

LECCION LIX.

SUMARIO.—Higiene de las pasiones consideradas en sus relaciones con la poblacion.—Distincion entre las pasiones sociales y las pasiones de los pueblos.—De la intemperancia, ó ebriosidad.—Relacion entre las latitudes geográficas y el consumo de bebidas fermentadas.—Estado del alcoholismo y del consumo de los licores fuertes en Suecia, Inglaterra, Rusia, Alemania, Suiza, Francia, Italia, Grecia, España, en los pueblos en donde impera el Islamismo y en los Estados- Unidos.—Influjo de la raza en la propension á la ebriosidad.—Idem de las condiciones individuales exteriores: profesiones, preocupaciones populares, miseria.—Influjo de las condiciones fisiológicas individuales: edad, sexo, temperamento y herencia.—Profilaxis administrativa de la embriaguez.—Historia de las disposiciones penales adoptadas contra este vicio en diferentes ocasiones.—Sociedades de templanza: su origen y su historia en América y en Europa.—Profilaxis administrativa de la intemperancia.—De la guerra.—Calificacion moral de la guerra.—Males que ocasiona.—No conduce á ningun objeto útil.—Demostracion histórica de este principio.—Profilaxis de la guerra.—Tratado internacional para asegurar la paz.—De la pasion del juego.—Su universal diffusion entre los diferentes pueblos así civilizados como salvajes.—Males que acarrea á la sociedad.—Datos estadísticos referentes á la justicia criminal de Francia, encaminados á probar la influencia moral y social del juego.—Consideraciones sobre los efectos sociales de las rifas y loterías.—¿Debe el Gobierno perseguir, ó tolerar y reglamentar el juego?—Profilaxis oficial de la pasion del juego.—De la vagancia.—Si no es un delito es una prevencion de delito.—Historia de las medidas adoptadas por los legisladores contra la vagancia.—Influjo de la vagancia en la criminalidad, deducido de los datos estadísticos.—Profilaxis de la vagancia.—Medidas administrativas relativas al trabajo en los hospicios.

Higiene de las pasiones consideradas en sus relaciones con la poblacion.

Comencemos por distinguir las *pasiones sociales* de las *pasiones de los pueblos*: las primeras son las que experimenta el individuo á causa de vivir en sociedad; de este género son, por ejemplo, el amor, los celos, la envidia, la ambicion, la amistad, etc. Las pasiones de la poblacion son las afecciones morales que conmueven mas ó menos profundamente y de un modo colectivo á

las agrupaciones humanas. En su esencia, pues, las pasiones de los pueblos no se diferencian de las del individuo; pero son distintas sus manifestaciones y debe variar forzosamente su profilaxis. La ira, por ejemplo, es una pasión que en el individuo se manifiesta por los rasgos de concentración ó de expansión que le son característicos; las manifestaciones de la ira popular constituyen las *guerras*, las *sublevaciones*, los *motines*, etc.

Lo dicho bastará para dar á comprender el punto de vista desde el cual debemos estudiar las pasiones en Higiene pública, y esto mismo justificará que limitemos nuestro exámen á un corto número de ellas, dejando para las ciencias morales y políticas los pormenores mas extensos que á este asunto corresponden. Trataremos, por lo mismo, en la presente Lección: 1.º de la *intemperancia* ó *ebriosidad*; 2.º de la *guerra*; 3.º de la *pasión del juego*, y 4.º de la *vagancia*.

DE LA INTEMPERANCIA, Ó EBRIOSIDAD.

Pocas son las regiones de la tierra en donde no se haga uso, y hasta abuso, de las bebidas fermentadas. El *alcoholismo* es una *plaga social* que, no solo afecta á las naciones civilizadas, sí que tambien á los pueblos salvajes, aunque no en igual proporción en todas las latitudes ni á todas las castas humanas. Puede, por regla general, establecerse que el consumo de bebidas espirituosas vá en progresivo aumento desde el Ecuador á los climas frios, y que el consumo de alcoholes destilados es tanto mayor cuanto mas escasea la producción territorial del vino. La vid no medra en los climas frios: de ahí que los habitantes del norte ingieran mas aguardiente y licores fuertes que los moradores de las zonas templadas. Ciertó que aquellos se hallan rodeados de condiciones mas propicias para resistir los efec-

tos fisiológicos del alcohol, á causa del mayor gasto respiratorio, que, por efecto del frio, experimenta su economía; esta circunstancia no basta, empero, á compensar el excesivo abuso á que se entregan, pues la experiencia ha demostrado repetidas veces que el alcohol preserva poco del frio, y que para resistir las bajas temperaturas de los climas septentrionales se reportan mayores ventajas de los alimentos grasos y aceitosos. Es preciso, sin embargo, convenir en que los climas del norte engendran una singular apetencia para las bebidas fuertes.

En ninguna nacion se abusa tanto de los alcohólicos como en Suecia: desde que Gustavo III, para aumentar los rendimientos del Fisco, monopolizó la fabricacion de las bebidas alcohólicas, el consumo de espirituosos en esta nacion ha ido en constante aumento. En 1785 gastáronse 5.400,000 kanas (1) de aguardiente; en 1831, el consumo llegó á 22.000,000 de kanas; en 1837, con una poblacion de 3.000,000 de habitantes, habia 170,000 destilerías que producian 180,000 quarters (2); de modo que anualmente correspondian á cada habitante—descontando las mujeres y los niños, pues éstos no usan bebidas destiladas—de 80 á 100 litros de este líquido inflamable.

