

SUPLEMENTO A LA GACETA DE MADRID

DEL LUNES 7 DE JULIO DE 1834.

INSTRUCCION

que se debe observar para precaverse del cólera morbo, y para tratarlo en el principio de su invasion, formada por la junta de Sanidad de esta capital, en cumplimiento de la Real orden de 30 de Junio próximo pasado.

El medio mas poderoso conocido para precaverse de todo género de enfermedades, por malignas que sean, es la esmerada limpieza de las personas, de las casas, y de todo lo demas que sirva á los usos ordinarios; evitar en lo posible el exponerse á un aire frio y húmedo, y sobre todo al que por su olor manifieste tener cualidades poco saludables; no exponerse á un calor excesivo, tener un arreglo juicioso en la comida y bebida, no cometer género alguno de abusos, y esforzarse en olvidar todo lo que, no estando á nuestro alcance su remedio, entristezca, y abatiendo el ánimo predisponga muy particularmente á contraer varias enfermedades.

Para conseguir tan importante objeto, será muy conducente tomar algun baño general de agua templada, á fin de limpiarse toda la piel, teniendo cuidado de no exponerse al aire frio al salir, porque esto podria ocasionar todos los males que sobrevienen, cuando las personas dejan de sudar ó se enfria la piel repentinamente; á mas es necesario lavarse con frecuencia cara, manos, brazos y pies, y esto podrá suplir hasta cierto punto por el baño general en los sujetos que sus circunstancias no les permitan bañarse. Las casas deben barrerse todas una vez al dia, y dos las habitaciones mas frecuentadas; han de ventilarse cuanto se pueda por la mañana al salir el sol, y por la tarde media hora despues de traspuesto, se entiende en el verano, porque en el invierno conveendra que sea antes de trasponearse: tambien se ventilará el aposento en que se hayan reunido y permanecido bastante tiempo muchas personas, inmediatamente que se concluya la reunion, cualquiera que sea la época del dia. Es preciso que siempre que se ventilen las casas cuiden las personas de no ponerse á la corriente del aire. Cuando por cualquiera causa se perciba mal olor en las habitaciones, será bueno rociarlas con el agua clorurada, y sería muy oportuno que en los comunes que dan habitualmente mal olor, despues de bien tapados, se pusiese encima una taza de dicha agua, renovándola de veinte y cuatro en veinte y cuatro horas, ó bien suplir esto echando dentro del mismo comun un cubo de lechada de cal. Con cuanta mas frecuencia pueda mudarse la ropa de uso diario, tanto mas se contribuirá á conservar la salud, siempre que se haga con las debidas precauciones: ademas es necesario vestirse con arreglo al frio ó calor que se observe, en términos que ni se sienta frio, ni tampoco se tenga un calor excesivo; y en razon de que se nota con frecuencia en un mismo dia, que ya hace calor ya hace frio, será bueno que se use una faja de lienzo en el verano, y de franela en el invierno, que ciña el vientre y lomos. Los alimentos por lo general deben ser los mismos que se tiene costumbre usar, á no ser que fuesen notoriamente perjudiciales; téngase entendido que los de mejor calidad son vaca, ternera, carnero, aves, huevos, leche, pescados blancos y frescos, arroz, patatas, fideos y garbanzos; las demas legumbres, las verduras, asi como las frutas, á no estar bien sazonadas, son por lo comun malas, en particular las acuosas; igualmente son perjudiciales los pescados salados y los escabechados; de los salados se exceptúa el bacalao, que siendo de buena calidad, no es dañoso. Los alimentos, aunque sean de buena calidad, son dañosos cuando se come mas de lo necesario. El vino debe beberse con mucha moderacion, sin perder de vista que la embriaguez ha sido causa que el cólera haya hecho horriblos estragos en la mayor parte de los pueblos que lo han tenido: en las actuales circunstancias el uso de los condimentos picantes en extremo, el del aguardiente y el de los helados, aunque sea moderado, es muy posible que haga daño: el agua natural fria en el verano y un poco templada en el invierno, es la bebida que usándola segun dicte la necesidad, y no estando sudado ó muy acalorado el sujeto, por lo comun jamas dañará. Téngase presente que todo género de abuso, cualquiera que sea su especie, y por alicientes que tenga, es sumamente dañoso. Son igualmente dañosas las pasiones fuertes de ánimo, como la ira, el terror, y aun la tristeza y melancolia, porque las unas ocasionan inmediatamente enfermedades, á veces muy terribles, y las otras disponen en términos que el mas minimo motivo sea suficiente para que el sujeto se ponga malo: el medio de evitarlo es procurarse distracciones inocentes, que sin agitar extraordinariamente el ánimo, le entretengan de un modo agradable, y conduce mucho á esto el pasear con frecuencia en horas que no haga frio ni calor excesivo, por parage bien ventilado y nada húmedo: los paseos que en esta capital podrán frecuentarse son: el del Real Sitio del Retiro, y aun el del Prado, hasta muy poco despues de traspuesto el sol; tambien son buenos los paseos de la carretera que sale de

la puerta de Alcalá, el de Recoletos, campo de los Guardias y el de S. Bernardino.

