



Cartilla Profiláctica

—
DICTADA POR LA

Junta Superior de Sanidad

—DE—

GUAYAQUIL

A fin de evitar la propagación de la Peste Bubónica, la Junta Superior de Sanidad ha acordado entre otras medidas higiénicas, la de publicar una Cartilla Profiláctica que comprenda, en resumen, las reglas principales de higiene que deban observar las familias para preservarse, en cuanto sea posible, del contagio de dicha enfermedad.

La Peste Bubónica es una enfermedad infecciosa y trasmisible por contagio é inoculación.

La enfermedad se propaga por contacto directo con los enfermos ó sus ropas; por las mercaderías procedentes del lugar infectado, siendo sus principales vehículos las ratas, ratones y cuyes, por intermedio de los parásitos [pulgas] que viven en dichos animales. Las moscas y mosquitos son tambien agentes de trasmisión.

La miseria, la suciedad, el hacinamiento, los hábitos de intemperancia y los excesos de todo género, son los factores principales de su desarrollo.

I

HABITACIONES

LIMPIEZA Y DESINFECCION

Art. 1°.—El suelo, paredes, corredores, patios y demás dependencia de la casa, deben barrerse diariamente, dos veces por lo menos, teniendo cuidado de regar el suelo con una solución de ácido fénico al 6%, ó con lechada de cal, ó lo que es más eficaz, con una solución de sublimado corrosivo al 1 por 5000.

Art. 2°.—Las paredes, puertas, ventanas y cielo raso de las habitaciones, deben ser lavadas con agua y jabón, siempre que lo permita el material con el que están construidas.

Art. 3°.—Hágase pintar la fachada y el interior de los edificios de madera; y cubrir con yeso ó cal las paredes que fueren de quincha.

Art. 4°.—Tanto los portales como la porción de calle correspondiente á cada edificio deben barrerse, previamente regados, dos veces al día, sin tomar en cuenta el servicio de aseo público.

Art. 5°.—Siempre que sea posible debe fumigarse el interior de las habitaciones, haciendo uso de una solución de ácido fénico, ó de formol ó de sublimado. Estas desinfecciones deben practicarlas los empleados de la Sanidad que tienen á su cargo este ramo.

Art. 6°.—Las puertas y ventanas de las habitaciones, y especialmente de los dormitorios, deben permanecer abiertas durante el día, á fin de evitar el confinamiento del aire.

Art. 7°.—Téngase especial cuidado de no guardar en los dormitorios la ropa sucia de la familia, así como alimentos, deyecciones y demás sustancias que infectan la atmósfera de dichas habitaciones.

Art. 8°.—Las basuras, restos de alimentos y demás desperdicios se recojerán en determinados depósitos para ser luego arrojados á las carretas de Aseo Público. Siempre que sea posible deben ser incineradas.

Art. 9°.—Las aguas sucias provenientes del uso doméstico y las deyecciones, deben arrojarse á los excusados ó á los recipientes de la Salubridad Pública, pero nunca á la calle ni á los patios.

Art. 10°.—Los excusados y urinarios de las casas y lugares públicos deben lavarse cada vez que sean usados, con abundante cantidad de agua, y desinfectarse con sulfato de cobre ó una solución de creolina.

Art. 11°.—En las casas donde no hubiere excusado, las materias fecales serán depositadas en recipientes herméticamente cerrados, cuidando de desinfectarlos previamente con sulfato de hierro.

Art. 12°.—Vigílese cuidadosamente los desagües, á fin de que estos no sean obstruidos, y evítese la estancación de las aguas y formación de charcos en los patios y corrales.

Art. 13°.—Las cocinas, comedores y despensas deben mantenerse en constante y perfecta limpieza, y no guardar en ellas restos de alimentos ó sustancias de fácil descomposición.

Art. 14°.—No debe conservarse en las casas ni en los alrededores, animales inmundos como cerdos, cuyes &, ni aquellos que como los perros, dan albergue á los parásitos conductores del contagio. Las aves de corral, solo en número muy limitado, y en corrales á propósito, pueden permitirse.

Las ratas y ratones deben perseguirse con el mayor empeño, á fin de hacer desaparecer el principal agente de trasmisión de la peste, porque estos animales infectan el suelo de las habitaciones con su saliva, orina, excrementos etc, diseminando el ger-

men de la peste que se mezcla con el polvo é inmundicias de la superficie de las habitaciones. Las ratas enfermas salen agonizantes de sus guaridas en busca de aire y de agua. Se las encuentra muertas en los tumbados, patios, debajo de los pisos y en general en los lugares en donde hay agua: no deben cogerse con las manos las ratas y ratones ó cuyes, que se encuentren enfermos ó muertos--Deben tomarse con unas tenazas ó con un papel; y sumergirlos en un recipiente que contenga agua hirviendo, á fin de matar las pulgas.