Es casi proverbial la aficion que los ingleses tienen á los alcohólicos: habia llegado esta pasion hasta tal punto, que, antes de 1751, segun el historiador Smollet, los vendedores de bebidas alcohólicas tenian en su establecimiento un rótulo anunciando que, por un penique, se podia emborrachar un hombre, y por cuatro sueldos caerse muerto de embriaguez en una yacija de paja, en el mismo establecimiento, hasta recobrar el estado normal. Segun datos estadísticos bien fundados,

(1) La kana equivale á unos 2 litros.

(2) El quarter, en Suecia, equivale á 0.32,717 litros.

solamente en Escocia fabricáronse, en 1862, 556,663 hectólitros de alcohol, esto es, el 52 por 100 de la fabricacion total del Reino-Unido, calculada en 1.234,861 hectólitros, siendo consumidos en la misma Escocia 200,012 hectólitros, los cuales, en concepto de derechos fiscales, produjeron en favor del Tesoro la suma de 77.366,975 francos. En el expresado año hubo 94,908 individuos acusados de embriaguez, de los cuales 63,255 fueron declarados culpables y 7,000 castigados con pena de encarcelamiento. Hubo además 211 veredictos de muerte por dicho vicio, contándose entre estos 145 hombres y 66 mujeres. Puédese, por término medio, calcular que en Inglaterra no baja de 50,000 el número de personas que anualmente sucumben á los excesos de la bebida.

Tambien en Rusia vá tomando incremento la embriaguez: fijase en 10,000 el número de las defunciones que ocurren cada año en esa vastísima nacion á causa del mencionado vicio; en 1764, solo en San Petersburgo sucumbieron 635 individuos por efecto de la embriaguez.

Hace asimismo considerables estragos el alcoholismo en Alemania, como se desprende del siguiente dato: segun Roesch, en 1822 habia en Berlin 1,520 tabernas, y segun Casper, 6,540, esto es, una cuarta parte de las tiendas estaban destinadas á este uso, siendo entonces la poblacion de 199,283 habitantes.

En Suiza son tambien muy frecuentes los abusos de los alcohólicos: en el canton de Berna, con una poblacion de 410,000 habitantes, consúmense anualmente unos 6.032,100 azumbres castellanos de vino y 920,000 de aguardiente, sin contar la sidra, la cerveza ni otras bebidas fermentadas que se elaboran á domicilio. Segun Lehmann, en Kiselegg, pequeña poblacion de Berna, que consta de 1,900 almas, se cuentan 26 destilerias.

En Francia la ebriosidad hace tambien progresos alarmantes, segun se desprende de los siguientes datos de

Boudin sobre el aumento gradual del consumo de las bebidas alcohólicas: en 1728, consumiéronse 368,857 hectólitros de aguardiente; en 1826, 906,337; en 1840, 1.088,302, y desde 1842 á 1846, el término medio fué 1.475,000; siendo de notar que en los departamentos septentrionales el dispendio de alcohólicos fué mucho mayor que en las provincias del mediodía, coincidiendo este hecho con la proporción de enajenados por alcoholismo comparada en ambas regiones.

«Italia, Grecia y sobre todo España, dice el autor de quien tomamos estos datos (1), tienen menos que deplorar las tristes consecuencias de los excesos alcohólicos. Recientemente, empero, se ha fundado en Turin una *Sociedad de templanza*, y esto, en cierto modo, indica aumento de intemperancia en el norte de Italia. Los españoles tienen profunda aversión á los alcohólicos.»

Si esta breve reseña estadística de las naciones europeas la extendiésemos á las de las otras partes del mundo, encontraríamos constantemente comprobado el hecho que hemos sentado al comenzar esta Lección, esto es, que el alcoholismo se halla difundido por todas las naciones; hasta en Asia, á pesar del precepto del Koran que proscribe el uso del vino, viéndose obligados los mahometanos á embriagarse con ópio y con hashich, no deja de ser frecuente la embriaguez alcohólica. Los africanos, despues de las conquistas de los europeos, hacen frecuente uso de las bebidas espirituosas y en particular del venenoso licor de ajénjos. En los Estados-Unidos tenemos un vivo ejemplo de los triunfos que puede prometerse la Higiene sobre la funesta pasión por los alcohólicos, pues habiendo esta marchado en superior aumento hasta 1828, en que se creó la

(1) G. FOURDES.—Artículo *Alcoholisme* del *Dict. des sciences medic.*, t. II.

institucion de las sociedades de templanza, notóse en seguida una rápida declinacion. En el referido año, la poblacion de los Estados-Unidos era de unos 12.000,000 de habitantes, y se consumieron 327.128,568 litros de bebidas espirituosas; lo cual dá 27 litros por individuo, cantidad que aun seria mayor si se descontasen los niños y las mujeres. Hubo tambien en el mencionado año 300,000 beodos y 30,000 defunciones causadas por el alcohol.

