

Las legumbres deben ser bien hervidas, y las frutas sazonadas puestas á la accion del fuego, para que la película que las cubre quede esterilizada.

Todo alimento, como dulces y pastas, que hayan estado espuestas al aire, y por consecuencia á que sobre ellas hayan depositado las moscas y los insectos el gérmen colérico, se debe hacer lo mismo que con el pan, partido á delgadas rebanadas, y pasarlo por una temperatura de 150 grados, ó ser tostado en el fuego.

La vagilla, vasos, y cubiertos, como la batería de cocina, debe ser sometida á la ebullicion, y luego ser lavada con agua bien hervida, lo mismo que las ropas usadas para esta limpieza.

Las bebidas deben tambien ser objeto de la mas preferente atencion. Muchas son las epidemias que han reconocido por causa el hacer uso de aguas contaminadas por el microbio colérico, y entre ellas citaremos la epidemia de la ciudad de Mendoza en la República Argentina, donde se demostró plenamente que el agua que conducian las acequias contenia el gérmen infeccioso, y bastó hervir el agua y rellenar las acequias con cal para desinfectar los cauces, para que cesara la epidemia que se habia levantado imponente.

Así el agua que sirva de bebida debe ser hervida y depositada en vasijas esterilizadas, lo mismo que los vasos ó copas donde la tomemos.

Los licores espirituosos como coñac, vino y demas, todo lo saludable que ellos son cuando se toman moderadamente en las comidas, son en extremo perjudiciales durante una epidemia de cólera; al introducirse en el estómago producen una escitacion que, repetida, ocasiona el estado congestivo de la mucosa gástrica concluyendo por producir el catarro, ó ligeras gastritis predisponen al contagio, por que elaborando mal y deficientemente los jugos gástricos, pueden dejar pasar los microbios sin haberlos matado los ácidos propios del estómago, que en estado de salud se segregan en debida proporcion. Un ejemplo de lo perniciosos que son los efectos de los alcohólicos lo tenemos en la cifra de mortalidad que ocasiona en estos desgraciados.

Durante una epidemia de cólera no se debe alterar el régimen habitual, y es preciso ser en extremo parcios con los *preservativos*; estas bebidas anticólicas pueden ser empleadas, aconsejándose el profiláctico que usaron en Mendoza compuesto de: —

	<i>Sistema Métrico.</i>	<i>Sistema Antiquo.</i>
Agua hervida	1,000 c.c.	½ azum. 1 on. 6 drac. 24 gotas.
Sublimado	0.005 gm.	1/13 gra.
Espíritu de menta	2 c.c.	32 gotas.

Se tomarán tres copitas al dia, y con este líquido se pueden tambien hacer gárgaras con frecuencia.

Otro de los profilácticos recomendados es el usado en el ejército frances.

	<i>Sistema Métrico.</i>	<i>Sistema Antiquo.</i>
Ácido fénico cristalizado	1 gramo	15½ gra.
Agua comun	1,000 c.c.	½ azum. 1 on. 6 drac. 24 gotas.

Para tomar un vaso al tiempo de levantarse de la cama, y ántes de las comidas. Este profiláctico se opone á la diarrea, causando algo de estreñimiento. Seria interminable apuntar la lista de los preservativos conocidos, debiendo advertir que el uso inmoderado de ellos puede ser fatal, ó por la intoxicacion que producen, ó por la congestion gástrica que pueden ocasionar, convirtiéndose entónces en causa predisponente, en lugar de tener accion preservativa.

En caso de fallecer alguna persona del cólera, es preciso desinfectar la habitacion, empapando el suelo con la solucion de ácido fénico al cinco por ciento, y procediendo á poner la pieza bajo la accion del azufre.

Se calculan los metros cúbicos que tenga, y se pondrá en un brasero la cantidad de azufre necesaria, que corresponda á 30 gramos por metro cúbico; se deja cerrada por 24 horas, pasadas las cuales se ventila convenientemente, y cuidando mucho no penetrar en ella hasta que hayan desaparecido los vapores del azufre, que son asfixiantes; los colchones y alfombrados tambien se pueden someter á los vapores sulfurosos, siendo lo mejor quemarlos.

Como complemento á la profilaxia, y á este trabajo, transcribiremos el manifiesto que la Direccion de la Asistencia Pública dió al pueblo de Buenos Aires, donde se pueden apreciar las reglas higiénicas y los preceptos aconsejados en casos tales.