Art. 15°.—Estas disposiciones deben observarse con mayor escrupulosidad, en los colegios, escuelas, asilos de beneficencia, y demás establecimientos en los que la aglomeración de personas haría más fácil la propagación de la peste.

II

DEL INDIVIDUO

ALIMENTOS Y BEBIDAS

Art. 16°—Los alimentos deben ser sanos y de fácil digestión, como las carnes frescas, pescado, leche, huevos, legumbres y frutas ácidas.

Art. 17°—No deben tomarse alimentos guardados ó de fácil descomposición, como las salazones, carne ó marisco en conservas y otros.

Art. 18°--Cuídese que haya el mayor asco en los lugares en los que se guardan los alimentos, en su preparacion, así como en los útiles de cocina y comedor.

Art. 19°--La temperancia en el uso de bebidas alcohólicas y fermentadas debe ser absoluta. El agua pura, ó las aguas minerales y gaseosas, son las únicas que deben usarse como bebida. El agua filtrada por filtros esterilizadores es, sin duda, la mejor; pero en su defecto, cuídese siquiera de conservarla limpia y en lugares frescos y ventilados.

Art. 20°-- Como buena medida de higiene se aconseja que las horas de la comida sean siempre las mismas, debiendo mediar entre ellas, seis horas por lo menos.

BAÑOS Y VESTIDOS

Art. 21°--Toda persona que esté en completo estado de salud, debe bañarse diariamente, haciendo uso de agua potable y jabón. No debe dormir en el suelo ni andar descalza.

Art. 22°--Las mejores horas para el baño, son las de la mañana, salvo que se tenga la costumbre de hacerlo á otra hora.

Ar. 23°--Los baños, sean de inmersión ó de lluvia, deben ser cortos, especialmente los últimos.

Art. 24°--Por ningún motivo debe usarse para el baño del agua de nuestro río, pues ella conduce siempre todas las deyecciones de la ciudad.

Art. 25°—El baño general no excusa á la persona de lavarse con jabón, cara y manos, tantas veces cuantas sea necesario. El aseo es la base de la higiene, y es un error funesto suponer que alguna vez sea perjudicial. La peste es una enfermedad de la suciedad y de la inmundicia.

Art. 26°—Póngase todo esmero en el aseo y limpieza de los vestidos, especialmente de la ropa interior, la que debe cambiarse dos veces al día

Art. 27°—La ropa exterior, en nuestro clima, debe ser lijera, siempre que la interior sea de lana ó algodón, para evitar los enfriamientos repentinos.

COSTUMBRES EN GENERAL

Art. 28°—Las medidas que quedan indicadas no llenarán su objeto, sino se encuentran secundadas por las costumbres en general. En tal concepto se aconseja á toda persona, hacer vida metódica en armonía con la naturaleza de sus ocupaciones.

Art. 29°— Como regla general de higiene no debe el individuo cambiar de costumbres, siempre que éstas sean sanas.

Art. 30°—Las horas dedicadas al descanso deben respetarse y estar en relación con la clase de trabajo que se haga.

Art. 31°—Nada hay que produzca efectos más perniciosos como el hábito de trasnochar. A él van unidos generalmente el abuso de las bebidas alcohólicas, y excesos

de todo género. Un organismo debilitado por tan malos hábitos, degenera, y se pone en inminente peligro de contraer cualquier enfermedad, y en especial la que nos amenaza tan de cerca.

Art. 32°—La peste es evitable y debe ser evitada, mediante el concurso sincero y decidido de las autoridades y el público. Por esto se recomienda el dar parte inmediata á los agentes Sanitarios, de todos los casos, sospechosos ó declarados. La peste no se combate ocultándola. Su existencia, una vez comprobada, debe ser revelada, porque de este modo se consigue la rápida extinción de los primeros focos de contagio.

Art. 33°—La peste es fácilmente curable, si el enfermo solicita pronto la asistencia del médico.

Art. 34°—Póngase especial empeño en ayudar por todos los medios posibles al cumplimiento de las órdenes y reglamentos de Higiene General que dicte la JUNTA SUPERIOR DE SANIDAD.

