

biente vista, 1,000 10.—1 Cabo de celadores, 901 55.—4 Celadores, á \$ 602 25: 2,409.—1 Patron, 302 95.—4 Bogas, á \$ 251 85: 1,007 40.—Suma, \$ 9,121 35.

Por tanto, mando se imprima, publique, circule y se le dé el debido cumplimiento.

Dado en el palacio federal de México, á 14 de Julio de 1885.—*Porfirio Diaz*.—Al Lic. Manuel Dublan, secretario de Estado y del despacho de hacienda y crédito público."

Y lo comunico á vd para su conocimiento y fines consiguientes.

México, Julio 14 de 1885.—*Dublan*.

NÚMERO 9278.

Julio 15 de 1885.—*Decreto del Gobierno*.—*Concede un privilegio exclusivo*.

Artículo único. De conformidad con lo prevenido en la ley de 7 de Mayo de 1832 y en su reglamento de 12 de Julio de 1852, se concede privilegio exclusivo por diez años al Sr. Carlos Toppan, por su compuesto lubricante para máquinas.

El interesado pagará treinta pesos por derecho de patente.

NÚMERO 9279.

Julio 16 de 1885.—*Circular de la Secretaría de Gobernacion*.—*Medidas para prevenir la invasion del Cólera Asiático*.

Secretaría de Estado y del despacho de gobernacion.—Circular.—Siendo uno de los más importantes deberes de la administracion velar por la salubridad general del país, y temiendo que el cólera asiático, reinante hoy en España, pueda comunicarse á México, supuestas las constantes relaciones que mantiene con dicha península, el presidente de la República cree llegado el caso de dictar nuevas providencias para prevenir en lo posible ese grave mal, ó hacer siquiera menos desastrosos los efectos de la epidemia, si á pe-

sar de todos los medios que se empleen para evitarlo aparece por desgracia en nuestro territorio. Con el fin de que las medidas que debieran tomarse fuesen acertadas, y de acuerdo con los progresos é indicaciones de la ciencia, el mismo primer magistrado se sirvió disponer que el Consejo superior de salubridad propusiera las más oportunas, segun las circunstancias, consultando á la vez las instrucciones cuya observancia seria de recomendarse en su oportunidad á los particulares.

En cumplimiento de ese acuerdo la citada corporacion ha discutido y aprobado el siguiente dictámen:

Consejo superior de salubridad.—México.—La comision de epidemiología, cumpliendo con el acuerdo de este Consejo fecha 30 del mes próximo pasado, tiene la honra de someter á su deliberacion el conjunto de medidas profilácticas que considera deben adoptarse, así por las autoridades como por los particulares, con el fin de prevenir se comunique la epidemia de cólera asiático á nuestro territorio, ó con el de hacer menos funestos sus estragos en el caso desgraciado de que llegue á invadir el país.

Ya en otras ocasiones el Consejo se ha ocupado de las principales cuestiones relativas á tan interesante asunto, por cuyo motivo poco tendríamos que agregar en esta vez, y tanto menos cuanto que no obstante los últimos estudios muy interesantes acerca de esa enfermedad, casi nada se ha adelantado respecto de su profilaxia. Sin embargo, teniendo en cuenta que esos estudios confirman cada dia más la idea que ya se tenia de que esa afeccion reconoce por causa el desarrollo en la economía, de un microbio, hemos juzgado muy interesante proponer de una manera más extensa la desinfeccion de las deyecciones, de las habitaciones, ropas y cualquier objeto que pudiera estar contaminado y el aislamiento de los enfermos, con objeto de destruir el germen morbo-

so ó de evitar su propagacion á las personas sanas.