“La Direccion General de la Asistencia Pública cree llegada la oportunidad de dirigir oficialmente la palabra á la poblacion de la capital, declarando que si bien se han producido algunos casos de cólera bien caracterizados, estamos aun muy léjos de encontrarnos bajo el azote de una epidemia; por el contrario, los casos no han sido numerosos, y se producen casi exclusivamente en una zona determinada al extremo sur del municipio, sin propagarse hasta hoy con intensidad en el centro de la ciudad.

“La constitucion médica reinante se presenta desfavorable para la salud pública, por la frecuencia y algunas veces intensidad excepcional de las perturbaciones gastro-intestinales.

“La Direccion de la Asistencia asegura al pueblo que todas las medidas necesarias están tomadas, que tiene todos los elementos precisos para combatir hasta donde sea posible una epidemia, si esta desgraciadamente se presentase; que todo su personal está al servicio del munici-

pio, y que sus proceder y actos serán, á no dudarlo, eficaces para evitar la propagacion de cualquier gérmen infeccioso, en la esfera de sus recursos y posibilidades.

“ En situaciones como la que atravesamos de expectativa y de medidas prudentes, la ciencia que adelanta cada dia, debe exigir del pueblo confianza absoluta en el plan de precauciones que adopte, y debe pedir á cada ciudadano que sea un agente de buena voluntad de las autoridades sanitarias. La ocultacion de enfermedades, el temor de llamar médicos, las voces propaladas por la ignorancia y la supersticion, todo ello hizo su época y señaló el atraso de otros tiempos.

“ Hoy el hombre como las sociedades saben que no son estériles los desvelos de la ciencia, que no en vano vive ella del estudio y de comprobacion experimental, y los que recogemos y aprovechamos esos desvelos y esas experiencias, bien podemos exigir la confianza en favor de la ciencia tan útil en momentos críticos como los actuales.

“ Poniéndonos en el caso posible de que el cólera sea declarado epidémico, caso que no ha llegado felizmente, la Capital Argentina está en el deber de afrontar con entereza de ánimo el lote de desgracia que pueda tocarle en estas evoluciones de vida y de muerte que soportan todos los pueblos de la humanidad.

“ Adoptadas por la Asistencia Pública todas las medidas que la situacion exige, el punto esencial para que ellas tengan éxito es la cooperacion voluntaria y decidida de los ciudadanos á la accion oficial. La higiene del individuo no necesita ser esplicada á un pueblo culto; lleve cada uno una vida arreglada; sométase á hábitos morigerados, no abuse en ningun sentido de la salud que goce; trate de mantener en su equilibrio las fuerzas físicas é intelectuales, y hallará en si mismo entónces el mejor preservativo contra las enfermedades infecciosas; y si la infeccion se produce, llámese al médico, sin acudir á específicos empíricos, ni entregarse cobardemente á la desesperacion, que si no mata el cuerpo deprime la moral del individuo, estorbando la accion bienhechora de la asistencia médica.

“ Cada casa, cada habitacion debe ponerse en condiciones higiénicas; deben cumplirse estricta y voluntariamente las disposiciones municipales vigentes, sin esperar que la accion oficial, la pena pecuniaria, las medidas de fuerza y de violencia se produzcan. En este sentido, la Direccion de la Asistencia declara terminantemente que será inexorable en el cumplimiento de sus deberes, sin que la hagan desviarse de este camino, contemplaciones é influencias de ningun género; ella tiene en estos momentos la responsabilidad moral de la direccion sanitaria, y en tal carácter, y penetrada de su mision, no querría verse en el caso siempre doloroso, de apelar

á esos recursos extremos para hacer cumplir esas disposiciones salvadoras que se hallan vigentes.

“ Las desidias, las indolencias de los particulares, por mal entendidos intereses personales, solo les acarrearán conflictos con la autoridad que no puede admitir, en circunstancias como las actuales, pretextos y dilaciones con perjuicio de la salud del pueblo.

“ La Direccion de la Asistencia pide, pues, al pueblo de la Capital que sea él mismo quien haga su propia higiene, y que cada uno en su esfera cumpla con esos deberes que le están señalados para evitar la propagacion de la enfermedad. La Direccion, por su parte, velará por la salud pública, protegiendo á los desvalidos, y dando medicamentos, ropa y asistencia á los pobres, y para que los resultados prácticos se obtengan, pide á todos los ciudadanos su ayuda y su confianza en el sentido que deja indicado.

“ Los poderes públicos, el cuerpo médico argentino, todas las autoridades locales, las rentas de la nacion, están puestas al servicio de estos propósitos humanitarios, y es así con la unidad de los esfuerzos, y de las voluntades que se previenen y conjuran las calamidades públicas.

Instrucciones.

