filosofismo.

Las necesidades intelectuales enlazadas con sus correspondientes impresiones bullen sin cesar en el cerebro humano de todos los individuos normalmente constituidos. Facilidad en el impulso, y acaso, acaso la influencia de la herencia y en grado progresivo, por aquello de la evolución, que naturalmente *predispone* al ser civilizado, hijo de padres igualmente educados, á sentir y á entender más enérgicamente que otros; es decir ese individuo hereda una estructura cerebral especial que funciona luego que estímulos adecuados solicitan su actividad en determinadas épocas de la vida. Lo que ocurre respecto á las facultades de los centros espinales y sensoriales, ocurre tambien en los nobilísimos centros nerviosos de la ideación.

“Los rasgos más notables de la fisonomía moral considerados analíticamente, pueden reducirse á tres categorías ú órdenes de facultades fundamentales, segun el Sr. Dr. Garciadiego, y ellas son el origen ó los motores de la série de actos que constituyen el conjunto psíquico que imprime á cada personalidad el sello que la distingue de su semejante: *inteligencia, voluntad y sentimiento* ó afectos. Del enlace y mútua combinación de estas facultades, resulta una síntesis única en la esencia, pero múltiple en sus manifestaciones.”

“Si es raro encontrar un individuo cuyos talentos sean generales, mucho más lo es hallar otro que presente un grado elevado de perfección en todos los atributos que están bajo la dependencia de estas tres facultades primordiales. El predominio de alguna de ellas determina la depresión mayor ó menor de las otras. Sin entrar en detalles de fisiología psíquica que explican satisfactoriamente esta admirable compensación, diré solamente que se pueden dividir los tipos morales en cuatro clases principales.”

“1.ª *Predominio de la inteligencia*: en esta clase se encuentran los hombres de ingenio, aquellos que poseen disposiciones ó aptitudes para las ciencias físicas, abstractas, metafísicas, exactas, morales &; tales como los filósofos, matemáticos, físicos, inventores de sistemas científicos, &.”

“2.ª *Predominio de la voluntad*: esta clase se haya caracterizada por el imperio sobre sí mismo y sobre sus semejantes, y pertenecen á ella los reformadores, los guerreros, los héroes, los apóstoles ó propagadores de doctrinas científicas ó religiosas, los mártires, &.”

“3.ª *Predominio del sentimiento*: en esta aparecen los hijos de la literatura y de las bellas artes, los místicos, los filantrópicos, los visionarios, &.”

“4.ª “Existe además otra categoría dotada con una igualdad relativa de las tres facultades anteriores, y comprende á la clase de hombres más numerosa, á la de los individuos que si de nada carecen en nada sobresalen, y que constituye las medianías.”

La pasión por las ciencias es una pasión cerebral y aunque á pri-

mera vista parece que hay egoísmo en la natural satisfacción de una necesidad individual, aunque ésta sea moral, sin embargo no es así. Por que desde luego, el egoísmo se encuentra en el fondo de toda pasión, de todo deseo y de todo acto que es humano, pero es un egoísmo noble, no es aquel egoísmo que consiste en la negación de nuestro sér, en el desorden completo de las relaciones y de las energías propias de la vida. Por que como desde la antigüedad decía Manou: “El amor de sí mismo, no es laudable; sin embargo en éste mundo nadie está exento de él. . . . de la esperanza de una ventaja nace la oficiosidad. No se ve en el mundo una acción siquiera llevada acabo por un hombre en que no haya intervenido el deseo: efectivamente, éste motiva todos nuestros actos.” El egoísmo cambia segun lo pasión. El amor sexual el amor maternal, el platonismo, el amor divino, conducen muy á menudo á aquellos á quienes dominan á sacrificarse sin vacilar por el sér real ó ficticio que adoran. Pero este mismo sacrificio nos dá tan alta opinion de nosotros mismos, produce una impresión de voluptuosidad moral tan viva que es imposible negar el atractivo del placer que existe bajo ésta aparente abnegación. Este es el egoísmo noble, si egoísmo puede llamarse el sentimiento más admirable de que es susceptible el hombre.