Comprendiendo igualmente que las condiciones higiénicas de las poblaciones influyen de una manera notable en su mayor ó menor receptividad respecto de las enfermedades infecciosas, insistimos en la necesidad de procurar por todos los medios posibles el saneamiento de esas mismas poblaciones, recomendando como bases de éste la canalizacion del suelo (drainage), el plantío de numerosas arboledas, la desecacion de los pantanos, el abastecimiento en los centros poblados de agua en abundancia, y la adopcion de un sistema adecuado de evacuacion de las inmundicias. Aun cuando estas medidas son de costo muy grande y exigen muchos años para realizarse, las señalamos, sin embargo, porque no solo servirán para el objeto con que ahora se proponen, sino que mejorarán de una manera notable la salubridad pública, disminuyendo las enfermedades infecciosas, la tuberculosis, el paludismo en sus diferentes formas, etc., dando á la vez mayor vigor á los habitantes y contribuyendo á aumentar su vida média. Importa, por tanto, que aun cuando sea de una manera lenta y á costa de grandes sacrificios, procuren las autoridades todas de la República plantearlas y darles cada dia mayor extension.

No obstante que el congreso nacional de higiene aprobó una série de medidas para impedir la propagacion de las enfermedades epidémicas de un punto de la República á otros, no las consultamos ahora, sin negar por eso su importancia inequívoca, porque para su realizacion seria necesaria una organizacion completa de los servicios sanitarios en toda la República y una legislacion adecuada, de todo lo cual carecemos absolutamente, y lo que no creemos fuera posible improvisar, llegado el caso de que el país se viera invadido por la epidemia cólerica; bueno seria, sin embargo, pensar desde ahora en esto, que es de la mayor utilidad en todo

caso, y mucho más en el desgraciado á que nos referimos. Nos limitamos, por tanto, á consultar solo la incomunicacion absoluta en casos determinados con los lugares donde reine la epidemia.

Respecto de la cartilla para instruccion popular que tenemos la honra de presentar, solo diremos que la hemos redactado conforme á los mejores preceptos sobre la materia y en vista de las que con el mismo objeto se han publicado en los principales países de Europa y en los Estados Unidos del Norte, y muy especialmente teniendo en cuenta la que en 1849 formó la Escuela de Medicina de México y que fué escrita por los distinguidos médicos Erazo, Jimenez y Lucio.

En vista de lo expuesto, sometemos á la aprobacion del Consejo las siguientes

MEDIDAS PRESERVATIVAS DEL CÓLERA ASIÁTICO QUE DEBERÁN PONERSE EN PRÁCTICA EN LA REPÚBLICA MEXICANA.

I.—*Cuarentenas marítimas*.—1.^o Cualquier buque que llegue á alguno de nuestros puertos deberá ser visitado por la Junta de sanidad respectiva, y no podrá ponerse en libre plática sin la autorizacion de esa misma junta.

2.^o La visita de los buques en los puertos de altura donde no haya junta de sanidad, se practicará por dos ó tres médicos nombrados al efecto.

3.^o En su visita la junta, ántes de penetrar al buque, examinará la patente de sanidad y hará el interrogatorio conveniente al capitán del buque y á los pasajeros, para saber si éste ha tocado algun punto infestado por el cólera, si vienen enfermos de esa afeccion á bordo; y por último, si en la travesía se han presentado algunos casos, ya sea de cólera confirmado ó de diarrea premonitória.

4.^o Cuando del exámen practicado por la Junta de sanidad resultare que el buque proviene de ó ha tocado algun punto donde exista el cólera, pero sin que en su travesía se haya presentado ningun accidente sospechoso, si ésta ha durado más

de ocho dias se someterá el buque á una cuarentena de observacion de siete dias.

5.º Si la travesía ha sido de menor duracion que la ántes indicada, se prolongará la cuarentena tantos dias más cuantos fueren necesarios para que haya un intervalo de quince entre el dia en que salió el buque del último punto donde existía el cólera y aquel en que debe cesar la observacion.

6.º En el caso de que durante la travesía haya habido enfermos ó algun caso de defuncion á consecuencia del cólera, pero sin que al llegar el buque se encuentre accidente alguno sospechoso, se someterá á los pasajeros á una cuarentena de diez dias de duracion.

7.º Si el buque llega trayendo á bordo enfermos de cólera ó con accidentes que hagan sospechar esta afeccion, solo se permitirá su desembarque en los puertos donde haya lazaretos bien arreglados para tratar á los enfermos en riguroso aislamiento.