“ 1º. No debe olvidarse que aun en las grandes epidemias, las personas atacadas no alcanzan generalmente al número exagerado que supone la imaginacion asustadiza del pueblo, y aun entre los atacados, el número de curados es por lo general bastante considerable. Los timoratos resisten generalmente ménos; por consiguiente es indispensable proporcionar al espíritu la mas completa calma, y sin violar los preceptos de la higiene, procurarse distracciones, tratando de distraer todo pensamiento lugubre; buscar por medio de buenas lecturas y del trabajo regular el sustraerse á las influencias perjudiciales del miedo, y este es un precepto que debe tenerse muy presente en estas circunstancias.

“ 2º. Debe proibirse en absoluto la lectura de libros de medicina, y sobre todo de los manuales populares, recetas é indicaciones que sin control ni sancion científica propalan los periódicos y avisos.

“ Téngase presente que hay libros fabricados por empresas de específicos y medicamentos destinados á favorecer la venta de estos por medio de consejos y descripciones mas ó ménos vivaces, desprovistas de todo valor científico.

“ 3º. El mejor consejero es el médico á quien debe llamarse cualquiera que sea la nimiedad de los desórdenes que se sientan, aceptando con entera fé sus indicaciones. Las personas aficionadas á proporcionar

remedios caseros deben abstenerse de hacerlo, teniendo presente que cometen un verdadero delito en demorar la acción benéfica de los preceptos médicos.

"4°. En las épocas en que reina una constitución médica como la actual, los desórdenes intestinales ligeros con que casi siempre se inicia el cólera, no tienen importancia cuando sin pérdida de tiempo son atacados por una medicación apropiada, para cuya institución solo el médico es apto y competente.

"5°. Los casos fulminantes son excepcionales, por lo común aparece la enfermedad con fenómenos relativamente benignos; si las precauciones higiénicas y el tratamiento apropiado combaten los primeros síntomas, queda precavido el cólera grave ó confirmado; de aquí nace el importante precepto que dejamos consignado mas arriba y sobre el que es preciso el insistir.

"No desatender los primeros síntomas por insignificantes que parezcan, solicitando la asistencia facultativa pronta é inmediatamente, á fin de no desperdiciar el momento en que los auxilios de la ciencia pueden ser eficaces.

"6°. Sin embargo, á los primeros desórdenes del vientre (dolores, diarrea, etc.), debe recurrirse á la administración del láudano de Sidenham, en proporción de cinco gotas cada media hora, hasta la llegada del médico á quien debe llamarse inmediatamente.

"Deben hacerse aplicaciones calientes en todo el vientre, y tomar una ligera infusión de menta caliente.

"7°. El que guarda un buen régimen de higiene, y procura combatir los primeros síntomas, tiene grandes probabilidades de librarse del cólera grave; él que por el contrario, desprecia los consejos de la ciencia, vive en el desorden, abusa de la bebida, y de los placeres que debilitan, respira atmósferas insalubres, y descuida los primeros síntomas del mal, está muy espuesto á contraer el cólera confirmado.

"8°. Se evitarán las fatigas exageradas, los excesos de trabajo y de placeres, las vigiliadas prolongadas, los baños de larga duración, en una palabra, todas las causas de estenuación; no debe alterarse el régimen habitual, cuando se siguen en él los preceptos de la higiene.

"9°. Los enfriamientos del cuerpo, sobre todo durante el sueño, producidos por las corrientes de aire, los vestidos muy ligeros, ó el cambio frecuente de estos, sin tener presente las variaciones atmosféricas; la ingestión de grandes cantidades de agua fría, son particularmente peligrosas en tiempo de cólera.

"10°. El uso del agua debe vigilarse de una manera escrupulosa, y es bueno prevenir á la población que el filtro Chamberland, sistema Pas-

teur, ó algun otro que reuna las condiciones de este, limpia el agua de todos los gérmenes, microbios ó pequeños organismos que segun lo ha establecido la ciencia son el origen del cólera. El agua de pozo debe prohibirse de una manera absoluta, siendo preferible para beber el agua corriente ó la de algibe bien entendido que debe cocerse previamente.

"La Dirección de la Asistencia Pública recomienda muy especialmente á los vecinos hagan examinar escrupulosamente los caños de las aguas corrientes y los algibes, para cerciorarse si hay ó no filtraciones producidas por letrinas inmediatas. Los depósitos de agua así como las azoteas de las casas donde se usa el agua de algibe deben ser objeto de una limpieza esmerada y constante.

"11°. Las aguas minerales llamadas de mesa (Vichy, Vals, Saint Galmier, Apollinaris, Mondariz, etc., etc.), prestan en estos casos grandes servicios, siempre que sean legítimas.