La fecundidad intelectual es pues la energía interior que lleva á pensadores y artistas cual si personificaran el pelicano de Musset, á proyectar al exterior sus concepciones, á producir sus obras, como los hijos de su espíritu, de una manera impersonal y desinteresada.

Siendo los hemisferios cerebrales, los centros nerviosos de las ideas, de las emociones y de la voluntad, el exceso de trabajo intelectual, la irritación morbosa puede erigirse en dispensador funesto de múltiples procesos, como la hipocondría con sus dispépsias y sus sensaciones penosas de todas las enfermedades que van á la imaginación del paciente; la dura epilepsia ó *gran milt intelectual* con sus suspensiones bruscas de la vida en forma de ataques; sus sacudidas tetánicas y sus ronquidos profundos.

La pasión verdadera de escribir puede ocasionar hasta la Dis-

quinesia profesional, es decir, la dificultad ó imposibilidad de escribir, enfermedad curiosísima en que la inteligencia y las vías que unen á los órganos de la ideación están ilesos, y sin embargo los movimientos delicados del acto de escribir están turbados ó son imposibles por los desórdenes de la motilidad; el gobierno espinal que enerva los músculos necesarios está enfermo y la impulsión voluntaria queda burlada: calambres, temblores ó debilidad parálitica en los dedos que toman la pluma, son las modalidades patogénicas de esta nerviosidad, cuya renuencia á los medios curativos la hace muy digna de mencionarla aquí.

Hay hasta la locura de la superstición científica, en la que el estudio científico es un trabajo que exalta particularmente; pero sirviendo siempre al bienestar humano.

Mas bien que la etiología de la necesidad de pensar, pudiera decirse, el móvil que nos arrastra á combinar ideas, nace de la predisposición ó de una educación apropiada.

En pleno desarrollo de las necesidades nutritivas se agitan las necesidades morales que pasando muchas veces hasta por sobre la codicia que es la religión del siglo van á fijarse en el trabajo intelectual: los hombres que así pasan por el mundo deberían considerarse como los mas perfectos prototipos de la especie.

Y etiológicamente hablando, fuera de la herencia, nada hay que predisponga tanto á los accesos epilépticos como la excitación en los centros nerviosos, ya sean las emociones morales vivas ó los excesos de todo género.

El exceso de actividad cerebral puede llegar hasta la irritabilidad patológica que produzca la postración y hasta la degeneración de las células nerviosas que tiene que conmover todo el organismo, porque el enlace psíquico es completo. La operación del entendimiento al darse cuenta de las ideas que es la *concepción*, requiere la vida sensorial como elemento indispensable para tal operación, igualmente la vida orgánica imprime á la concepción su carácter emocional y la actividad motora del cuerpo es indispensable para la definición exacta y para la expresión externa de la concepción. Pues bien, los centros nerviosos corticales de los hemisferios cere-

brales, son los centros de la ideación, y la idea obra sobre los movimientos voluntarios conscientes ó inconscientes; obra también sobre los gánglios sensoriales constituyendo fisiológicamente una parte integrante de la función mental, y patológicamente es la causa de las alucinaciones; obra en fin sobre las funciones nutritivas y las secreciones: por eso la canicie es temprana en los hombres de letras.

Nunca podrá llamarse perezoso justamente al que trabaja con el pensamiento, con ese poder que es la palanca de Arquímedes que mueve al mundo. Guizot, dice: "la verdadera grandeza procede de la mente humana; todo desarrollo y progreso le pertenece."

Y en efecto, la civilización es un hecho intelectual.

