

HIGIENE.

Cuáles deben ser los medios propios para alcanzar su mejor enseñanza.

CONFORME al turno reglamentario tócame esta noche, solicitando la benévola atención de mis ilustrados consocios, leer un estudio que se refiera á la importantísima sección á que tengo la honra de pertenecer.

No ha sidq poca la vacilación que experimenté al decidirme por el asunto que forma el desaliñado trabajo actual; porque mi primer deseo fué ofrecer una referencia de algunos trabajos prácticos llevados á cabo en la cátedra que está á mi cargo en nuestra Escuela de Medicina, por lo menos, tal ha sido lo que he hecho en años anteriores. No obstante esto, preferí al fin, hacer la exposición de mi modo de juzgar la Higiene, ya no tanto como ramo valiosísimo del saber humano, sino más bien como doctrina y método que en un todo armónico informe la enseñanza higiénica en el primer plantel médico entre nosotros.

Bien convencido de que el único modo de realizar un fin, cualquiera que este sea, no es otro que la práctica de los medios adecuados á él, he meditado detenidamente acerca de cuáles deban ser los medios propios para alcanzar la mejor enseñanza de la higiene en nuestra Escuela.

Tal es el asunto que me propongo someter á la inteligente valuación de mis distinguidos colegas.

El primer punto que se ofrece á nuestra consideración es determinar, con la mayor exactitud posible, cuál sea el carácter de la asignatura denominada Higiene. Pues una vez caracterizada la materia es claro que habremos limitado el campo de las investigaciones y quedaremos colocados en mejor punto de vista, para que el trabajo se facilite desde el instante en que el camino principal esté allanado.

Que fijar el carácter de la Higiene es el eje principal de la raíz de esta cuestión, no cabe duda, pues bien se sabe que en el intelecto dos grandes grupos forman todos los conocimientos humanos, y de ahí se desprende rigurosamente que han de variar, por lo menos en sus lineamientos principales, los modos de inculcar estas dos secciones del saber.

El trabajo incesante de la humanidad, á través del tiempo y del es-

pacio y como feliz resultado de la experiencia y la organización, ha reunido cuantiosos conocimientos, que la admirable síntesis del lenguaje ha grabado con estas dos palabras: la ciencia y el arte. Aquella ha organizado todo el saber teórico y éste ha concatenado todo el saber práctico. Aquella es la mirada vidente de lo que es; y éste el ariete irresistible de lo que debe ser. Aquella valiéndose de la observación, la experimentación y la comparación, recoge los hechos, los comprueba, los generaliza y enlaza y los valora: forma en suma, la doctrina, respecto del asunto estudiado. Este formula los preceptos, los relaciona y asigna á cada cual la oportunidad de su ejecución para realizar el fin deseado: constituye el método para alcanzar el objeto á que se aspira.

Como se ve ambos tesoros de la humanidad tienen puntos de semejanza y puntos de diferencia. Los dos tienen por alma la verdad; pero la ciencia constituye la verdad y ella es su fin; en tanto que el arte la aprovecha sólo como medio, pues su fin es satisfacer nuestras necesidades.

Sentado esto, veamos cuáles son las propiedades que muestra la Higiene y sepamos, en conclusión, á qué grupo pertenece, cuál es su carácter.

Si consultamos por sus obras á los antiguos, nos contestan que es el *arte de conservar la salud*. Y si ocurrimos á los modernos nos responden que es la *ciencia que trata de la salud* ó bien que es la *fisiología* aplicada. Como se ve, unos tilian á la higiene entre las *artes*, y otros la consideran entre las *ciencias*. Aquellos quieren que aconseje la práctica para que como resultado de la actividad, según ella, conservemos el inestimable bien de la salud. Y éstos desean que conozcamos lo más posible las causas que alteran la salud y los medios que tenemos para no perderla.

A mi entender, ni unos ni otros están completamente en la verdad y ambos ven la cuestión por uno sólo de sus lados. Aunque juzgo, que en esta parte, más se acercaron á lo cierto los antiguos que los modernos.

Digo que ni los unos ni los otros han acertado á definir la Higiene, porque si nos atuviésemos á la opinión que dice: que está formada por reglas que deben dirigir la conducta, como ésta es tan varia y tan incesantemente mutable, en consonancia con el clima, la atmósfera, los alimentos, el régimen, la edad, el sexo y las múltiples circunstancias subjetivas y objetivas que determinan las acciones, claro es que habríamos menester un número casi infinito de reglas que nos pusieran en aptitud de aconsejar con acierto; pero ni aun en este supuesto tendríamos probabilidad de acertar, porque aunque tuviéramos las reglas para los casos observados, seríamos incapaces de prescribir preceptos para los casos nuevos, ó de mo-

dificar las reglas para las variaciones de las circunstancias. Seríamos los eternos rutineros incapaces de todo progreso, jamás justificaríamos nuestro modo de obrar ó los consejos dados, y nos pasaría constantemente lo que alguna vez aconteció á un general, que no habiendo podido cambiar su táctica, porque sólo conocía *preceptos*, después de la derrota comunicaba al supremo jefe: hemos perdido, pero conforme á las reglas.