"12°. Las legumbres conviene tomarlas bien cocidas, así como las carnes y pescados que asados ó fritos convienen mejor que preparados con salsas. Las ensaladas crudas son por lo general de difícil digestión; es preferible usarlas cocidas.

"13°. Los helados y bebidas heladas tomadas en plena digestión ó estando el cuerpo en sudor, producen en todo tiempo indisposiciones que pueden afectar la forma colérica; es preciso hacer un uso moderado de ellas en épocas como las actuales; no obstante al hielo en sustancia deben preferirse las bebidas heladas por su intermedio, sin incorporarlo á ellas.

"14°. Las frutas verdes y las muy acuosas, como el melon, la sandía, el pepino, etc., predisponen á la diarrea; las frutas sazonadas pueden usarse con moderación, aunque mejor seria usarlas en dulce ó compota.

"15°. Algunas personas creen que el uso inmoderado de las bebidas alcohólicas es un preservativo, pero nada hay mas peligroso que esta creencia, y es preferible, segun lo establece la higiene, la abstención mas completa al mas ligero exceso.

"16°. Es conveniente alejarse de los sitios excesivamente húmedos, muy regados ó pantanosos, ó en que á la humedad se agreguen productos de algunas industrias insalubres.

"El aseo, la ventilación, y la desinfección, son poderosos agentes preservativos de las enfermedades infecciosas; en los casos en que sea posible, convendría establecer aberturas ó ventanas en direcciones encontradas á fin de favorecer en un momento la renovación del aire confinado; el aire viciado por la acumulación de personas en locales proporcionalmente pequeños, es muy perjudicial; deben, pues, evitarse en lo posible, estas aglomeraciones," etc., etc.

Estas son las instrucciones que el ilustrado Dr. Ramos Mejía, Director de la Asistencia Pública, dió al Municipio de Buenos Aires.

Muchísimo mas podriamos decir acerca del cólera, pero no pudiendo perder de vista que solo nos dirigimos al público profano en la ciencia médica, damos por terminado este capítulo, donde hemos tratado de reflejar el estado actual de la ciencia en esta tan interesante materia.

DR. SILVERIO DOMINGUEZ,

Sub-Director del Laboratorio Bacteriológico de la Asistencia Pública; y de la Facultad de Medicina de Buenos Aires.

BUENOS AIRES, Febrero 19 de 1888.

[El siguiente artículo de la pluma del Dr. Contreras fué escrito primeramente para la edicion mejicana del "Médico Práctico Doméstico," pero como se ha observado que contiene tantos informes de valor útiles en todos los países tropicales ó semi-tropicales, se ha decidido retenerlo en todas las ediciones de la obra.]

DE ALGUNAS AFECCIONES COMPLICADAS CON EL PALUDISMO, DEL EMPACHO Y DEL MAL DEL PINTO, EN MEXICO.

DR. JOSÉ PEON Y CONTRERAS.

I.

Situada la ciudad de México en medio de inmensas lagunas y pantanosos llanos; sujeta su atmósfera á continuas variaciones de temperatura y, por su misma situacion topográfica, difícil de colocarse y mantenerse hasta hoy, en el buen terreno de la higiene, tanto pública como privada, ofrece á cada instante en el campo de la ciencia y á los ojos del médico práctico, multitud de casos en que el elemento palúdico juega, sinó el principal, un importante papel en el desarrollo de la mayor parte de los accidentes morbosos á que está sujeto el cuerpo humano.

Este elemento palúdico, (miasma ó microbio) es tanto mas peligroso, cuanto menos aislado se encuentra como principio ó como causa de la enfermedad. Entónces los fenómenos que determinan siguen su curso regular y nada es mas fácil, hasta á los ojos del vulgo, que distinguirlos y reconocerlos.

La fiebre intermitente, (frios), aislada, simple, producto único del veneno, por decirlo así, aquella cuyos períodos de frio, calor y sudor, se suceden con perfecta é inalterable regularidad, es tan fácil de conocer como sencilla de curar; pero cuando cualquiera accidente ó complicacion emboza, disfraza ó altera de algun modo la manifestacion franca y descubierta de la enfermedad, entónces se necesita de la observacion y algunas veces únicamente del instinto ó perspicacia del médico, para descubrir el paludismo y atacarlo á tiempo y convenientemente.

No hay padecimiento patológico en el cual no pueda de cierto modo, descubrirse este elemento morbífico en combinacion mas ó menos profunda. Una simple afeccion catarral, una corisa, puede encontrarse amalgamada con él, dándole un tinte especial, un tipo extraño yá en sus

síntomas, yá en su marcha, y á veces prolongando indefinidamente su duracion. Sin contar con él, puede llegarse á desconocer una enfermedad y hacer que el médico camine á oscuras sin que pueda salir fácilmente de su perplejidad.

