

L-260-1

FM/876

117

Allocución de la Junta Municipal de Sanidad e Higiene a los habitantes de Madrid recomendando algunos preceptos higiénicos con motivo de la epidemia colérica.

(12 Octubre 1865)

DIOMEA N° 1

212
629
12

Á LOS HABITANTES DE MADRID.



CONVOCADAS en 8 del corriente por el Excmo. Sr. Alcalde-Corregidor las Juntas Municipales de Beneficencia y Sanidad, y declarado por éstas la existencia del cólera epidémico, acordaron las medidas convenientes para disminuir sus estragos. Entre las mas urgentes, vista la premura con que se les pedia consejo, creyeron deber indicar la publicacion de unas instrucciones sanitarias para prevenir los perniciosos efectos del mal.

Estas Juntas cuentan con la organizacion completa del servicio extraordinario de la Beneficencia municipal, estableciéndose, ademas de las Casas de socorro existentes en los Distritos, dotadas con un crecido número de profesores para atender á todas las necesidades urgentes del vecindario, servicios facultativos como sucursales en el Parador de Luna, Peñuelas, Virgen del Puerto y Chamberí; hallándose dispuestas á aumentarlos, si fuere necesario: ademas se ha aconsejado el establecimiento inmediato de hospitales para coléricos en la parte Sur y Norte de la poblacion.

Por lo tanto, cumple á nuestro deber hacer presente el interés y solicitud con que por el Municipio, así como por la primera Autoridad civil de la provincia, se llevan á cabo cuantas medidas son conducentes al objeto y con el fin de alentar al vecindario y á confiar en la pronta desaparicion de la epidemia. Entre tanto, se recomienda la lectura y aprovechamiento de los consejos higiénicos para circunstancias como las actuales, reproducidos y modificados de los que en 1855 se dirigieron á los habitantes de Madrid.

No se conoce ningun específico preservativo del cólera morbo: los que se anuncian ó se aconsejan como tales, si no son dañosos, son completamente inútiles; siendo de advertir que aun en este último caso pueden causar indirectamente un gran daño cuando por la confianza que inspiren á los que los usan, se descuidan éstos en recurrir á los preservativos verdaderamente eficaces. El aseo del cuerpo, la limpieza, ventilacion y desinfeccion de las casas, el habitar en piezas espaciosas y bañadas por el sol, el evitar la supresion de la transpiracion con un abrigo conveniente, el huir de la humedad, el ejercicio al aire libre y por sitios elevados y secos, la vida ocupada y moderadamente activa, la tranquilidad de ánimo en cuanto sea posible, y sobre todo un régimen conveniente de alimentos y bebidas: hé aquí los medios de preservarse del cólera epidémico.

Así, pues, se tendrá el mayor cuidado en mantener limpia la piel, mudándose la ropa interior mas á menudo que de ordinario.

Habrà igualmente toda la limpieza posible, no solo en los aposentos principales de las casas, sino tambien en las demas piezas, y se ventilarán diariamente por mañana y tarde. En las salas donde por mas ó menos tiempo hubieren permanecido reunidas muchas personas, se renovará el aire tan luego como cese la reunion, cualquiera que sea la hora. En cada pieza, á no ser muy

espaciosa, dormirá solamente una persona, ó cuando mas dos. No se dejará en las habitaciones nada que produzca mal olor ó altere de cualquier modo la pureza del aire. Cuando en una habitacion se perciba mal olor, ademas de ventilarla se pondrá en ella una vasija con hipoclorito de cal y agua (1). Lo mismo se hará si el lugar comun despidiese gases fétidos, cuidando siempre de taparle bien y colocar en su platillo una vasija ancha llena de agua. La habitacion donde hubiere algun enfermo, se desinfectará una vez al día, cuando menos, poniendo cinco ó seis onzas de hipoclorito de cal en cantidad suficiente de agua para formar una lechada, sobre la cual se echará un poco de vinagre ó doce á veinte gotas de ácido sulfúrico diluido, y paseando esta mezcla por la habitacion así que se desprendan las primeras burbujas de gas, ó por medio del ácido hiponítrico (2). En caso de fallecimiento convendrá hacer en la habitacion fumigaciones mas fuertes con el mismo ácido hiponítrico mencionado. La combustion de la pólvora y del azufre no debe emplearse por los malos efectos que pueden ocasionar, á no ser dirigida por persona competente.