El influjo de la raza es muy evidente en la apatencia para las bebidas alcohólicas: las castas mas propriamente reputadas intemperantes son la germánica, la inglesa, la china y la etiópica, notándose que la pasion por las bebidas alcohólicas subsiste en los individuos aun cuando varíen de clima. Por los años de 1846 y 1847, habia en Montevideo unos 4,000 individuos del ejército inglés, y desde 1846 á 1852, residian en la referida ciudad de 500 á 1,600 militares franceses: la mortalidad fué por lo menos triple entre las tropas inglesas que entre las francesas, y este hecho fué con razon atribuido á los hábitos de embriaguez de los soldados de la Gran Bretaña. En América, los bebedores mas aguerridos son siempre los alemanes, los irlandeses y los ingleses. Los negros se distinguen por doquiera por su irresistible aficion á la bebida, y esta propension es en ellos tan nociva, que, segun MM. Ruz y Luppé, la *tafia* causa la muerte á las dos terceras partes de los individuos de la raza etiópica.

Existen ciertas condiciones individuales, exteriores unas y fisiológicas otras, que pueden considerarse como causas predisponentes de la embriaguez. Entre las primeras, se cuentan: 1.º determinadas *profesiones*, tales como las de panadero, fundidor, herrero y otras análogas, que exigen trabajos muy rudos en una atmósfera muy cálida; las de labrador, albañil, cantero y demás

en que se ejercen grandes esfuerzos al aire libre; aquellas en que se pasó una vida andariega, como la de vendedor ambulante, la de trapero, etc.; la de empleado en los resguardos de aduanas y otras varias mas ó menos semejantes á las mencionadas, las cuales dan un asombroso contingente de personas ebrias; 2.º la *preocupacion popular* que hace creer que es necesario acostumar á los niños á beber vino para facilitarles la erupcion de los dientes, y 3.º la *miseria*, que obliga al indigente á saciar el hambre y á buscar un calor funesto en el alcohol, ya que carece de alimento y de abrigo.

Entre las condiciones *fisiológicas individuales* que predisponen el alcoholismo, se han estudiado la *edad*, el *sexo*, el *temperamento* y la *herencia*. De los datos estadísticos de Magnus Huss resulta: que entre 139 casos de alcoholismo, habia 14 sugetos de 23 á 29 años; 44 de 30 á 39; 40 de 40 á 49; 23 de 50 á 57 y solo 1 de 60 años. En la mujer la embriaguez es mucho menos comun que en el hombre: en 132 casos, tratados por M. Huss, en el espacio de tres años, habia 123 hombres y 16 mujeres; y en 200 observados por M. Morel, solo se contaban 13 mujeres. El temperamento linfático-nervioso es el preponderante entre los hombres del norte, que es en donde es mas frecuente el alcoholismo; en nuestras latitudes, el temperamento sanguíneo es el mas propenso á la intemperancia. Con respecto á la herencia, parece averiguado que el estado accidental de embriaguez, así como el alcoholismo crónico de los progenitores, influyen de un modo bastante positivo comunicando á la prole una especial propension á la ebriosidad. Estos hechos, empero, necesitan una confirmacion mas terminante.

La profilaxis de la embriaguez ha preocupado desde muy antiguo á la Administracion pública en todas las

naciones. Dracon castigaba con la muerte á los atenienses que abusaban del vino; Licurgo hacia embriagar á los esclavos, á fin de que los hijos de los espartanos libres, en presencia de aquellos, adquiriesen horror á este vicio; Pitaco imponia doble pena por los delitos cometidos en estado de embriaguez; Zaleuco no permitia el uso del vino sino á los enfermos y castigaba con la muerte á los que en otro caso lo usaban; entre los romanos estaba prohibido el uso de dicha bebida á los menores de 30 años, y en ninguna edad podian tomarla las mujeres: Eucasio Metelo sorprendió bebiendo á su esposa; matóla y fué absuelto. Mahoma, para evitar los excesos alcohólicos en los hijos de la Arabia, prohibió el uso del vino, pero los sectarios del Koran se embriagan con ópio. Francisco I de Francia impuso pena de encarcelamiento á pan y agua á los que por primera vez se emborrachasen, la de azotes á los que se entregaban por segunda vez á este vicio, vapuleo público á los que delinquian por tercera vez, y á los tres veces reincidentes los desterraba, despues de hacerles cortar las orejas; Cárlos IX, á imitacion de Licurgo, hizo arrancar las cepas, y Luis XIV se mostró muy severo para suprimir la embriaguez en los cortesanos. En Alemania, Maximiliano I, en 1500, mandó publicar un rescripto en que prohibia las asociaciones de bebedores, y en tiempo de Cárlos V, de Maximiliano II y de Rodolfo se expidieron ordenanzas análogas, recibiendo al propio tiempo los sacerdotes órden de esforzar la predicacion en el sentido de apartar de este vicio á los fieles. En Inglaterra se ha tratado de poner freno á la embriaguez por medio de grandes impuestos sobre las bebidas alcohólicas y castigando con penas corporales á los bebedos; en Suecia las leyes se muestran severas contra este vicio: por la primera falta se imponen 3 dollars de multa; 6 por la segunda y así sucesivamente, doblando el

castigo hasta la quinta, en que el delincuente es encerrado en una casa de correccion y condenado á trabajos forzados. La embriaguez no es circunstancia atenuante de los delitos. Nuestras leyes son quizás demasiado benignas en este punto, pues la embriaguez entra como circunstancia atenuante de los delitos y no se castiga sino á los borrachos que dañan. Solo se imponen 80 reales de multa á los que escandalizan. Esta lenidad de nuestro Código penal se funda en que en España la embriaguez es menos frecuente que en otras naciones.