Se puede decir, pues, que este agente, extendido en la atmosfera y formando parte de los elementos constitutivos del aire, solo espera un instante favorable para apoderarse del individuo que respira, en el momento en que un accidente cualquiera desnivela los grandes sistemas cuya regularidad funcional, constituye la salud.

Los medios de subsistencia, el vestido, el aire, el local en que se permanece la mayor parte del día ó de la noche, y la alimentacion por último, contribuyen en gran manera á facilitar el desarrollo del paludismo, como complicacion de muchas enfermedades, y no se puede negar que las dos terceras partes de los habitantes de México, viven en medio de fatales condiciones; mal cubiertos, respirando aire impuro y durmiendo en numerosos grupos, sobre un suelo húmedo y sucio, y en una pieza de techo bajo y mal ventilado, y reducido espacio.

La lucha es, pues, constante entre el agente y la víctima; solo las constituciones privilegiadas por su vigor podrán vencer, y es necesario no olvidar esto, y tenerlo muy presente, cuando se trate de la higiene y del régimen preservativo que halla que oponer á la influencia del miasma de que nos ocupamos, sobre todo durante las convalecencias.

Llama la atencion el enorme consumo de Sulfato de quinina que hace la terapéutica en esta localidad principalmente de quince años á la fecha, y no sólo, sino que las afecciones palúdicas, simples ó complicadas, que ántes de esta época se dominaban con una cantidad dada, hoy solo pueden modificarse ó destruirse con una doble ó triple dosis.

¿Dependerá esto de la calidad del sulfato de quinina y de las otras sales de la misma base ó, lo que es mas probable, de que las constituciones individuales, saturadas por el miasma de tiempo atras, necesitan mayor energía en el remedio que ha de aplicarse á la enfermedad?

Cuestion es esta que necesita estudio y tiempo para resolverse; pero llamo la atencion sobre que siendo la quinina un producto del cual se hace en el día, un gran comercio en el mundo entero, no debe estar exento de falsificaciones que disminuyan su potencia curativa.

Voy en seguida á tratar de algunas enfermedades, en mi concepto de las mas importantes, en las cuales el agente palúdico entra como elemento seguro de complicacion, los importantes síntomas que lo señalan ó revelan, y los medios útiles para su tratamiento.

II.

Impaludismo.

(Estado palúdico.)

Puede llamarse así un estado especial, no continuo, determinado principalmente, por la falta de accion del organismo.

Se presenta, por lo comun, en los sujetos de constitucion linfática, debilitados por cualquier motivo, ó en individuos de buena constitucion; pero que se dedican á trabajos excesivos.

Síntomas. — A ciertas horas, principalmente en la mañana; malestar, inapetencia, sabor amargo de la boca, aturdimiento y pesantéz de la cabeza.

Languidez muscular, pereza, dolores vagos en las articulaciones, sobre todo en las de la columna vertebral (espinazo), bostezos, pandiculaciones; deseo de acostarse unas veces, y otras inquietud, zozobra ó susto sin motivo aparente.

Todos estos síntomas aparecen *sin fiebre*, tienen solo algunas pocas horas de duracion (4 ó 5) y desaparecen despues, dejando nada mas como huellas de su paso: alguna palidez en el semblante, cierto cansancio del tronco, marcadamente en la espalda, y trasudor frio en las palmas de las manos.

Al día siguiente reaparecen con igual ó mayor intensidad los mismos accidentes del anterior, y duran el mismo tiempo poco mas ó poco menos.

Este estado no constituye una verdadera enfermedad. Los individuos afectados así pueden, dominándose y haciendo un ligero esfuerzo, entregarse aún á sus ocupaciones ó trabajos de siempre, lo cual les hace á veces mirar con indiferencia las sensaciones que experimentan, atribuyéndolas á cualquiera causa y desconociendo su importancia.

Algunas ocasiones, lo que es raro, pasa todo espontáneamente ó á lo ménos sin la aplicacion de ningun remedio farmacéutico, ó viene á ser como el período prodrómico, mas ó ménos prolongado, de un acceso de fiebre intermitente; ó cede con facilidad á la accion de un medicamento apropiado.

Algunas veces, el impaludismo se revela solamente por la inapetencia y por la poca aptitud del cuerpo y del espíritu, para entregarse á las ocupaciones de costumbre.

El carácter ó la naturaleza de este estado se determina ó se comprueba, por el resultado del medicamento empleado y tambien por un fenó-