

que se altera la pureza del aire y en el acio de la respiracion la sangre se apropia una parte del oxígeno del aire y la mezcla de los gases trae consigo perjuicios á la respiracion. Por eso conviene la limpieza de las casas y calles, y en ciertos las fumigaciones y aislar á los que se presenten con síntomas de padecimiento que fácilmente puedan transmitirse á los demás. También se deben mirar con prevención las habitaciones poco ventiladas donde exista humo de cigarros, luces, pinturas, ropas sucias, animales encerrados y cuantos objetos puedan alterar la pureza del aire.

Respecto al aislamiento de los que se observe síntomas de enfermedad sospechosa acordó hacerlo así el municipio de esta Capital, por que los más ciertamente prácticos y más aventajados profesores, creen que el aislamiento evita el contagio. Y teniendo así mismo presente que una de las necesidades á que deben atender con preferencia los pueblos y en especial sus Ayuntamientos, es la beneficencia, ya pública ó privada, pues teniendo por objeto remediar las miserias del pobre sólo puede conseguirse esto consagrando á la misma especial atencion sin reparar en sacrificios, el Ayuntamiento de Almería, deseando llenar por completo sus deberes en esta materia determinó instalar una ó dos casas de caridad ó sea uno ó dos hospitales donde pudiesen tener acogida aquellos que sin hogar y sin familia tuviesen la desgracia de ser atacados de la terrible enfermedad que hoy tiene en estado calamitoso á la España entera, para evitar el que, por ser pobres ó no tener quien les tienda una mano amiga, perezcan por falta de asistencia ó llenos de desesperación; mas, como tener local sería insuficiente sinó se hallaban personas que, inspiradas en la más pura caridad, se pusiesen al frente del mismo, consiguió de las Hermanas de la Caridad, de esa raza de heroínas, hijas del cielo, de esos ngeles de amor y de consuelo consagrados en la tierra al servicio de sus semejantes, de esas sublimes mujeres que en medio de un siglo tan positivista como el nuestro, abandonan, llenas de juventud, sus familias, su casa, las comodidades de la vida y de los placeres que ésta ofrece, para consagrarse en los Hospitales y Asilos á cuidar enfermos y desamparados, sin más recompensa que la esperanza de ganar el cielo, por el que hacen todo género de sacrificios, aceptasen semejante encargo.

El celo del Ayuntamiento en esta parte es muy plausible; pero la limpieza en algunas calles de esta Ciudad deja algo que desear. Y como la salud del pueblo es suprema ley, me ha de dispensar el Ayuntamiento, que interesado por la salud pública, me permita suplicarle respetuosamente, que haga todo cuanto pueda para que, tanto en los lugares comunes, retretes, escusados ó letrinas que hay en las casas, como en las calles todas de la poblacion se vea una limpieza moderada, para que el mal olor no se acumule en la atmósfera que la perturbe y envenene.

Que los vicios son causa de que se altere la salud tambien es verdad. Nada mas funesto á la salud y á la vida que la embriaguez. Esto es innecesario demostrarlo. La sensualidad es, asi mismo, perjudicial á la salud y á la vida, alarmantes síntomas revelan que la salud de los sensuales se altera, que su vida se debilita, que su muerte se aproxima, quedando secos todos los manantiales de la vida. Con sobrada razon se ha dicho: «No se ultraja impunemente la naturaleza; la naturaleza ultrajada se vengá, y sus venganzas son terribles.»

Del tabaco dicen doctores notables que produce daños. La hoja del tabaco fumada en pipa, dice Gaspar Baubin,

quita el apetito y la sed, y el abuso de dicha planta daña el cerebro y produce la locura.

Orfila declara en su *Toxicología general* que la hoja del tabaco esta dotada de propiedades venenosas muy activas.

Balzac dice: «El tabaco destruye el cuerpo, ataca la inteligencia y embrutece las naciones.»

El tabaco, —dicen los doctores Payn, Labert, Lallemand, Bouison, Hurteaux, Roux y Leroy d' Etholles, —produce el cáncer de los lábios.

La pipa, el cigarro y el cigarrillo disminuyen la delicadeza del gusto, gastan los dientes, inflaman las mucosas, ablandan las encías, causan dolores en el epigástrico, aumentan el número de las enfermedades mentales y provocan las anginas, segun el parecer de varias celebridades médicas.

Un cirujano llamado Pausé afirma que al examinar el cráneo de un gran fumador, notó que estaba negro como el tubo de una chimenea.

El doctor Btem dice en una de sus obras que el abuso del tabaco produce la angina de pecho y cita ocho casos en apoyo de su aserto.