El que observe todas estas precauciones tiene motivo para esperar con fundamento que no se alterará su salud, ó que si se pone malo, su enfermedad no será tan grave como sería si no las observase. Tambien es necesario, en el caso de sentirse malo, no perder tiempo en procurar el remedio, esto es muy útil en toda enfermedad, pero se hace del todo indispensable si Madrid empezase á padecer el mal que ya sufre algun pueblo de su provincia: y aunque se presenta de un modo muy benigno, es importantísimo no perder los primeros momentos, porque de esto depende en gran parte el que no ocasione extraordinaria mortandad el cólera asiático: asi es que luego que alguna persona enfermase debe llamar al médico, que es el único que puede tratar su mal con acierto, y si ya existiese el cólera en el pueblo, con el solo objeto de no perder tiempo, interin viene el profesor, podrá, segun las circunstancias que se expresarán, valerse de los remedios siguientes.

Si se presentan tres ó cuatro evacuaciones de vientre líquidas, se enfrían algo las piernas, hay ademas algun escalofrio en varias partes del cuerpo, con sensacion de peso ó ligero dolor de cabeza, ardor en el estómago, sed y algun calambre, se pondrá al enfermo en cama, se le aplicarán botellas de agua caliente, ó ladrillos ó bayetas calientes en los pies; en seguida sinapismos hechos solo con mostaza y agua caliente en las piernas, muslos ó brazos, mudándolos de sitio de cuarto en cuarto de hora, ó antes si incomodasen mucho, teniendo cuidado de volverlos á calentar cuando esten frios, y tambien de no enfriar al paciente. Las frías secas ó con algun liquido estimulante apropiado serian oportunas, si se pudiesen dar sin que el enfermo se airease. De hora en hora se echará una lavativa compuesta de una jicara de agua de arroz, ó bien de agua comun por ser mas pronto, en la que se disolverán dos pedazos de almidón algo mayores que el tamaño de una avellana, una yema de huevo, y 24 gotas de láudano liquido. Si hubiese algun dolor de tripas se pondrá en el vientre una cataplasma caliente hecha con la harina de linaza y agua, añadiendo encima un poco de manteca sin sal. Hasta que el médico se presente no tomará el enfermo otro alimento que alguna jicara de agua de arroz, poniendo á cada cuartillo de esta media onza de goma arábica y otra media de azúcar, todo pulverizado, para que se disuelva con facilidad á un fuego lento. Si ya desde el principio con los síntomas referidos se presentasen vomitos, ó estos se declarasen luego, á mas de todo lo dicho, se pondrá un sinapismo á lo largo del espinazo desde la nuca á los lomos, se dará de cinco en cinco minutos un pedacito de hielo del tamaño de una avellana, y de dos en dos horas una jicara del agua de arroz expresada, añadiéndole doce gotas de láudano liquido, y si este promoviese mas el vómito, tomará el enfermo un grano del extracto acuoso de opio, tambien cada dos horas. Los dolores cólicos en este caso son fuertes, y para mitigarlos se ponen en el vientre desde una á dos docenas de sanguijuelas, segun la edad y naturaleza del sujeto, es decir, una en los de corta edad ó débiles y dos en los adultos y robustos, desprendidas las sanguijuelas se pone la cataplasma de linaza. Tambien se suele observar que los cursos ó sea diarrea, en muy poco tiempo extenuan por su frecuencia y abundancia á los enfermos, y entonces, si todavia no hubiese llegado el profesor, podrán ponerse las lavativas aconsejadas arriba, con la diferencia de que en vez del láudano se deberá poner un escrópulo de alumbre de roca. Si el ataque desde luego se presentase con frialdad extremada en la mayor parte del cuerpo, con color azulado, cara desfigurada, y absolutamente sin pulso ó casi imperceptible, ó bien se manifestasen estos síntomas sin haber comparecido aun el médico, es necesario envolver las piernas, muslos y brazos del enfermo con sinapismos muy calientes, poner en el espinazo reiteradas veces el largo sinapismo arriba expresado, y mantener el calor á todo trance con botellas de agua, ladrillos ó saquitos de arena muy calientes. De lo demas se practicará lo que se pueda, pero no se le dará el láudano ni el opio.

No son estos los solos recursos que tiene la medicina para los casos que se acaban de describir, pero son complicados, y para decidir de su utilidad y conveniencia son necesarios conocimientos propios únicamente de los médicos, á quienes esta junta creeria agraviar si no los considerase con toda la instruccion necesaria para tratar con acierto el cólera asiático lo mismo que otras enfermedades mas crueles; y la misma junta espera que el público, á quien únicamente se dirige la precedente instruccion, la recibirá como un nuevo testimonio de las miras filantrópicas y maternales de la augusta REINA Gobernadora, y como una prueba de la vigilancia con que incesantemente se procura y se procurará siempre la conservacion de la salud, ó el alivio de los males que pueden afligir á este heroico vecindario.