Durante la actividad cerebral lo mismo que durante la actividad muscular, se consume mucho del material suministrado por la sangre para la nutrición, así como se gasta el combustible en una máquina cuando funciona mucho. Por eso muchos fisiólogos dicen que el obrero de la inteligencia necesita una cantidad mas fuerte de alimentos, que el gañan mismo. Después de un trabajo prolongado de la inteligencia, la sustancia nerviosa, neutra durante el reposo, se vuelve ácida, lo mismo que después de la muerte: igual cosa ocurre en los músculos. Finalmente, después de una gran actividad cerebral la sustancia nerviosa, rica en fósforo, se traduce por un aumento de fosfatos en la orina; la *idea* pues, va acompañada de una modificación correlativa en las células nerviosas lo que explica la fatiga que se produce después de un trabajo mental excesivo, y el que, puede llegar á ocasionar una completa postración cerebral.

La energía de las necesidades intelectuales es proporcional á la potencia del cerebro por eso es variable, y á los hemisferios cerebrales, asiento de las ideas, debe atribuirse en masa los hechos morales ó intelectuales.

Al fin de este cuadro vamos á ver la biografía que el Dr. Descuret, ha resumido del húngaro Mentelli, filósofo, filólogo y matemático, que sin fin determinado y solo por el placer de leer, aprender y satisfacer sus necesidades intelectuales, consagró al estudio

su vida entera, pareciendo no experimentar más necesidades que estas, y las cuales pueden llegar a la pasión, lo repetimos, constituyendo entónces una entidad patológica para cuya curación sería necesario un médico especial. Por qué hermania de la pasión la locura ó simplemente el éxtasis, llega a hacer muy difícil su distinción respectiva.

El juez y el médico-legista deben siempre tenerlo muy presente. Las concepciones y sentimientos, dice un autor competente, así como los actos de las personas cuya situación mental es dudosa se asemejan de tal modo en muchas circunstancias al estado intelectual normal, que puede hacerse al médico sumamente difícil decidir si hay locura ó no la hay. Donde termina sobretodo la pasión llevada a su más alto grado y donde empieza el delirio ó mejor todavía, la alteración de la voluntad. En otros términos, cuales son los límites donde acaba la razón y empieza la locura?

Distracciones más ó menos tenaces cambios en el carácter individual, incoherencia en las ideas y algo de abolición de la voluntad razonada, pueden ya hacer temer la melancolía, que es así como la manía un principio de locura. Y quién no ha visto que el excelsos de ciencia puede conducir también al maníaco? La locura así como la pasión y el éxtasis rarisima vez estallan en la ancianidad ó en los primeros meses de la vida. Son tanto más frecuentes cuanto más enérgicas son las funciones cerebrales, cuanto más inteligente y civilizada sea la raza. Esto explica por qué la locura es más común en las ciudades que en las campiñas; en éstas últimas es más frecuente el idiotismo.

¿Sabéis por qué los trabajadores de la inteligencia cuando llegan á alcanzar la vejez se ponen hasta obesos; aunque en otras edades hayan sido víctimas de la odiosa dispépsia, compañera frecuente del letrado?

Es una verdadera compensación. Por que aunque los fenómenos de la vejez, son en el fondo el efecto de la decadencia individual de los diferentes tejidos, muchos de sus caracteres dependen del trastorno de todo el organismo, pro-

ducido por destrucción ó desaparición de éste ó el otro elemento constitutivo del cuerpo. Así por ejemplo, claro es que si no hubiera ese limete intrínseco, natural á la vida de los sistemas nervioso y muscular, á pesar de eso terminarían éstos, por consecuencia de los desórdenes de la nutrición producidos por una digestión incompleta.