8.º En estos puertos se separará á los enfermos de cólera para su tratamiento, y se impondrá á los demás pasajeros una cuarentena de diez dias, contados desde el momento en que se haya hecho la separacion de los enfermos.

9.º Cuando el buque provenga de un punto infestado ó haya tocado alguno que lo esté, ó cuando vengán á bordo pasajeros ó tripulantes con accidentes que hagan sospechar el cólera, se hará la desinfeccion conveniente de las ropas de uso, equipajes, mercancías y correspondencia.

10. En el caso de que el buque llegue con enfermos de cólera, ó los haya tenido durante la travesía, se hará, además, la desinfeccion del buque mismo.

11. La desinfeccion de las mercancías, ropas, etc., se hará, siempre que fuere posible, en el lazareto y en estufas cuya temperatura se eleve á 110 grados centígrados por lo ménos, ó por medio del ácido sulfuroso, teniendo cuidado de humedecer el piso y las paredes de la cámara de de-

sinfeccion y de quemar en ella el azufre en la proporcion de 30 gramos por metro cúbico de capacidad.

12. Si durante la cuarentena á que sea sometido algun buque se desarrollan casos de cólera, se procederá respecto de él como si se tratara de alguno que acabase de llegar en esas condiciones.

13. Es de suma urgencia que en los puertos de Veracruz, Tampico, Progreso y Matamoros para el golfo mexicano, y en los de Acapulco, Manzanillo, Mazatlan y Guaymas para el mar Pacífico, se proceda á la ereccion de lazaretos en sitios perfectamente aislados y con las condiciones convenientes para que se lleven á efecto las cuarentenas de rigor y de observacion.

II. *Inspeccion sanitaria y desinfeccion en la frontera del Norte, é incomunicacion con la República de Guatemala.*—

14. Tan luego como se tenga noticia de haberse desarrollado el cólera en los Estados Unidos del Norte, no se permitirá el tránsito de pasajeros y mercancías de ese país al territorio de la República, sino por los puntos siguientes: Matamoros, Nuevo Laredo, Piedras Negras, Paso del Norte y Nogales.

15. En cada una de estas poblaciones se establecerá una estacion sanitaria, en la que los pasajeros sean sometidos á un examen médico, con el fin de averiguar si están ó no enfermos de cólera ó de accidentes que pudieran hacer sospechar esta enfermedad, y en la que se practicará su desinfeccion y la de sus ropas y equipajes, así como la de las mercancías que provengan de lugares infestados por el cólera.

16. Las estaciones sanitarias se establecerán fuera de todo lugar poblado, y se compondrán de un lazareto para enfermos, aislado, así como su personal, de las otras oficinas de la estacion; de un departamento para el reconocimiento de los pasajeros; de habitaciones para el personal de la estacion, y de la estufa y cámaras de desinfeccion necesarias.

17. Se expedirá á los pasajeros en quienes no se encontrare accidente sospechoso alguno, un certificado por el que conste que han sufrido el exámen médico respectivo, con el cual podrá permitirse su entrada á las poblaciones.

18. A los que estuvieren enfermos del cólera se les conducirá desde luego al lazareto, donde permanecerán hasta su completa convalecencia.

19. A las personas que presentaren solo accidentes sospechosos, se les permitirá regresar á territorio de los Estados Unidos, si así lo desearan, ó serán asistidos en tiendas situadas á una distancia del pabellon principal del lazareto, bastante para impedir el contagio.

20. Los cadáveres de los que sucumban en los lazaretos serán cremados, así como las ropas y colchones que hubieren servido para su asistencia.

21. En las poblaciones de la frontera se someterá á un exámen médico á los pasajeros que se sospeche vengán de los Estados Unidos, y no presenten, sin embargo, el certificado de inspeccion de las estaciones sanitarias. En este caso se desinfectarán tambien sus equipajes y mercancías.

22. En cada estacion habrá, por lo ménos, tres médicos con título legal, de los cuales dos practicarán el interrogatorio y reconocimiento que estimen necesario, para averiguar si los pasajeros no padecen del cólera ó de accidentes que pudieran hacerlo sospechar, y el otro se encargará de la asistencia de los enfermos en el lazareto.