Ha sido un verdadero progreso higiénico-moral de nuestro siglo la fundacion de las *Sociedades de templanza*. La primera institucion de este nombre nació en Boston en 1813, pero, como en un principio no tuvo por objeto mas que evitar el abuso, sin proscribir completamente el uso de las bebidas fermentadas, no dió los resultados que se empezaron á notar despues de 1828, en que los asociados se obligaron á no probar vino ni ninguno de los derivados del mosto. En 1828 contábase en los Estados-Unidos mas de 30,000 que habian ingresado en esta moralizadora institucion, y en 1829 pasaban de 1,000 las sociedades de templanza que habia en el Norte de América, entre las cuales 11 fueron iniciadas por el Estado. Los resultados no tardaron en tocarse: la mortalidad general, que, desde seis años antes, habia sido de $24 \frac{1}{16}$ por 100, por término medio, descendió dos años despues al $17 \frac{1}{2}$ por 100, y la de las personas de mas de 40 años, que en 1826 habia sido de 15 por 100, en 1828 se redujo á 9. En 1835, segun consta en el informe 8.º de la *Sociedad de templanza, americana*, se contaban mas de 2.000,000 de individuos que habian renunciado enteramente al uso de las bebidas fermentadas; hallábanse constituidas mas de 8,000 sociedades de templanza, con 1.500,000 miembros; habianse cerrado mas de 4,000 destilerias; mas de 8,000

vendedores de bebidas alcohólicas habian abandonado su comercio; mas de 12,000 capitanes de buques se habian comprometido á no trasportar ese género, y en fin, mas de 12,000 personas propensas á la ebriosidad habian dejado de probar licores espirituosos.

El brillante ejemplo de los Estados-Unidos no pudo menos que hallar eco en Europa: New-Ross, en 1829, fundó en Irlanda la primera asociacion europea de la templanza, y antes de terminar el referido año se habian establecido otras muchas en aquel país y en Escocia. En 1830 fundáronse otras en Suecia y en Finlandia, y en 1831 se estableció en Lóndres la *Sociedad británica de templanza*, continuando despues tan laudable ejemplo Prusia, Alemania y Suiza, y propagándose sin intermision el movimiento moralizador á las colonias europeas de América, Asia y África.

Despues de lo expuesto, réstanos consignar, que la profilaxis administrativa de la intemperancia consiste en la adopcion de las siguientes medidas:

1.^a Castigar la embriaguez siempre y cuando dé lugar á escándalo, desórden ó violencia.

2.^a Imponer sobre las bebidas destiladas una contribucion proporcionada á las necesidades de la industria y rebajar el impuesto sobre el vino.

3.^a Fomentar la propagacion de las *Sociedades de templanza*, ponderando al pueblo los horrores del vicio, para encarnar en aquel los hábitos de la honestidad y del trabajo, y estableciendo premios para la templanza.

Y 4.^a Apartar de la via pública á los beodos, encerrándoles en un depósito especial mientras dura su estado, y suministrándoles los medios eficaces para combatir los efectos del alcohol.

De la guerra.

En todos tiempos se han mirado con horror los crímenes de los hombres; el homicidio ha sido severamente castigado en todas las naciones; pero se ha sido sobrado indulgente con los crímenes de los pueblos; se ha exaltado hasta donde no convenia lo que la moral reprueba: la guerra. Las guerras, aun las reputadas mas justas, son duelos colectivos á muerte; aquellas en que un pueblo se arroja sobre otro pueblo, no merecen otro nombre que el de homicidios voluntarios, premeditados y frecuentemente con el agravante de alevosía. «Los preceptos de la moral social, dice Adolfo Garnier, son los mismos en las relaciones entre las naciones que en las relaciones entre los individuos... El derecho de la guerra ha sido trazado por algunos filósofos, pero no tiene por intérprete órgano ni tribunal alguno, estando abandonado á la conciencia del pueblo, turbada con frecuencia por las pasiones y sobre todo por la cólera del combate y la embriaguez de la victoria.»

La guerra es, pues, mal que los poetas hayan cantado su epopeya, un *crimen social*, y, por consiguiente, un hecho altamente antihigiénico. Además de una de las causas mas terribles de mortalidad, es la madre del hambre, de las epidemias y del desórden. La guerra es, por otra parte, una calamidad que ejerce una influencia siempre funesta en las naciones, porque obliga á mantener ejércitos permanentes y á sostener trabas en el desenvolvimiento material y moral de la humanidad y á arrebatár brazos á la industria.

La guerra no conduce á nada útil: las conquistas hechas por las armas cuestan tan caras á los vencedores como á los vencidos. Los grandes imperios amasados

de grandes ejércitos, han sido poco duraderos, porque tenían en su propio seno el fermento disgregador. Un coloso pudo doblegar la cerviz de un pueblo, pero no humillar su espíritu. Solo hay una arma poderosa para las conquistas: la civilización; esta es la causa de que los pueblos moral é intelectualmente atrasados sean los únicos que han quedado permanentemente sometidos á sus vencedores. «Los habitantes de Privernum se rebelaron varias veces contra Roma; después de su sujeción, el Senado recibió á sus diputados y les dijo: «Si os hiciésemos gracia de la pena en que habeis incurrido, ¿qué clase de paz seria dable esperar de vosotros?—Fiel y perpétua, contestaron, si es equitativa; de corta duración, si es opresiva.» La mayoría del Senado opinó entonces que un pueblo, lo mismo que un hombre, no puede permanecer por mucho tiempo en un estado del cual se arrepiente; que la paz es segura cuando es voluntaria; que de allí donde existe la esclavitud no puede esperarse la fidelidad, y concedió á los primavernates el derecho de ciudadanía: desde aquel día no volvieron á rebelarse.» (1)