Por otra parte, de todos los tejidos del organismo, el muscular y el nervioso son en los que la declinación funcional sinó la regresión de estructura aparece más pronto. En el sistema nervioso las líneas de resistencia, que como hemos visto ayudan á delinear los órganos centrales en mecanismos y á producir así sus múltiples acciones, se convierten por fin en obstáculos al paso de los impulsos nerviosos en todas direcciones, disminuyendo al mismo tiempo la energía molecular de éstos impulsos. Los ojos se debilitan en su acción no sólo por la perturbación de los medios y por la ineptitud muscular (presbicia) sinó también por falta de actividad de la retina; los impulsos sensitivos y motores caminan cada vez más con mayor lentitud y el cerebro se convierte á cada paso en una masa rígida de protoplasma, cuyas líneas moleculares más bien representan acciones pasadas que no indicios de función actual. Los elementos glandulares epiteliales parecen ser los que conservan más tiempo sus propiedades, y por lo tanto, el hombre que en la flor de su vida era mártir de las dispépsias á causa de la sensibilidad de sus nervios gástricos y de los efectos inhibitorios reflejos y de otros, resultado de su irritación, en una edad avanzada, cuando los nervios son menos sensibles, y por lo tanto, sus células pépticas pueden desempeñar su papel químico sin ser perturbadas por tormentos nerviosos extrínsecos, come y bebe alegremente como un niño y ya sin padecer. De allí la obesidad, por que es sabido que las dos modificaciones características de la vejez son las llamadas degeneraciones calcáreas y grasosas, esto se ve principalmente en las arterias, que de tubos elásticos, y flexibles, se transforman en conductos rígidos, lo cual dificulta mucho el que llegue el material nutritivo á los diversos tejidos. Sobre curación podría decirse mucho más de lo poco que vamos á apuntar.

Siempre y por siempre deben atenderse por igual las facultades intelectuales, las físicas y las morales, so pena de que se desarrollen las unas con perjuicio de las otras. Y puesto que el cuerpo es la envoltura del alma, debe cuidarse mucho en los establecimientos de instrucción de que la desatendida educación física, es decir la que produce la robustez y la salud, sean la base del cultivo de la inteligencia.

Alimentación nutritiva, paseo y baños.—Los baños llamados "de esponja," deben formar una costumbre diaria: la piel de nuestro cuerpo elimina por sus siete millones de poros porción de sustancias ya inútiles y dañosas para él. Cuando no se limpian esas sustancias se endurecen y cierran los poros interrumpiendo la transpiración que es una de las funciones fisiológicas más importantes del organismo. Estos baños que deben darse con agua á una temperatura inferior á la del cuerpo, además del aseo, imprimen una acción tónica sobre el sistema nervioso que fortalece la salud.

De un estudio del Dr. Thery, sobre la acción de los baños en el organismo, bajo el punto de vista de su duración y de su temperatura, extracta el *Journal de Thérapeutique*, las proposiciones más interesantes. Hélas aquí: el baño á 36.° no tiene acción sobre la circulación. Todos los baños á menos de 36.° la hacen más lenta y refuerzan á la vez los latidos del corazón, pero el pulso conserva una perfecta regularidad. La lentitud producida en los movimientos cardiacos no está en relación directa con la temperatura del agua; es tanto más acentuada cuanto más se prolonga el baño. En baños de una hora á 42.° ó menos, el pulso disminuye aun de frecuencia despues de la salida del agua.

Todos los baños á la temperatura del cuerpo ó inferior á ella, activan la circulación siendo proporcional la aceleración á la temperatura del agua. El pulso es irregular y los latidos cardiacos tumultuosos.

La temperatura de los baños que no tienen acción sobre el calor animal está comprendida entre 36.° y 37.°. A menos de 36.° disminuyen la temperatura orgánica. Los baños comprendidos entre 32.° y 36.° determinan un descenso de cuatro á seis décimos

de grado en el espacio de una media hora; luego permanece estacionario el termómetro aunque el baño dure dos horas. En los baños á 30.° y menos, el descenso se produce con más lentitud; es proporcional á la duración del baño: los baños á 22.° ó más bajos tienen por primer efecto una ligera elevación de temperatura.

Despues de los baños á menos de 27.° el termómetro continúa bajando durante los veinte minutos que siguen á la salida. En las doce horas siguientes á los baños prolongados de 18.° á 27.° el termómetro indica una disminución de cuatro á seis décimos sobre la temperatura inicial.

