

pública salud pudiera ocasionar una epidemia de tal índole, nada mejor, ni más práctico, que apuntar ligerisimamente y en forma de reducido prontuario, aquellas medidas que si bien por lo vulgares que ellas son, debieran ser puestas en práctica por la generalidad de las gentes, por desgracia se abandonan, deplorando así, como en otras tantas cosas, los terribles efectos de la incuria en que por lo general vivimos.

A recordar, pues, al público los más sencillos y eficaces preceptos higiénicos se dirigen estas líneas.

No hemos de tratar aquí en forma técnica lo que es el cólera; esto resultaría inútil; así, pues, de una manera brevísima, á modo de índice, apuntaremos los preceptos que en nuestro leal sentir nos parecen conducentes á ponernos á salvo de tan cruel y ejecutiva dolencia.

PARTE PRIMERA

GENERALIDADES

1.º El cólera es una enfermedad epidémica y contagiosa. El germen, visible con el microscopio, procede del Asia, generalmente, y viaja con el colérico, con sus ropas y deyecciones, trasmitiéndose de unos pueblos á otros.

de los individuos enfermos á los sanos por contacto mediato ó inmediato.

2.ª El objeto de la profilaxis estriba principalmente en impedir la entrada del germen en la boca; por esto deben vigilarse los alimentos, bebidas, las manos y todo aquello que, poniéndose en contacto con la entrada del aparato digestivo, pueda servir de vehículo al microbio.

3.ª La esencia de la profilaxis consiste en evitar el contacto con todo aquello que pueda estar impurificado por los coléricos; la limpieza extremada constituye la síntesis de la desinfección.

4.ª Todas aquellas circunstancias que tiendan á disminuir la resistencia individual, tales como el terror, el sobresalto, el desorden, los abusos, las fatigas corporales, los trabajos intelectuales excesivos, el desarreglo en el régimen alimenticio, las enfermedades de las vías digestivas, predisponen al cólera.

Aquellas personas pusilánimes que piensen abandonar la población en caso de positiva amenaza, deben ausentarse antes de que ocurra un solo caso, para no exponerse á diseminar la epidemia, y tardar en regresar algún tiempo después de terminada la calamidad para no ser las últimas víctimas del azote.

5.ª Cuando hay temor fundado de que el cólera invada una población hasta entonces libre, las Autoridades pondrán en práctica todas aquellas medidas que la ciencia aconseja, con regularidad, energía y á la vista de

todos: la tranquilidad de un pueblo no está en el misterio, sino en la convicción de que se trabaja por su salud.

6.^a El ánimo tranquilo, auxiliado de una buena higiene, es una garantía de resistencia.

7.^a En cuanto la epidemia amenazare á una población, deberán los jefes de familia impedir que se usen otras aguas que las completamente puras, proscribiendo en absoluto las de pozo y de río, con mayor motivo si estas aguas pueden arrastrar gérmenes coléricos por proceder de sitios invadidos.

8.^a Cuando no exista agua positivamente pura, deberá hervirse durante algún tiempo la que se emplee y después airearla y enfriarla; el calor, hasta la ebullición, destruye los gérmenes; el agua hervida debe emplearse en todos los usos domésticos, incluso la fabricación del pan.

9.^a Los que no puedan soportar el agua hervida pueden recurrir á filtrarla con el filtro de bujía de porcelana ó con el de Magnau.

10. El vecindario debe abstenerse de frutas pasadas ó indigestas, como de todo alimento que no sea de buena calidad y cocido recientemente.

11. Es conveniente airear y solear las habitaciones y los muebles; la luz solar es un poderoso agente de salud.

12. Los retretes deberán desinfectarse con frecuencia por medio de disoluciones de sulfato de hierro, que es un eficaz y económico germicida.

13. Los utensilios de cocina, así como la ropa, conviene lavarlos en casa con fuertes legías.

PARTE II.

14. Si por desgracia el cólera se hubiese presentado en una población, los vecinos deben acatar y cumplir fielmente las prescripciones de la ciencia en forma de órdenes de las Autoridades y seguir con redobrado ahinco los consejos indicados anteriormente.

