

enfermedades infecciosas

Dr. ESTEBAN FERRER

tando sometidos a las peores condiciones, no enferman, y estos hechos son aprovechados por los escépticos para poner en duda los preceptos higiénicos. De todos modos el individuo que respire aire en el que floten gotitas o partículas de polvo (esputos desecados), procedentes de enfermos, es no sólo posible, sino probable que enferme.

Cuando cunden estas clases de epidemias, se impone evitar las aglomeraciones de gente, evitar las conversaciones, dirigiéndose el aliento, costumbre que se ha dado en llamar de mala educación y que mejor sería denominada antihigiénica. Proteger los ojos con gafas de cristal, pues no hay que olvidar que en la parte interna del párpado inferior existe un orificio que da paso a un conducto que desemboca en la nariz, que es por donde desaguan las lágrimas, y cualquier microbio que cayera en los ojos pasaría a la nariz, produciendo igualmente infección.

Imprecindible será una rigurosa limpieza de dientes tres veces al día mediante un cepillado con cualquier pasta dentífrica. Gargarismos de la siguiente solución: Agua, 500 gr. Clorato potásico, 4 gr. Resorcina, 2 gr. Poner unos 2 traveses de dedo en un vaso y gargarizarla cuidadosamente, reteniéndola el mayor tiempo posible.

Gotas en la nariz de: Aceite, 20 gr. Gomenal, 15 gotas. Ponerse con un cuentagotas 3 ó 4 en cada agujero de nariz, aspirando fuertemente hasta que se note en la garganta. Se faroece esta penetración, extendiéndose horizontalmente y sin almohada un minuto.

Cuando se está al cuidado de los enfermos, se irá provisto de gafas y con un pañuelo doblado en punta y entre cuyas dos hojas se ha colocado una capa de algodón hidrófilo de un través de dedo de espesor; se confeccionará una mascarilla que tape nariz y boca, adoptándose bien a ellas y así, al respirar, filtramos el aire.

II. **Vía digestiva** (el microbio nos llega con los alimentos sólidos o líquidos).—Es el caso de la fiebre tifoidea y el cólera. Estos enfermos eliminan los microbios por las heces y la orina, y, al llegar a la tierra, pueden contaminar las aguas de bebida o las de riego o el mar (puertos), y éstos, a su vez, los vegetales de escaso crecimiento (lechugas, escarolas, etc.), o a los seres que se desarrollen en sus aguas (mejillones, ostras, etc.). Pero también hay otro factor: un individuo ha padecido una fiebre tifoidea y ha sanado; durante un cierto tiempo (de algunas semanas a algún mes) continúan viviendo en su intestino bacilos de Elerth, que expulsa con sus deposiciones; supongamos que, después de ejecutar sus funciones más íntimas, no se lava las manos y éstas han quedado ensuciadas por heces, y que se trate de un lechero, al trasegar la leche de un recipiente a otro, puede contaminarla.

A estos individuos se les llama **portadores de gérmenes**; constituyen personas sanas, pero capaces de contaminar, en las condiciones apuntadas, lo que manipulen.

Así, pues, tenemos los factores más terribles para un contagio de tifoidea o cólera: Los alimentos crudos, tales como lechuga, escarola, fresas, ostras, mejillones, leche y agua potable. Su profilaxia no puede ser más sencilla.

En las épocas de epidemia de tales enfermedades, prohibición de comer nada crudo, especialmente ensaladas, mariscos y leche. El agua de bebida la someteremos a una ebullición de cinco minutos o consumiremos aguas minerales embotelladas. Nos abstendremos de comer fuera de nuestras casas, en evitación de que ningún portador de gérmenes contamine los alimentos que después comeremos.

La divulgación de estos conceptos elementales y su estricta observación serán, junto con otra medida de profilaxia importantísima, como es la vacunación preventiva, las armas más eficaces para contrarrestar los terribles estragos de estas epidemias.