Basta este ejemplo, entre mil que nos ofrece la historia de la humanidad, para demostrar las pocas ventajas que los pueblos opresores pueden prometerse de los oprimidos: ¿qué utilidades, pues, han de producir las guerras? Y en cambio, ¡cuántos males acarrear, cuánto dolor, cuánta desolación, cuán funestas huellas imprimen! La Higiene no puede menos que declarar *guerra á la guerra*, y ya es tiempo de que, recordando que son hermanos, los pueblos se alíen, se confederen, para oponerse á las guerras. Luchen enhorabuena la razón y el talento de los hombres, entren en certámen el pro-

(1) Tito Livio, lib. viii, cap. xxi, citado por A. Garnier, en su *Moral social*, pág. 319.

greso y la civilizacion de los pueblos; en esta lucha la humanidad saldrá siempre gananciosa; pero el sér que posee las sublimes armas de la inteligencia no debe rebajarse hasta el extremo de hacer uso de la fuerza brutal contra sus semejantes.

El Gobierno, en nombre de los altos deberes que le impone el resguardo de la salud pública que le está confiada, debe, por consiguiente, hacer lo posible para evitar la guerra y minorar sus estragos.

Para evitar la guerra, debiera estipularse un tratado internacional por el que todas las naciones civilizadas se conviniesen en establecer un Jurado que dirimiese las cuestiones de derecho de gentes que pudieran suscitarse, obligándose á someterse al fallo de este Jurado y estando prontas á hacer sentir reunidas el peso de su fuerza á cualquiera de ellas que tratase de faltar á este compromiso. En un solo caso pudiera consentirse la guerra: en el de que un pueblo bárbaro intentase destruir las obras morales de la civilizacion, ó sea de la libertad en sus distintas manifestaciones: entonces las naciones coaligadas debieran mancomunarse para aniquilar al enemigo comun. Esta medida, que, por ahora, no pasa de una utopia diplomática, acabaria con la ambicion de engrandecimiento nacional y, por consiguiente, con las guerras internacionales.

Medidas análogas podrian adoptarse para evitar las guerras civiles, mucho mas sensibles y por lo comun mucho mas duraderas que las otras. No desconocemos, sin embargo, que el remedio mas eficaz contra las luchas intestinas seria la probidad de los gobernantes y la estricta observancia de las leyes del Estado. Pero en la situacion á que hemos llegado, ¿dónde está la honradez política de gobernantes y gobernados?

De creer es, por lo tanto, que, á pesar de los buenos deseos de muchos hombres de Estado, esté todavía le-

jano el día en que ya no tengamos que temer el asolador azote de las guerras, y, por consiguiente, nos hallamos en el caso de pedir que á lo menos no sean estas tan desastrosas. Ya que existe el llamado *derecho de la guerra*, sea este respetado en todo lo que tiene de humanitario, esto es, en cuanto se refiere á la prévia declaracion y ruptura de hostilidades, á los sitios y bloqueos, á las treguas y armisticios, á los prisioneros, y sobre todo á la neutralidad de las ambulancias y empleados en el ramo de sanidad. Haya caridad en la guerra. ¡Ojalá que, como dice el Dr. Monlau, las mismas razones que han motivado humanizar la guerra, motiven al fin que nunca las haya!

DE LA PASION DEL JUEGO.

El juego es una pasion que se encuentra en todos los momentos históricos de la vida de todos los pueblos, habiéndose mostrado rebelde á las mas enérgicas medidas adoptadas por los legisladores. Diríase que es innata en la naturaleza humana, toda vez que hasta los salvajes tienen extraordinaria aficion á las emociones que proporciona.

«El juego, dice Descuret (1), tan perjudicial para los individuos, no lo es menos para la sociedad toda, en cuanto opera diariamente una dislocacion improductiva de capitales y contribuye á mantener la ociosidad, con tanta razon llamada *madre de todos los vicios*. La condicion de los jugadores, segun M. Fregier, está sujeta á tantas vicisitudes y á tantos extravíos, que no es extraño que la sociedad y la autoridad pública encargada del orden de esta, los consideren como hombres peligrosos. El juego es una de las pasiones á que se

(1) *Medicina de las pasiones*, pág. 352.

entrega con mas ardor la clase viciosa. Los individuos de esta clase que se hallan dominados por el amor al juego, llegan á ser, tarde ó temprano, el terror de todas las gentes de bien, porque estas no trabajan mas que para economizar lo supérfluo, al paso que los primeros no trabajan sino para satisfacer su pasion.»

La influencia moral y social del juego se deduce de los siguientes datos estadísticos, que se refieren á la justicia criminal de Francia: en seis años, desde 1836 á 1841, hubo 81 suicidios determinados por el juego; entre 1,000 crímenes, contábanse 413 provocados por querellas nacidas de esta misma pasion; segun datos oficiales, en trece años, esto es, desde 1829 á 1841, el juego habia dado márgen á 1,545 causas correccionales, de las que resultó la supresion de 286 loterías clándestinas y el cierre de 1,259 casas de juegos de azar, no autorizadas.

Esta pasion reviste diversas formas en la vida privada; pero lo mas sensible es que en la esfera administrativa se halle legalmente establecido el juego bajo pretexto de proporcionar rendimientos al Tesoro público.