15. Deben oponerse, por todos los medios, al tráfico perjudicial de ropas, muebles y demás objetos que procedan de un colérico ó de sitio en que exista la enfermedad; todo lo cual deberá ser destruído ó por lo menos perfectamente desinfectado por personas idóneas.

16. El régimen de vida durante la epidemia será el normal, suponiendo que sea higiénico: es conveniente tomar dos veces antes de las comidas dos cucharadas de limonada clorhídrica, siempre que no haya contraindicación y previa la aprobación del médico á quien todo debe consultarse incluso la preparación de los desinfectantes.

17. Toda enfermedad ó ligero malestar, especialmente si radica en las vías digestivas, debe cuidarse pronto llamando inmediatamente al médico.

PARTE III.

18. Si desgraciadamente se presentara el cólera en un individuo de la familia, debe ésta, en lo posible, conservar la tranquilidad de espíritu, meter en cama al enfermo, arroparle, darle á beber alguna infusión aromática, como té, salvia, eucaliptus ó manzanilla, añadiéndola una pequeña cantidad de ron, cognac, etc., en tanto llega el facultativo.

19. La incuria de los enfermos y allegados en recurrir á la ciencia es causa de innúmeras desgracias.

20. Las deyecciones y las materias arrojadas por el vómito deben destruirse por el fuego ó por larga cocción ó por lo menos esterilizarlas con el sulfato de hierro y mejor con el sublimado corrosivo, según prescripción del profesor; las sábanas y demás ropas manchadas ó que estuvieron en contacto de los enfermos, se entregarán al personal de la desinfección ó se destruirán por el fuego ó se hervirán durante una hora en una caldera. Donde no estuviere organizado el servicio de desinfección se procederá con las ropas y demás objetos del colérico según ordenen los médicos que le asistan.

21. De todos modos las personas encargadas de asistir á los coléricos cuidarán de desinfectarse escrupulosamente las manos á fin de evitar que los gérmenes que

en ellas pudieran estar adheridos sean trasportados á la boca. Por tal razón se aconsejará gran limpieza, por medio de lavados con agua y jabón blando, allí donde el médico no deje preparado el desinfectante que crea conveniente.

22. Siguiendo rigurosamente las prescripciones expuestas, aunque pocas y sencillas, se evitarán muchas desgracias.

PARTE IV.

23. En cuanto á los cadáveres y entierros de los cólericos, que se cumplan con todo rigor las prescripciones vigentes sobre el asunto.

24. Bueno es advertir al público que debe estar prevenido y no hacer caso alguno de los que comercian con el terror, valiéndose de supuestas panaceas y medios profilácticos á los que con desparpajo inaudito apellidan remedios infalibles; asimismo que se prevenga al público para que evite á todo trance procedimientos de valor científico no probado y prohibidos por las leyes de Sanidad.

25. En resumen, contra el cólera la ciencia y sólo la ciencia es la única de quien deben esperar algo provechoso los enfermos.

en ellas pudieran existir adheridos sean transportados a la boca. Por tal razón se aconseja gran limpieza, por medio de lavados con agua y jabón blando, allí donde el médico no deje preparado el desinfectante que crea conveniente.

23. Siguiendo rigurosamente las prescripciones expuestas, aunque pocas y sencillas, se evitarán muchas desastres.

PARTIV

23. En cuanto a los cadáveres y enterramientos de los coléricos, que se cumplan con todo rigor las prescripciones vigentes sobre el asunto.

24. Bueno es advertir al público que debe estar prevenido y no hacer caso alguno de los que comercian con el terror, valiéndose de supuestas panacas y medios profanos a los que con desparajo inaudito apelaban remedios infalibles; asimismo que se prevenga al público para que evite a todo trance procedimientos de valor científico no probado y prohibidos por las leyes de Sanidad.

25. En resumen, contra el cólera la ciencia y sólo la ciencia es la única de quien deben esperar algo provechoso los enfermos.