

PRENOCIONES.

SUMARIO.—518. Qué sea Higiene.—519. Su historia.—520. Su importancia.—521. Sus medios.—522. Su division.—523. Higiene privada.—524. Su division.—525. Higiene pública.—526. A quién corresponde la observancia de los preceptos higiénicos.

518. La HIGIENE (del griego *hygiea*, salud) es el arte de conservar la salud. Con otros nombres (*gereología*, *macrobiótica*, *higiología* ó *higiotécnia*) se la ha designado tambien, pero no han prevalecido.

519. En los primeros albores de la sociedad no hubo otras reglas higiénicas que las que el instinto y el buen sentido aconsejaban al hombre; pero su inobservancia debia ser harto comun, cuando á poco los legisladores creyeron necesario elevarlas á la categoría de preceptos religiosos. Los paganos formaron de la Higiene una divinidad; Moisés transmitió sus reglas á los hebreos en nombre de Dios; la Iglesia ha consiguado muchas en sus cánones; y hasta Mahoma las impuso tambien á sus creyentes. La Higiene tuvo, pues, en su origen carácter religioso, por considerarse las enfermedades como castigo del cielo, y por sobrevenir éstas casi siempre á consecuencia de transgresiones higiénicas.

Pronto tambien los legisladores civiles se creyeron en el deber de dictar reglas de Higiene: Solon y Licurgo dieron el ejemplo promulgándolas en nombre de la patria; ejemplo des-

pués seguido, con más ó ménos acierto, por los sumos importantes de todas las naciones.

La Religion y el Estado compartieron, pues, en breve los deberes de vigilar por el cumplimiento de las reglas higiénicas. Esta doble tutela era tanto más necesaria, cuanto que ramo tan importante preocupaba poco á los sabios ó filósofos de la antigüedad. Hasta Hipócrates, insigne higienista, nada se escribió; y desde Hipócrates hasta Galeno, apénas pueden mencionarse más que los escritos de Plutarco y de Aulo Gellio. El brillo fugaz que los estudios higiénicos alcanzaron en vida del famoso médico romano, se apagó tambien con su muerte; y sólo después de muchos siglos, y al través de las tinieblas de la Edad Media, Juan de Milan compuso hácia el año 1100 para Roberto II, Duque de Normandía, un poema higiénico de 1239 versos, conocido con el nombre de *Escuela de Salerno*, sin duda por ser un resumen de las doctrinas que entónces se profesaban en la Escuela de medicina de Salerno (en el antiguo reino de Nápoles).

Del siglo XII al XVIII poco ó nada progresó la Higiene, felizmente nacida en estos últimos tiempos á más próspera vida, y cultivada por varones tan distinguidos como Adelon, Cabanis, Esquirol, Foderé, Levy, Orfila, Huffeland, Londe, etc., etc.

520. La importancia de la Higiene se colige de su misma definición. Rodeado el hombre de peligros de muerte tales, que con razon ha dicho Mr. Flourens, que «el hombre no muere, sino que se mata», resalta el interés de un arte que le da seguros consejos para evitarlos y para prolongar su vida, tendiendo á que el hombre muera de vejez ó de muerte senil. Nadie ignora, por otra parte, que más fácil es prevenir que curar las enfermedades. La Higiene, además, cura sin medicamentos, y es, segun la expresion de Levy, la clínica del hombre sano; se opone á la degeneracion física y moral, y fielmente observada puede restituirle á su primitivo grado de robustez y energia (*organoplastia* se llama en tal caso); é indaga, por fin, las causas de las enfermedades, y

abre el verdadero camino de su curacion. La estricta observancia de las reglas higiénicas conduce directamente á las virtudes del alma y á la salud y virilidad del cuerpo.

521. La Higiene, para conseguir su fin, se vale de todas las conquistas del saber humano, apropiándolas á la aplicacion más fecunda y codiciada, á la conservacion de la vida. Y tanto bien no lo alcanza el hombre sino sabiéndose dominar á sí mismo, y sometiéndose sin reserva á sus preceptos. Así cabe decir con Rousseau que la Higiene es una especie de virtud, y con Rostan que es un complejo de las más de las virtudes.

522. Se divide en *privada* y *pública*.

523. *Higiene privada* es el conjunto de reglas que se refieren á la conservacion de la salud de los individuos en particular.

524. Se subdivide en *general* y *especial*: la primera se dirige al individuo en absoluto, y la segunda al individuo con relacion al sexo, edad, profesion, temperamento, etc.

525. *Higiene pública* es el conjunto de reglas que se refieren á los individuos en sociedad. Estudia todas las causas de insalubridad de los pueblos y consigna los remedios oportunos para remediarlas, y por otra parte *es casi la única Higiene de los pobres*, porque con éstos apénas puede hablar la Higiene privada, cuyos preceptos, en su mayoría, no les es dable seguir.

526. La observancia de los preceptos de la Higiene privada corresponde á cada individuo de por sí; pero la de las reglas de Higiene pública está, natural y necesariamente, á cargo de las Autoridades superiores y subalternas y de sus agentes.