Por otra parte, si conformáramos nuestra opinión con la de los que creen que en el conocimiento de los agentes naturales y su influencia, respecto de la salud, estriba en realidad el carácter de la Higiene, nos equivocáramos completamente. En efecto, por grande que fuese nuestro saber en lo que atañe á los modificadores ó medios en cuyo seno vivimos, si sólo á eso se redujese nuestra aptitud intelectual, salta á la vista que nuestra impotencia sería completa tratándose del primero de los bienes, de la salud. Porque es lógico comprender que la satisfacción de nuestras necesidades resulta de actos *ejecutados* y no sólo del *conocimiento* de los que deban *ejecutarse*. Nos saciamos ingiriendo el más precioso de los líquidos y nunca con sólo saber: que el agua apaga la sed.

Siendo la salud un estado del organismo que se conserva ó pierde en virtud de actos ejecutados, claro es que nos interesa sobre manera, ejecutar los que á su conservación coadyuvan, y es evidente que si el ejercicio de ellos nos lleva al resultado, no es menos verdadero, que uno de los factores es el conocimiento de lo que deba hacerse.

Fácil es comprender por este sucinto análisis que la Higiene, como asignatura no es esencialmente teórica, ni exclusivamente práctica; sino que participa de ambos caracteres.

Una vez determinado esto veamos cuál de ambas secciones es la principal y cuál es el lazo que las une.

Debemos antes advertir, que aunque los tratadistas se han alejado mucho entre sí, por la manera como han definido la Higiene, dándole carácter exclusivo, ya como ciencia, ya como arte, en realidad al tratar la materia, todos le han dado carácter mixto, lo que de un modo elocuente é inequívoco indica, que esta es su verdadera naturaleza. Pero si en este importante hecho, todos sin decirlo, ó más bien, á pesar de su dicho, están de acuerdo, no es menos verdadero (é importante desde el punto de vista en que estoy colocado) que en la manera de enlazar y subordinar dichas dos secciones reina entre ellos anarquía completa. En este modo de exponer é inculcar, que afecta tanto á la doctrina como al método, reside la divergencia. En efecto, los que definen la Higiene como ciencia, le dan

á esta el principal papel, á él le consagran la mayor atención y emplean para su adquisición los mismos recursos de que la ciencia se vale. Para terminar, y como agregado, hacen seguir á las nociones teóricas, los preceptos que aconsejan el modo de obrar. Los que así proceden yerran el camino, porque tratándose de enseñar Higiene á personas preparadas ya, en lugar de presuponer adquiridos los conocimientos de las ciencias físico-químicas y biológicas, se entretienen en repetir esos estudios, aun cuando sea sólo en parte, robando tristemente un tiempo precioso que debía emplearse, de preferencia, en adquirir preceptos y ejercitarse en muchos de ellos.

En cambio, los que definen la Higiene como arte, se limitan á enumerar reglas, lo que siendo exclusivo tiene un doble inconveniente. Por una parte hace árido el estudio, lo cual constituye impasable defecto pedagógico y lo segundo, y á pesar de que se tenga conveniente preparación, da aptitud incompleta en la práctica porque no razonando los preceptos queda uno sin cesar expuesto á no poderlos cambiar cuando varían las circunstancias, es decir, á experimentar lo que acontecería á quien tiene un sólo traje para personas de estatura diferente. De todo se infiere rectamente, que la enseñanza tiene que ser necesariamente teórico-práctica; los preceptos, para que por su constante ejercicio, conservemos la salud; y la razón de ellos para que por su medio, podamos variar los preceptos adaptándolos á cada caso que se presente. Es decir, que la Higiene en su carácter de ramo de enseñanza es un *arte científico*: lo primero, porque está constituida por reglas que norman ó tienden á dirigir la conducta, por preceptos que se proponen disciplinar nuestros instintos; y lo segundo, porque siendo estas reglas preceptos abstractos de carácter general, es de todo punto indispensable hacer su *adaptación* á cada uno de los casos que se presente, y esto sólo es factible conociendo los principios ó leyes fundamentales del medio en que estamos colocados, de nuestro propio organismo y de las relaciones recíprocas de ambos factores. Esto nunca podría hacerse con sólo un arte empírico, tratando de modificar al ser más complejo de la naturaleza, al hombre.

Una vez resuelta, á mi entender, la primera cuestión, formulemos la que viniendo en segundo lugar, no es menos valiosa que la tratada ya. Y para simplificar aún más el problema por resolver, descartaré en seguida la parte científica, que si bien es indispensable hoy, no cabe la menor duda de que es sólo provisoria y que con el total progreso desaparecerá dejando solos á los preceptos que con oportuna y bien determinada interven-

ción conservarán la salud individual y colectiva favoreciendo el mejoramiento de la totalidad.