A fin de impedir los perniciosos efectos del enfriamiento y la supresion consiguiente de la transpiracion cutánea, será conveniente vestirse siempre con arreglo á la temperatura atmosférica y abrigarse lo suficiente para sentir mas bien calor que fresco. Con el propio objeto se procurará igualmente no esponerse á las corrientes del aire, no pisar en el suelo con los pies desnudos, preservarse del fresco de las mañanas y de las tardes, y sobre todo del sereno de las noches. Una faja de franela ó de lienzo, segun la estacion, al rededor del vientre, podrá ser útil. Ocioso es decir que, al lavarse y aun al cambiar de ropa interior se deberán tomar las precauciones regulares y de todos sabidas.

La conveniencia de alejarse de los rios y canales y de todo paraje bajo y húmedo está demostrada por la mas constante esperiencia.

El ejercicio al aire libre y por sitios elevados y secos es principalmente necesario para los que habitan en casas reducidas, bajas y húmedas.

Debe evitarse todo trabajo excesivo, sea corporal ó mental; y es menester conceder al descanso y al sueño las horas necesarias.

La incontinencia y la vida desarreglada son muy espuestas.

Los afectos de ánimo, con especialidad los deprimentes, contribuyen muchas veces á la produccion del mal, y hay que evitarlos ó remediarlos, si es posible.

Mas de todas las causas que unidas á la epidémica ó atmosférica son capaces de ocasionar el cólera, no hay ninguna tan poderosa ni tan frecuente como los alimentos ó bebidas, que ya por su calidad, ya por su cantidad, ya por las circunstancias en que se toman, no son bien recibidos en el estómago ó los intestinos. Sobre este punto, el mas importante de todos, se tendrán presentes las reglas siguientes:

1.^a Nadie tomará, ni aun en pequeña cantidad, un alimento ó bebida que ordinariamente siente mal á su estómago. 2.^a Tampoco se usarán aquellos alimentos ó bebidas que, aunque inocentes y fáciles de digerir en tiempos comunes, están reconocidos como dañosos cuando reina epidémicamente el cólera. 3.^a Con mas motivo se deberá todo el mundo abstener de los que en cualquier época son irritantes ó difíciles de digerir. 4.^a Por punto general, despues de las comidas principales no convendrá dormir, sino mas bien hacer ejercicio. 5.^a Cuando uno tenga algun afecto de ánimo, la comida debe ser parca y de muy fácil digestion. 6.^a No deben pasar muchas horas de una comida á otra; y convendrá mucho tomar todos los días alimentos sanos, en la misma cantidad y á las mismas horas. 7.^a La vaca, la ternera, el carnero, el cordero, el jamon, las aves, los pescados blancos, los huevos frescos, los garbanzos, el arroz, las patatas, las

(1) Esta sustancia es barata, y se adquiere en las boticas y droguerías.

(2) Se pone en una vasija de cristal una cucharada de ácido nítrico (agua fuerte), una cucharada de agua y una pieza de dos cuartos; debiendo salirse de las habitaciones interin se desprenden vapores, y ventilando despues.