Todos los baños á la temperatura del cuerpo ó superior á ella, elevan la temperatura central, y el aumento proporcional á la temperatura del agua es progresiva.

Un baño de diez y nueve minutos á 42.° hace subir á 40.° la temperatura del cuerpo. Un baño á 20.° cuya temperatura se baja gradualmente á 35.° determina un descenso de calor.

Un baño á 36.° cuya temperatura se rebaja gradualmente á 24.° produce como primer efecto un descenso, pero en seguida, á medida que la temperatura del baño baja, la del cuerpo se eleva.

Los baños de 33.° á 36.° son los únicos que pueden prolongarse largo tiempo sin sufrimiento.

Los baños calientes predisponen al síncope; son seguidos de sudores profusos.

Todos los baños prolongados son debilitantes.

Mentelli, cuya biografía prometimos, vivia en París, en un retiro infecto que le habían otorgado por caridad; habiendo suprimido de sus gastos todo aquello que no era absolutamente necesario para vivir. Estos ascendian, esceptuando la compra de libros, á siete sueldos por día (tres y medio reales) de los que empleaba tres sueldos en alimentos y cuatro en luz; ocupaba veinte horas diarias en su trabajo, el cual no interrumpía sino un día por semana, con objeto de dar una lección de matemáticas, cuyo produc-

to le era indispensable para vivir y poder renovar sus provisiones. Agua que él mismo iba à buscar, patatas que hacía coger encima de su lámpara, aceite con que alimentar á ésta y pan de munición, he aquí en que consistían sus necesidades. Por la noche dormía en una gran caja en la cual colocaba durante el día sus pies envueltos en una manta de lana. Un viejo sillón, una mesa, un cántaro, un puchero de hoja de lata, un trozo de estño groseramente doblado sirviendo de lámpara, componían el resto de su ajuar.

Mentelli, había suprimido el lavado suprimiendo el lienzo: era sùcio como un monje italiano. Un capote de soldado comprado en un euartel y que no remplazaba sino en el último extremo, un pantalon de máquina, un casquete de piel y unos enormes suecos constituían todo su traje.

En 1814 las balas de cañon de los aliados cayendo al derredor de la habitacion que ocupaba entónces no produjeron en él la menor turbación. "Qué tienen de comun conmigo estas balas?" respondió á la persona que intentaba persuadirle para que se alejara. "Dejadlas caer y no me molesteis." Durante la primera epidemia del cólera en París, fué preciso emplear la fuerza armada para obligar à este anacoreta científico à interrumpir sus estudios con el objeto de limpiar su infecta habitación. Vivió así treinta años sin estar nunca enfermo, sin quejarse, en una palabra, dichoso. En fin, en 22 de Diciembre de 1836 á la edad de sesenta años, habiendo ido al Sena, como de costumbre à renovar su provisión de agua, le resbalò el pie y cayendo al río que venía muy crecido se ahogò: Mentelli no dejó ninguna obra, ninguna huella de sus largas investigaciones. "*Medicina de las pasiones.*"

Letourneau, con motivo de ésta historia dice: "dadle al sabio ó al asceta alimento y techado; un techado y pan, y entónces sus facultades podrán crear, combinar especulaciones científicas ó mixtas, y esto sin ruido, sin perturbación, sin molestar á nadie, por consiguiente, sin trabas de ningun género."

Acaso tambien una comprobacion de las leyes naturales de la herencia y adaptacion al medio de que ya hablamos en las primeras

páginas de éste libro. Y efectivamente, tal es la constitución del organismo humano, tanto físico como psíquico, que tienen que producirse ciertos resultados forzosos cuando él se encuentra en determinadas condiciones. Entre el filósofo y el idiota caben una multitud de seres humanos que tanto pueden figurar como un Vicente de Paul, bienechor santo, ó como un Claudio Neron, oprobio de la humanidad: la sabiduría y la imbecilidad el odio y el amor.