Nuestras leyes prohiben, bajo penas severas, los juegos de azar; en cambio el Gobierno, con sus *rifas* y *loterías* y con la *bolsa*, pretende monopolizar el incentivo de la pasion. «¡Quién ignora, esclama Descuret, los males que en Francia acarreó el sistema de Law! Aquel célebre aventurero abrió un abismo, en el cual la mitad de la nación tiró miserablemente su dinero, y seiscientas mil familias que habian tomado papel bajo la fé del Gobierno, quedaron completamente arruinadas. El establecimiento de la loteria dió resultados no menos funestos, porque el pueblo es quien principalmente cae en ese engañoso armadijo. ¿No se han visto mujeres, particularmente de las clases inferiores, vender hasta su último harapó y hasta la ropa de sus hijos, para satisfacer aquella miserable pasion, cuya fuerza llegaba á ahogar en ellas los mas tiernos sentimientos de la naturaleza?...»

Aquí se presenta un problema administrativo, en cuya discusion no queremos entrar, por mas que tenga algunas analogias con el que hemos visto plantado respecto de la prostitucion: ¿debe el Gobierno perseguir ó tolerar y reglamentar el juego? Nosotros optamos por la prohibicion absoluta, porque la experiencia ha probado que esta pasion es menos funesta cuando se trata por los medios prohibitivos que si se la abandona á sí misma ó se la somete á una legislacion especial que la autorice.

No tenemos espacio para exponer otros motivos que nos inducirian á tomar, con respecto al juego, un partido diametralmente opuesto al que hemos preferido relativamente á la prostitucion; pero la razon aducida nos parece suficiente por sí sola para fundar y justificar nuestra opinion, teniendo en esta parte la dicha de estar de acuerdo con el Dr. Monlau—prohibicionista en punto á prostitucion—cuyo artículo sobre el juego, escrito en sus *Elementos de Higiene pública*, t. II, pág. 980, nos hacemos un deber en recomendar, pues forma una brillante compilacion casi textual de las ideas de Descuret y de Buffon, y contiene además gran copia de datos estadísticos relativos á los resultados morales y materiales que en España han producido las loterías, que, á la verdad, son dignos de ser conocidos.

Resumiendo en breves palabras la profilaxis oficial de la pasion del juego, diremos, que las autoridades deben cuidar:

1.º De perseguir sin descanso los garitos y casas de juegos, no concediendo autorizacion para establecerlos bajo ningun concepto;

2.º De castigar, con penas proporcionadas á la gravedad y á la repeticion de la falta, á los jugadores,

Y 3.º De suprimir, si no repentinamente, á lo menos de un modo lento y gradual, las *loterías* y las *rifas*.

DE LA VAGANCIA.

Vago es todo aquel que, careciendo de patrimonio, renta, sueldo ó salario, vive sin hogar fijo ni oficio conocido. El vago consume lo que produce el trabajo de los otros, y está constantemente dispuesto á entregarse á cualquiera de los vicios y á cometer cualquier delito. La vagancia, por consiguiente, es causa de criminalidad y no puede menos que producir la miseria y la mendicidad. Si el trabajo es fuente de todas las virtudes, la pereza, la indolencia y la haraganería no pueden menos que ser origen de todos los vicios.

La sociedad se pudre en la inaccion, como el agua en los pantanos: pueden, pues, los juripersitos cuestionar acerca de si la vagancia en sí misma constituye un delito, pero nadie negará que es, á lo menos, *una presuncion de delito*.

«La holgazanería, como todos los vicios ó las pasiones, dice el Dr. Monlau, es contemporánea del hombre. De ahí que en todos tiempos se hayan sentido los efectos de aquel vicio y se haya tratado de corregirlos: Xenofonte dice, que entre los persas, pasaba como cosa fea el escupir ó el sonarse mucho, creyendo—como así lo enseña la Fisiología—que la abundancia de mucosidades ó humores excrementicios suponía falta de sobriedad ó falta de ejercicio. Ciro no dejaba comer á los soldados si antes no sudaban, y dicho monarca les daba el ejemplo. En Egipto, promulgó el rey Amand una ley que obligaba á los habitantes á dar cuenta del trato y oficio de que vivían; y el que no lo hacia y no procuraba ocuparse honradamente, era condenado á la pena capital. Dracon mandó en sus leyes que al convicto de ocioso le mataben por justicia. Plutarco dice que Solon revocó esta ley draconiana, pero dispuso que los hijos no estuviesen

obligados á mantener á sus padres, si estos no les habian hecho aprender oficio.—*El que no dá oficio á su hijo, le enseña á ser ladron*, dice un proverbio turco.— En Atenas, como en Egipto, cada ciudadano debia dar anualmentè razon de cómo y de qué vivia. Cuéntase que los galos tenian un cinturón de cierta forma y medida, y castigaban al que no cabia dentro del cinturón, por parecerles que quien engordaba mucho necesariamente debia ser dado á la ociosidad. En Roma, los vagabundos eran objeto de una vigilancia especial por parte de los censores, y no pocas veces se impusieron castigos al que tenia mal barbechadas, ó por labrar las heredades, viñas ó huertas. Hubo una época en que los mendigos ociosos sanos ó válidos y extranjeros eran espulsados del imperio; los naturales eran obligados á trabajar. Esto se entendia cuando eran cogidos por los oficiales de justicia; pues cuando los vagabundos eran denunciados por un particular, y esclavos, quedaban propiedad del denunciador y los perdía el amo; y si eran de condicion libre, pasaban á esclavos del mismo denunciador.»