El escritor Tissot, que cultivó la hipérbole con buenos intentos, declara no tener noticia de ningún fumador de primera fuerza que haya llegado á la vejez.

Samuel Wight describe del modo siguiente á los grandes fumadores: «Están pálidos, tienen los dientes negros, los lábios lívidos, las manos temblorosas; sus músculos carecen de vigor y su carácter se halla destituido de energía y decision.»

Todos estos y otros vicios es lo que tambien mata á las personas. De consiguiente en esto lleva asi mismo razon el doctor Calleja.

Y por último, que compromete la salud pública el «vicio y todo género de excesos en las prácticas higiénicas,» es tan evidente que está al alcance de cualquiera hombre que reflexione un poco. Pero á veces se achaca á exceso las indisposiciones que se experimentan sin fijarse el individuo en si la cometió; y es que la adulteracion de multitud de artículos de consumo ordinario para la alimentacion de las personas, son, las mas de las veces, causa de esas indisposiciones. Tal adulteracion ha llevado consigo la muerte alguna vez, y puede ser causa del desarrollo de enfermedades agudas.

No hay palabras bastantes duras con qué calificar estos delitos tan feos y censurables que atacan á la existencia de uno ó varios pueblos.

La falta de moralidad y conciencia de algunos fabricantes, les han llevado hasta el extremo de emplear para dar color y aroma á las mercancías, ó para aumento de peso ó de volumen, una porción de sales, composiciones químicas y materias venenosas que pueden causar en la economía de las personas, los estragos expresa los.

La fuschina, los aceites de sésano, de adormideras y de algodón; el sulfato de cobre, de cal y otra multitud de sustancias se emplean hoy sin reparo para la falsificación de artículos de consumo. El pan, los vinos, los chocolates, los aceites, la leche, los licores y otros muchos artículos, son objeto del indigno tráfico de la adulteracion, con perjuicio para la salud de los consumidores.

Con indignacion estamos leyendo con frecuencia en los periódicos que son órgano de la industria y del comercio, que tan escandalosa falsificación no tiene límites, y las autoridades se cuidan tampoco de perseguir los falsificadores que de mil no aparece uno corregido.

De todo lo escrito se infiere que observando los preceptos higiénicos de limpieza y moralidad, y absteniéndose

de comer cosas que puedan ser perjudiciales ó nocivas á la salud no corre peligro ésta, segun la opinion de médicos famosos y de buenos higienistas. Creo, pues, dejar probado que el concepto del doctor Calleja es fundado, y de consiguiente siguiendo sus consejos, la enfermedad que existe en España no causará, seguramente, tantas víctimas; y si al experimentar los primeros síntomas de diarrea se toma una cucharada de agua con cuatro ó seis gotas de laudano, y sin pérdida de momento se llama al médico, hay quien cree, que se pueden salvar el 99 por 100 de los coléricos.

Tambien me parecen sumamente eficaces los preceptos siguientes:

«El doctor A. de Grand Boulogne, que cuando la invasion del cólera en Francia en 1865 solicitó y obtuvo el establecimiento de un hospital en Marsella, hospital en el que entraron y fueron curados desde el 15 de julio hasta el 15 de Setiembre 941 coléricos, sin que de ellos sucumbiera ni uno solo; este apóstol de la ciencia, que mereció del gobierno imperial la cruz de la Legion de Honor, obtuvo tambien que el gobierno francés mandara publicar tres veces consecutivas en todos los periódicos de Medicina el siguiente documento, que creemos será mirado con vivo interés por nuestros lectores:

Síntomas precusores del cólera y medio cierto de conocerlos y combatirlos.

Testigo de catorce epidemias de cólera, me propongo decir sucintamente todo lo que importa saber acerca de las señales precursoras de esta terrible enfermedad.

Sus causas é intima naturaleza son totalmente desconocidas, ignorándose asimismo el modo de curarla, si descurriendo los primeros signos que la anuncian, se le deja tiempo para desarrollarse con el conjunto característico de sus horriblos síntomas.

Empero, si no es dado á la ciencia humana salvar á un colérico cuyas estremidades están ya frias y amoratadas, viscosa la piel, la voz apagada é insensible el pulso, nada es mas fácil que curar á un enfermo de esta clase si se practican á tiempo los remedios. La vida, pues, depende de la oportunidad de estos, hasta el punto de que en la primera hora del ataque la curacion es segura; pero en la cuarta la muerte es casi cierta.

La mayor parte de las veces los médicos de los hospitales y casas de socorro tienen que curar coléricos de la cuarta hora, lo cual explica el espantoso número de defunciones.