23. Los trenes de los Estados Unidos que provengan de lugares infestados ó que hayan atravesado por ellos, no podrán llegar á las poblaciones, sino que serán detenidos en las estaciones sanitarias, donde se trasbordarán los pasajeros y mercancías despues de la inspeccion médica y la desinfeccion, debiendo volver inmediatamente á territorio de los Estados Unidos el tren que los haya conducido.

24. La desinfeccion de los pasajeros se

hará por medio de baños, y la de las ropas, los equipajes y mercancías se hará por el calórico en estufas húmedas cuya temperatura se eleve de 110 á 120 grados centígrados ó por el ácido sulfuroso, quemando azufre en la cámara de desinfeccion, en la proporcion de 30 gramos por metro cúbico de la capacidad de esta última.

25. Si el cólera se presentare en la República de Guatemala, se interrumpirá toda comunicacion terrestre con ese país mientras dure la epidemia.

III.—*Saneamiento de las poblaciones.*

—26. Se procurará alcanzar por todos los medios posibles el saneamiento radical de las poblaciones, fijándose con especialidad en los puntos siguientes:

I. La canalizacion subterránea del suelo (drainage), en todos los lugares que fuere necesario.

II. El plantío de arboledas, evitando á la vez la tala de los montes.

III. La desecacion ó el saneamiento de los pantanos.

IV. El abastecimiento de agua potable en abundancia, de los centros poblados.

V. El establecimiento de un buen sistema de evacuacion de las inmundicias.

IV.—*Medidas para evitar la propagacion del cólera de una á otra poblacion de la República.*—27. Se incomunicarán con el resto de la República las primeras poblaciones invadidas por el cólera, en el caso de que por sus elementos propios de vida, sus pocas relaciones comerciales y su situacion topográfica relativa, puedan aislarse.

28. En este caso se establecerá la incomunicacion, impidiendo la salida de pasajeros y mercancías por un cordon sanitario que se establecerá á una legua, cuando ménos, del lugar donde se haya desarrollado la epidemia. Solo se permitirá el paso de la correspondencia, teniendo cuidado de desinfectarla de una manera conveniente tan luego como se reciba.

V.—*Medidas de policia para alcanzar que la epidemia haga los menores estragos.*

gos posibles en las poblaciones que sean invadidas.—29. Se hará la limpia de los caños, atarjeas y otros derrames de las poblaciones, cuidando en lo sucesivo de mantenerlos siempre con buena corriente.

30. Esta limpia deberá hacerse observando las prescripciones siguientes:

I. No deberá depositarse el azolve á los lados de los caños y atarjeas, sino que será transportado inmediatamente despues de extraído.

II. Es tambien conveniente para la salubridad, que la limpia se haga exclusivamente por la noche, de las diez á las cinco, y que las atarjeas queden cubiertas al comenzar el dia.

III. Es una medida prudente que durante las horas en que se haga la limpia, se haga funcionar un hogar, con su tiro convenientemente dispuesto para quemar los miasmas y diseminar ampliamente los que escapen á la combustion.

IV. Es igualmente útil verter alguna sustancia desinfectante en las atarjeas y caños ántes de remover el azolve.

31. Se cuidará de quemar diariamente las basuras acumuladas en los muladares y de que éstos estén situados en un lugar conveniente.

32. Es importante que se tenga especial cuidado en el barrido de las calles, y que se evite que los vecinos arrojen basuras y materias excrementicias en sitios que no estén destinados á ese objeto.

33. Es muy interesante que se cuide de que constantemente estén en buen estado de conservacion los acueductos y perfectamente limpias las fuentes públicas y demás depósitos de agua.

34. Las autoridades respectivas procurarán, por todos los medios posibles, que en los comunes y en todos los caños de las casas haya *sess-pool* ú otros obturadores hidráulicos que impidan el paso de los gases de las letrinas y atarjeas al interior de las habitaciones.

35. Las mismas autoridades, ántes de que aparezca la epidemia, deberán, no solo

aconsejar, sino favorecer por todos los medios posibles, la emigracion de los habitantes, para disminuir así la aglomeracion.