féculas, los fideos y demas pastas y el pan bien cocido y no caliente son excelentes alimentos. Al contrario, los pimientos, los tomates, los pepinos, las sandías, los melones, las setas, las berzas, las ensaladas y legumbres crudas, las frutas verdes ó pasadas, las carnes ahumadas, las sustancias grasientas, los embutidos rancios, los pescados fuertes, como el atun, el bonito y el salmon, los salados, los escabechados, los pasteles, el queso y la leche son en lo general mas ó menos dañosos. 8.^a Aun los alimentos señalados como saludables dejarán de serlo, si no están bien preparados, si están condimentados con picante, especias ó demasiada grasa, ó si se toman en cantidad excesiva. 9.^a Es muy esencial que el agua que se bebe sea de buena calidad. El agua de pozo ó de noria en las circunstancias actuales no puede beberse sin riesgo. 10.^a No hay inconveniente en que las personas acostumbradas á beber vino en las comidas sigan tomándolo, con tal que sea en cantidad moderada y no esté adulterado. Las personas acostumbradas á tomar aguardiente, licores y demas bebidas espirituosas deberán usarlas con mucha moderacion, y siempre despues de las comidas. Los helados, las bebidas ácidas y aun el agua comun fria ó tomada en gran cantidad pueden tambien hacer daño, especialmente cuando se está sudando. Sin perjuicio de las advertencias precedentes, será bueno que cada uno se aparte lo menos posible de su régimen habitual.

Tambien es espuesto, cuando hay epidemia de cólera, tomar vomitivos, purgantes ú otros medicamentos irritantes, y nadie deberá usarlos sin prescripcion ó anuencia de facultativo.

Tales son los consejos que las Juntas Municipales de Sanidad y Beneficencia creen necesario dar á los habitantes de Madrid, para que se preserven de la enfermedad reinante.

En el caso de no haberla podido evitar, es preciso recurrir inmediatamente á los auxilios del arte. Hay mas: toda indigestion, toda diarrea, toda alteracion de las funciones digestivas debe ser pronta y enérgicamente combatida, á fin de que no pase á cólera.

Para atender á los primeros síntomas del mal mientras llega el médico llamado, se tendrán presentes las advertencias siguientes:

Si una persona experimenta malestar y debilidad general, dolor de cabeza, incomodidad y peso en la boca del estómago, dolor de vientre y ruido de tripas, se acostará inmediatamente, se pondrá á dieta absoluta, y tomará infusiones calientes de flor de malva, té ó tila y agua de arroz, procurando al mismo tiempo abrigarse para favorecer por este medio la transpiracion cutánea.

Si tuviese diarrea con cámaras biliosas, sensacion incómoda en la boca del estómago y quebrantamiento de fuerzas, se acostará igualmente, y tomará á menudo, y en cortas cantidades, agua de arroz gomosa, poniéndose ademas lavativas pequeñas de agua de almidon con seis á doce gotas de láudano liquido de Sydenham, todo sin perjuicio de favorecer la transpiracion con las bebidas indicadas y el abrigo.

Si ademas de estos síntomas presentase el enfermo vómitos y enfriamiento de las estremidades ú otras partes del cuerpo, despues de lo prescrito anteriormente se le dará agua carbónica en cortas porciones, se le aplicarán calentadores ó botellas de agua caliente, se le darán friegas con un cepillo en las estremidades y á lo largo del espinazo, y se le envolverán las piernas y muslos en bayetas calientes.

Las Juntas Municipales no creen prudente indicar otros remedios porque su aplicacion oportuna exige conocimientos facultativos. Madrid 12 de Octubre de 1865.—El Alcalde-Corregidor, *Presidente*, Marqués de S. Saturnino.—Juan Castelló y Tagell.—Manuel Salvador Lopez.—Juan Chavarri.—José Echegaray.—José Mondéjar y Mendoza.—Nemesio Carabias.—Bruno Fernandez de los Ronderos.—Rafael de Pazos.—Fernando Alvarez del Rio.—Valentin Ruiz del Vivar.—José Moreno Elorza.—Isidoro Mata.—Manuel de la Torre y Rauri.—José Diaz Benito.—Por acuerdo de las Juntas, —Pablo Leon y Luque, *Secretario de la de Sanidad*.—Estéban Almiñana, *Secretario de la de Beneficencia*.

MADRID : 1865. — Oficina tipográfica de los Asilos de San Bernardino.

IN COSAS