Los efectos de la vagancia en la criminalidad se pueden colegir de los siguientes datos estadísticos: en Francia, en el espacio de diez años, desde 1832 á 1841, entre 76,613 acusados, habia 11,367 individuos que vivian en la ociosidad, de modo que $\frac{1}{6}$ de los delincuentes eran producto de la vagancia; en la misma nacion, en el espacio de diez y siete años, desde 1825 á 1841, fueron recogidos 53,846 vagos y 29,441 mendigos. Segun la estadística criminal de España, en el año de 1860 fueron procesados 654 individuos por los delitos de vagancia y mendicidad.

El Gobierno debe, pues, castigar la vagancia y procurar la extincion de la mendicidad. Al efecto, es necesario establecer hospicios segun el sistema que hemos expuesto en la Leccion 28, página 434, t. II, esto es, ofreciendo alimento y albergue á todo el que, sien-

do inválido, quiera trabajar; concediendo libertad á los albergados, para salir y para entrar á todas horas, á condicion de no recibir la refaccion correspondiente sin haberla ganado en el establecimiento; rodeando á los lixiados, á los ancianos, á los valetudinarios y á los niños de toda clase de cuidados, pero sin obligarles al trabajo, y prohibiendo, en fin, el pedir limosna en la via pública ni en el domicilio privado. «Á los vagos ó haraganes que no saben trabajar, les *enseñaria*; á los que no pueden por falta de ocupacion, les *daría trabajo*; á los que no pueden por imposibilidad física ó moral, les *socorreria* durante su imposibilidad, y á los que no quieren trabajar, les *obligaria*. El sistema de beneficencia pública que se establezca, debe ir, por consiguiente, muy enlazado con el de la represion de la vagancia.»—Monlau.

LECCION LX.

SUMARIO.—Higiene del trabajo, ó Higiene profesional.—Distincion entre el trabajo y el ejercicio.—Diferencias que presenta el trabajo humano segun el clima, el país y las condiciones de la localidad.—Influjo de las instituciones politicas en la intensidad y naturaleza del trabajo.—Lucha entre el capital y el trabajo.—Papel que la higiene está llamada á desempeñar en este conflicto social: solo ella puede ser la salvadora.—Clasificacion de las profesiones en cinco grupos.—Higiene de las profesiones intelectuales, ó antropológicas.—Defectos de espontaneidad en la eleccion de las profesiones liberales.—Caracteres físicos que indican aptitud para las carreras literarias.—Efectos orgánico-dinámicos del ejercicio de las profesiones intelectuales.—Carácter moral de los hombres de letras: caracteres físicos: tipo de fibra seca: tipo de fibra húmeda.—Influencias etiológicas: condiciones atmosferológicas, régimen alimenticio, ejercicio, reposo y sueño, funciones de reproduccion.—Patología especial de las profesiones liberales.—Estadística encaminada á demostrar el influjo morboso del trabajo intelectual.—Vida media en los hombres de letras.—Division de las profesiones intelectuales en subordinadas y activas.—Reglas atmosferológicas, bromatológicas, gimnásticas y perceptológicas que constituyen la Higiene especial de las profesiones intelectuales.

Higiene del trabajo, ó Higiene profesional.

Importa distinguir el *ejercicio* del *trabajo*. El hombre trabaja cuando aplica voluntariamente su actividad fisiológica á un objeto útil á sí mismo, ó á sus semejantes, con el fin de obtener de estos, como recompensa, consideracion, estima y medios para atender á su propio sustento y al de su familia y acrecentar su fortuna. Por medio del ejercicio, satisfacemos una necesidad de nuestra economía; damos expansion á la fuerza acumulada en nuestros órganos; abrimos, en una palabra, una válvula de seguridad á las potencias dinámicas concentradas en nuestro cuerpo. El ejercicio es una necesidad higiénica: el trabajo una necesidad y al propio tiempo una virtud social.

LABOR PRIMA VIRTUS.

Varía necesariamente la naturaleza del trabajo, á proporcion de las condiciones orgánicas y de las influencias morales que actúan sobre la poblacion. El habitante de los climas meridionales tiene poca aptitud para el trabajo, del cual, por otra parte, no tiene gran necesidad, pues la fertilidad natural del terreno y las moderadas urgencias de su organismo le permiten solazarse en la inaccion á que espontáneamente tiende. En estas regiones, el ócio es el colmo de la bienaventuranza: son los países del *dolce far niente*. Al contrario; el indigena de las zonas intermedias ó templadas, que tiene á su vista una tierra agradecida cuando la fecunda el sudor del rostro humano, pero estéril si no recibe asiduos cuidados, y que, por otra parte, se siente acosado por el frio y por el hambre, no puede menos que ser laborioso, ya que solo el trabajo le proporciona comodidades y medios con que sustraerse á las violencias exteriores. En una misma latitud geográfica, siguiendo la proporcion de los modificadores cósmicos, nótase que los montañeses salen al campo al rayar el alba, al paso que los labradores de las llanuras y de los vallados fértiles no trabajan sino de sol á sol. Asimismo, la poblacion que mora junto á un rio caudaloso ó en una playa, bien se dedique al tráfico por la via fluvial ó marítima, no puede menos que ser mercantil ó pescadora. «Marsella y Alejandria, dice Motard, son comerciales por la misma razon que no pudieron dejar de ser guerreros los primitivos persas, los macedonios y los cántabros.» Los terrenos de origen volcánico, por lo general áridos, ofrecen su superficie despoblada de vegetacion, pero el país está surcado de galerías subterráneas, que atestiguan el desarrollo de las industrias minerotécnicas.