Teniendo la Higiene por fin conservar la salud, dos clases de grandes recursos se han planteado para conseguirlo. Es el primero, instituir una serie de reglas que se proponen evitar la acción de los distintos factores que contribuyen á alterar la salud. A la Higiene concebida así, podemos denominar por excelencia: Higiene clásica. Todos los tratadistas, en lo fundamental, es así como formulan tan valiosa materia. Recórranse las obras de Higiene y se verá que allí hay reglas para evitar el aire nocivo, la pérdida del calor por propiedad en el vestido, los peligros de rápida irradiación mediante habitación confortable, etc., etc. Pero mientras más se perfeccionan estas reglas para evitarnos los males que la faz nociva de los agentes que nos rodean puedan causarnos, mucho más difícil se hace su práctica y el ejercicio de ella va quedando reservado sólo para los ricos, para los poderosos, esto es, para el menor número de los humanos. Esta tendencia no es ni puede ser nunca buena, y como doctrina exclusiva jamás debe patrocinarse.

El segundo grupo de recursos es más limitado, de menos poder en la actualidad; pero en cambio tiene un gran porvenir, es de carácter positivo y es el único que hace popular á la higiene poniéndola al alcance de todos los humanos, pobres ó ricos, jóvenes ó viejos, habitantes de la ciudad ó el campo.

Aquí la regla no asume un carácter negativo, destinada principalmente á evitarnos las malas influencias; sino que obrando directamente sobre el organismo y parte del medio, quiere hacer al hombre indemne á las enfermedades; y en caso de ser invadido que sea suficientemente vigoroso para vencerlas. Para esto se recurre á la vacuna, que aleja enfermedades transmisibles, al ejercicio y reparadora alimentación, que ahuyenta la miseria fisiológica y á la hidroterapia que hace rarísimas las múltiples enfermedades de enfriamiento.

Sentado esto, creo que no se debe ser partidario exclusivo de uno de estos sistemas, sino asociarlos convenientemente, dando más extensión al primero, porque en la actualidad está mejor sistematizado; pero prescribiendo lo mejor posible el segundo, llamando la atención sobre la gran trascendencia de la Higiene concebida así.

Así pues, dividiré á la Higiene en positiva y negativa. La primera abraza los preceptos que aspiran á vigorizar al organismo y sanear el medio en que vivimos, para evitar ya el desarrollo de enfermedades, ya que

nos invadan, ó bien que una vez atacados nos sobrepongamos á ellas. Aquí viene bien el estudio y práctica de las vacunas y revacunación, detenidas consideraciones acerca del aislamiento, desinfección é hidroterapia, las diversas formas de ejercicios musculares y la más adecuada alimentación. En cuanto á la higiene negativa acepto la división clásica en privada y pública y tanto una como otra, en parte general y parte especial. Los preceptos generales que se refieren á las funciones de nutrición (tanto vegetativas como de propagación) así como los que aluden á las funciones de relación, constituyen la primera parte de la Higiene privada, siendo uno de sus principales capítulos la higiene cerebral. Los datos que suministran, para modificar adaptando esos preceptos, tanto las edades, como los sexos, la constitución, el temperamento, la idiosincrasia y las múltiples variaciones del medio en que vivimos, forman la segunda parte de la higiene privada. En cuanto á la higiene pública toma datos de la etnografía y la climatología para preceptuar los modos de aclimatación. La demografía y la lógica suministran los elementos para la estadística médica. La epidemiología y pornografía hace posible establecer preceptos para la asistencia pública. La actividad profesional y el trabajo industrial, las consideraciones de la ciudad y el campo y la bromatología, fundan los importantísimos preceptos de higiene internacional y de salud pública. La sociología, por último, hace posible la higiene social y el feliz coronamiento con la legislación sanitaria.

Tomando por base los hechos observados, generalizando sus cualidades similares y constituyendo sus grupos de preceptos claros, precisos y razonables creo yo poder inculcar de la mejor manera uno de los conocimientos más valiosos y útiles que posee la humanidad. Y el modo ó método para realizar esto sería: primero, formular en temas adecuados todas las cuestiones de higiene y hacer de cada una el asunto para una ó más clases orales; segundo, elegir un buen texto, que durante el año escolar sirva solamente de auxiliar á los alumnos; y tercero, hacer que se ejerciten los alumnos en toda la parte de higiene que exige manipulaciones prácticas, así como en la visita y crítica de las diversas clases de establecimientos y obras que afectan la salud individual ó colectiva.

Tal es lo que yo pienso acerca de la enseñanza de uno de los ramos más benéficos en el progreso social.

Junio 10 de 1891.

LUIS E. RUIZ.