36. Todas las poblaciones se proveerán, con la debida oportunidad, de los medicamentos más indispensables, así como de los desinfectantes de que se hablará más adelante.

37. En los grandes centros de poblacion, al ménos, se organizarán con la anticipacion debida, un servicio de asistencia médica preventiva y las juntas de socorros que fueren necesarias para prestar toda clase de auxilios á las familias indigentes.

38. El servicio de asistencia médica preventiva, que será formado por médicos ó estudiantes de los últimos años de medicina, tendrá por objeto visitar diariamente á las familias de la última clase de la sociedad, que por su falta de ilustracion y abandono en que viven no estén en aptitud de utilizar las prescripciones contenidas en la instruccion de profilaxia individual formulada por este Consejo.

39. Las juntas de socorros tendrán las atribuciones principales que siguen:

I. Colectar los fondos que para el socorro de los enfermos pobres destinen el gobierno general, los gobiernos de los Estados y los ayuntamientos, así como las cantidades que los particulares cedan con el mismo fin.

II. Establecer igualas con algunas boticas para el abastecimiento de medicinas á los enfermos pobres y hacer la compra de las ropas, alimentos y medicinas que fueren necesarias y distribuirlas equitativamente.

III. Establecer, de acuerdo con las juntas de sanidad locales ó con los ayuntamientos respectivos, los hospitales provisionales necesarios para el tratamiento de los coléricos.

40. Tan luego como se declare el cólera en alguna poblacion, comenzarán á funcionar las juntas de caridad, así como el servicio de asistencia médica preventiva,

y se observarán las prevenciones siguientes:

I. Cada médico ó estudiante encargado del servicio de asistencia médica preventiva, pasará á lo ménos una vez al dia á las casas que le hayan sido asignadas, limitándose á visitar á las familias que por su pobreza ó poca ilustracion no puedan ocurrir á un médico, ni observar las instrucciones populares formuladas por el Consejo superior de salubridad. En esta visita interrogarán á los miembros de la familia para averiguar si alguno tiene cualquier síntoma que indique el principio del cólera, en cuyo caso formulará la prescripcion conveniente para llenar las indicaciones, é instruirá á la familia de las precauciones que debe tomar para evitar el contagio.

II. Todas las noches habrá en cada una de las inspecciones de policía ó en el lugar que se juzgue oportuno, segun las poblaciones, una guardia de médicos dedicados exclusivamente al servicio nocturno, para que á cualquiera hora los vecinos puedan disponer de los socorros facultativos. Estos empleados no podrán exigir retribucion alguna de los enfermos pobres.

III. Se evitarán, hasta donde sea posible, las grandes reuniones; se ordenará la desocupacion de los cuarteles, dejando solo en las poblaciones las tropas que fueren indispensables para el servicio; se disminuirá, hasta donde se pueda, la aglomeracion de las cárceles, y se disminuirán las horas de asistencia á las escuelas públicas.

IV. Agentes de policía visitarán diariamente las plazas de mercado y expendios de frutas y verduras, y separarán de la venta las que estén alteradas, así como las frutas verdes.

V. Deberá prohibirse, durante la epidemia, la venta de frazadas, colchones, sábanas, y la de cualquiera otra pieza de ropa blanca, cuando estos objetos estén ya usados.

VI. Deben suspenderse los trabajos en las fábricas de almidon en que se siga el

procedimiento de fermentacion y en las otras industrias en que se emplean sustancias orgánicas que pueden entrar fácilmente en putrefaccion. En las fábricas de cerveza se tendrá cuidado de que diariamente se extraigan los residuos de las sustancias usadas, y se vigilará que en las tocinerías se saponifiquen todos los dias las grasas, sin que se deje nada de ellas en depósito en los llamados "barcos de pudricion."

VII. De acuerdo con las juntas de sanidad locales ó con los ayuntamientos respectivos, se elegirá en su oportunidad en cada poblacion un terreno conveniente para que sirva de cementerio para los cadáveres de los pobres que sucumban del cólera.

VIII. En los demás panteones se designará un sitio especial para el enterramiento de los coléricos, y en todos se dará á las fosas una profundidad de dos metros por lo ménos.