El mejor servicio que se puede hacer á una poblacion amenazada del cólera, no es tanto el multiplicar los socorros, como dar á conocer á cada individuo la manera de curarse á sí propio. Esto es precisamente lo que nos proponemos enseñar con esta breve instruccion.

Los casos fulminantes son muy poco frecuentes. De 20, los 19 empiezan con una diarrea. En saber distinguir si ésta es ó no colérica, estriba la linea de conducta que hay que seguir en tiempo de epidemia, época en que se ha de observar con atencion el más insignificante flujo de vientre.

Quando las evacuaciones son amarillas, verdes ú oscuras, mas ó menos ligadas ó consistentes, es una diarrea mucosa ó biliosa, que no ofrece peligro, bastando para detenerla beber agua de arroz con goma, ó medio vaso de agua azucarada con algunas gotas de laudano.

Si, por el contrario, las deposiciones fueran acuosas, parecidas á café con leche muy claro, á cocimiento de arroz con cuajarones ó sin ellos, á agua de fregar, ó bien á té revuelto con unas cuantas gotas de leche, en este caso, sea cual fuere el estado general de la

persona, y aunque no experimente dolor ni debilidad, se halla bajo el influjo de la epidemia, esto es, *tiene el cólera*... ¿Qué se debe hacer? Nada es mas fácil, repito, que impedir el desarrollo de la enfermedad.

Para conseguirlo se prepara inmediatamente una abundante infusion de menta piperita y se bebe, cada cuarto de hora, media taza muy caliente y convenientemente azucarada, añáñendole dos cucharadas regulares de rom ó coñac viejo y 20 gotas de extracto de canela. En seguida, si el enfermo se siente con fuerzas para ello, deberá pasearse á prisa, procurando con un ejercicio violento llamar el sudor; pero si estuviese débil y abatido, se acostará, administrándosele una ayuda compuesta de medio vaso de agua fresca y una cucharadita de éter sulfúrico. Se abrigará bien como para sudar, y seguirá tomando cada cuarto de hora la citada infusion, hasta que las deposiciones hayan desaparecido; resultando que en la mayoría de los casos se consigue en menos de tres horas.

Caso de que esta bebida produjese al enfermo un principio de embriaguez, no hay que alarmarse por ello; antes al contrario, pues indica que el paciente está fuera de peligro.

Si le sobrevinieren vómitos, se deja la infusion y se le dá á beber cada cuarto de hora una copita de coñac viejo. Si el enfermo tuviese sed, tomará buchaldas de agua de Seltz, ó bien pedacitos de hielo, que dejará derretir en la boca.

Los vómitos exigen, ademas, la aplicacion de anchos sinapismos en el estómago y el vientre, no quitándolos hasta que la piel empieza á rogear y el enfermo á sentir un vivo escozor.

Con el uso de estos medicamentos, por demas sencillos y que están al alcance de todo el mundo, se combaten fácilmente los primeros síntomas de la enfermedad.

En cuanto á los fenómenos característicos del período álgido, no es fácil esponer en pocas palabras un buen plan curativo, en razon á que los casos varian y las medicinas tambien. Sin embargo, se pueden, poco mas ó menos, obtener con seguridad felices resultados por medio de bebidas ó infusiones aromáticas alcoholizadas, ayudas de agua fresca con bastante éter sulfúrico, fricciones con bayeta bien enjuta ó bien con extracto de alcaufor, de espliego, etc., y empleando el calor artificial; en una palabra, valiéndose de cuanto pueda reanimar la circulacion de la sangre y castigar el sistema nervioso.

Tan pronto como el enfermo entre en convalecencia, se procurará darle algun alimento, empezando por caldos muy descargados, continuando con sopa, pudiendo dársele á las veinticuatro horas alimentos más sustanciosos, cuidando, empero, de no sobrecargarle el estómago.

Mientras dure la epidemia, en nada deberá alterarse el régimen de vida á que está uno habituado, con tal que no se oponga á una buena higiene. Es evidente que han de evitarse mas que nunca toda clase de excesos. La fruta puede comerse, pero con moderacion. Los hombres harán bien en tomar, despues de la comida una copita de licor, y las mujeres una infusion de menta por la noche, precedida de ocho gotas de éter en un terron de azúcar.

Yo creo que si las autoridades y personas pudientes procediesen á hacer en las poblaciones infestadas lo que dije en el artículo publicado en el número anterior de este periódico, que llevaba por epígrafe: «El general Salamanca» que es el que se socorran los coléricos pobres, sacándolos de la miseria en que viven, verian decrecer la enfermedad.

Termino estos rangones deseando que se cumplan los preceptos higiénicos