IX. En los cementerios donde se hagan inhumaciones de coléricos, habrá un médico para comprobar las defunciones.

X. No se permitirá que los cadáveres de coléricos permanezcan en las habitaciones más de veinticuatro horas.

XI. Por ningun motivo se permitirán las misas de cuerpo presente, ni cualquiera otra ceremonia fúnebre en presencia de los cadáveres de las personas que hayan sucumbido al cólera.

41. Las personas que ejerzan la medicina si se juzga conveniente, ó bien los jefes de familia, los directores de los colegios, los de las fábricas é industrias, los dueños ó encargados de los hoteles, mesones, casas de huéspedes, etc., estarán obligados á dar aviso á la autoridad dentro de las primeras veinticuatro horas, de cualquier caso de cólera que observen ó que se presente en su habitacion ó en los establecimientos de su cargo.

42. Inmediatamente que la autoridad respectiva tenga conocimiento de algun caso de cólera, remitirá á la familia del

enfermo un ejemplar de la cartilla de higiene individual formulada por este Consejo, y si el enfermo no estuviere asistido por algun médico, hará que lo visite alguno, ministrando además á la familia, cuando fuere pobre, los desinfectantes necesarios.

43. En las poblaciones donde se hayan podido organizar debidamente los servicios sanitarios, la autoridad, además de lo ántes dicho, hará que un médico visite en el acto la casa y resuelva si el enfermo podrá asistirse de una manera conveniente en ella.

44. Cuando así fuere, se cuidará de que tan luego como el enfermo sane ó sucumba, se desinfecte la pieza donde haya estado, é igualmente los comunes y caños de la casa.

45. En el caso de que á juicio del médico fuere inconveniente el tratamiento del enfermo en su propia habitacion, se procurará por todos los medios posibles alcanzar de la familia que sea conducido para su asistencia á un hospital ó casa de salud.

46. Los comisarios de policía ó autoridades á quienes corresponda, darán diariamente al Consejo de salubridad, á las juntas locales de sanidad ó á los ayuntamientos respectivos, una noticia de los casos de la enfermedad epidémica de que tengan conocimiento, con indicacion de las casas donde se hayan presentado y de las medidas practicadas.

47. Remitirán igualmente un parte de los enfermos pobres de que hubieren tenido conocimiento, á las juntas de socorros, para que éstas los auxilien con los alimentos, ropas y medicinas que fuere posible.

48. Por ningun motivo se permitirá la asistencia de los enfermos de cólera en las escuelas, hoteles, mesones y otros establecimientos de aglomeracion.

49. Con la debida oportunidad deberán repartirse con profusion las instrucciones populares del Consejo superior de salu-

bridad, referentes á la profilaxia del cólera y cuidados que deben impartirse á los enfermos al principiar la afeccion, ántes de que sean vistos por un médico.

INSTRUCCION SOBRE LAS PRECAUCIONES QUE DEBEN TOMARSE DURANTE UNA EPIDEMIA DE CÓLERA ASIÁTICO.—*Emigracion*.—1. Todas las personas para quienes el cambio de residencia sea posible, pasando del lugar infectado á otro que no lo esté, deberán hacerlo, desde el momento en que se tenga noticia de los primeros casos y teniendo cuidado despues de no recibir huéspedes, alimentos, bebidas, ropas ó cualquiera otro objeto procedente del lugar infestado.

2. Para el cambio de residencia deberán elegirse principalmente las poblaciones de poco tránsito, de reducidas relaciones comerciales con los lugares infestados, distantes de los rios y cuando ménos dos leguas del lugar donde reine el cólera, y de suelo granítico ó por lo ménos seco y poco poroso.

3. Las personas que hubieren cambiado de residencia no deberán volver á las poblaciones donde se haya presentado el cólera, sino despues de trascurridos dos meses contados desde la fecha en que se hayan dado los últimos casos, aun benignos, de la enfermedad epidémica.

Alimentos.—4. En tiempo de cólera no debe modificarse el régimen alimenticio á que se esté acostumbrado respecto de las horas de las comidas y de las cantidades de alimentos que se tomen en cada una de ellas.

5. Todos los alimentos de que se haga uso deberán estar bien cocidos, evitando por tanto las ensaladas de lechuga ó de cualquiera otra verdura, que segun costumbre se hacen en crudo.

6. Deben desecharse en general los alimentos de difícil digestion ó que suelten el estómago, especialmente las carnes y pescados salados, los mariscos, al ménos en los lugares donde no son de un uso diario, las carnes picadas, los rellenos, los

chorizones y longanizas, los huevos, excepto los pasados por agua ó tibios, y por último, los helados, la nieve y demás preparaciones congeladas.

7. La leche podrán tomarla las personas acostumbradas á su uso, pero siempre hervida. Respecto de las frutas no hay inconveniente en comerlas en cantidad moderada y con tal que estén bien maduras, teniendo cuidado, sin embargo, en todo caso, de pelarlas, ó comerlas mejor cocidas.

8. Como respecto de la facilidad de digerir se encuentran diferencias notables en cada individuo, cada uno deberá consultar á su propia experiencia y omitir el uso de aquellas sustancias que no digiere con facilidad ó que le sueltan el vientre, aunque no suceda así á los demás.

Bebidas.—9. El agua que se emplee, tanto para bebida como para otros usos domésticos, debe ser perfectamente pura, prefiriéndose en las poblaciones donde sea posible, el agua de manantial ó la de pozos artesianos.

10. Las aguas de cisternas, de jagüeyes, y en general cualquiera otra de cuya pureza se dude, solo deberán utilizarse para bebida ó para la preparacion de los alimentos despues de haberlas hecho hervir durante diez minutos y teniendo cuidado de airearlas luego que se hayan enfriado, agitándolas un rato en la vasija que las contenga.

11. Las bebidas fermentadas como el pulque, la cerveza, los vinos de mesa y otros semejantes, solo deberán tomarlos las personas habituadas á ellos, pero nunca en exceso sino en cantidades bastante moderadas. Las personas que no estén acostumbradas á esas bebidas, deben mejor abstenerse completamente de ellas.

12. Los aguardientes, el rhum, el cognac y los licores espirituosos, solo deberán tomarlos, y con mucha moderacion, las personas muy acostumbradas á ellos y cuya digestion se entorpece sin su auxilio.

Fuera de este caso nada más deberán emplearse para uso medicinal.

13. Todas las bebidas, así como los alimentos, se conservarán de manera de evitar con especial cuidado que las moscas caigan ó se paren sobre ellos.

Vestidos.—14. Será muy conveniente el uso de vestidos aseados y secos; cuando los vestidos ó el calzado se mojen accidentalmente, deberán cambiarse por otros sin demora.

15. Los vestidos muy ligeros son malos porque dejan percibir fácilmente el frio cuando baja la temperatura de una manera brusca ó cuando se mojan con el sudor. Una faja de franela ligera en el vientre, es un buen medio contra los enfriamientos.

Baños y otros cuidados personales.—16. Los baños tibios deberán tomarse solo cuando sean indispensables para asear el cuerpo, y entónces deben ser de corta duracion y de modo que se evite toda impresion de frio al entrar ó al salir de ellos. Los de regadera serán tambien muy cortos, y conviene que nada más los usen las personas que tengan el hábito de tomarlos cuotidianamente. Los rusos, creemos que deben reservarse para uso medicinal cuando sean prescritos por el médico.

17. Es muy conveniente en tiempo de epidemia no evacuar en los lugares comunes, sino mejor en un servicio especial que se vaciará inmediatamente y se mantendrá en perfecto aseo. Esto no obstante, se cuidará, como se ha dicho, de la limpieza de los comunes y caños.

18. Deben evitarse los ejercicios fuertes ó largo tiempo prolongados, los placeres venéreos frecuentes, las desveladas y todos los desórdenes en los hábitos ordinarios.

19. Es muy importante evitar las pasiones tristes, y sobre todo el temor á la epidemia, no concurriendo á aquellos lugares como los cementerios, hospitales, etc., donde se ven en conjunto los funes-