No es menos evidente el influjo de las instituciones políticas sobre la intensidad y naturaleza del trabajo. Bajo la presión del despotismo, la actividad humana no se desenvuelve con esa sublime espontaneidad que distingue á las obras del progreso: como el productor no recibe sino indirectamente el premio de sus afanes, en el atraso de las industrias se vé la afrentosa marca del látigo señorial. En cambio con instituciones liberales, y particularmente la forma republicana, que permiten á todos los ciudadanos llegar, por medio del trabajo, á los primeros rangos sociales, la industria hace verdaderas maravillas: «el trabajo, dice el autor arriba citado, ha sido comprendido de muy diferente modo en Tiro, Cartago y Venecia que en Turquía, China y Egipto.»

Los efectos del trabajo sobre la salud pública son tan evidentes, que pudiera decirse que el movimiento de la población está en gran parte determinado por la naturaleza y grado de sus fuerzas productivas. El trabajo ha establecido la propiedad. Esta ha ocasionado la guerra; de las guerras se originaron las antiguas categorías sociales de amos y esclavos, de productores y consumidores. En nuestros días, no existe la esclavitud sostenida por la fuerza; pero aun hay una presión de arriba, que pugna fuertemente con una presión de abajo: es la lucha entre el capital y el trabajo; no ha habido mas que un cambio de dinastías metálicas: el oro ha reemplazado al hierro. No hay cadenas para el trabajador, pero, en cambio, vive á merced del capital acumulado. La idea social se infiltra en las masas productoras, y el ejercicio del derecho de asociación no cesa de multiplicar las fuerzas del derecho del trabajo. Este amenaza sojuzgar al capital. Un cataclismo es inminente. Se ha dicho recientemente que «las tejas ocuparán el lugar de los adoquines, y estos subirán á la altura en que hoy día están las tejas.» Percíbese próxi-

mamente el fragor de un torrente pronto á desbordarse y á sepultar las instituciones sociales en lo desconocido. La propiedad y la familia están amagadas de muerte. Es necesario abrir una válvula á ese vapor, que está demasiado comprimido; de otra suerte mañana habrá estallado en perjuicio de todos, porque la *Internacional* es arma de dos filos: homicida y suicida. No se puede desconocer que ya es hora de dar á los hijos del trabajo la participacion que les corresponde en el festin social: el cuarto estado pide justicia: ¿no seria mejor no esperar á que, con mano airada, él mismo se la haga? Solo la Higiene puede poner el fiel en la balanza en ese litigio entre el capital y el trabajo. Es preciso que la ciencia determine lo que el hombre puede y lo que el hombre necesita; que la Fisiología diga dónde comienza el abuso de la naturaleza humana; que ella inspire las reglas para metodizar el ejercicio mecánico y la proporcion entre este y el consumo trofológico, y por consiguiente, la relacion entre el trabajo y el jornal, que demuestre, en fin, que los brazos de la industria no están reñidos con el capital, sino que, antes al contrario, son naturales aliados; que no deben, pues, ahogarse uno á otro, sino vivir en armoniosa inteligencia, para la recíproca prosperidad. Nada se logrará reprimiendo, solo *higienizando* se obtendrán efectos tan favorables como inesperados.

Para proceder con provecho al estudio de la Higiene de las profesiones, es menester clasificarlas á tenor de las influencias especiales á que se halla sometida la poblacion que á ellas se dedica y de la naturaleza especial del trabajo que á aquellas corresponde. De esta manera, es permitido examinar desde un punto de vista general la Fisiología, las condiciones morbosas, las enfermedades y las predisposiciones patológicas que se refieren á cada uno de los grupos, para deducir de estas nociones las reglas generales que deben adoptarse

para conservar la salud de estas colectividades especiales. Prévio este estudio, conviene descender al de las categorías comprendidas en cada una de las clases, para encontrar la inspiracion de reglas higiénicas de aplicacion mas particular, hasta que, siguiendo esta marcha analítica, se llega á la determinacion de la Higiene de los individuos, que, en último resultado, es el fin de la ciencia que profesamos. Se vé, pues, que, por esta gradacion metódica, la Higiene de las profesiones permite pasar insensiblemente desde los trascendentales estudios de la Higiene pública á los esencialmente prácticos de la Higiene privada, confundándose de esta suerte la parte final de la *Higiodinámica pública* con la *parte preceptiva* de la *Macrobiótica privada*, resultado que por sí solo bastaria para justificar el método expositivo que hemos seguido en esta obra.

Atendiendo, pues, á las influencias particulares á que se halla sometida la poblacion que las ejerce y á la naturaleza especial del trabajo que les corresponde, las profesiones se dividen en cinco grupos, que son: 1.^o *intelectuales ó antropológicas*, en que el trabajo es esencialmente mental; 2.^o *militar*, ó de las personas dedicadas á la guerra; 3.^o *naval*, ó de aquellas cuya ocupacion constante es la navegacion; 4.^o *agrícola*, ó de los que cultivan la tierra; 5.^o *industriales, ó manufactureras*, que trasforman las primeras materias en productos de mayor y mas inmediata utilidad para el hombre.

HIGIENE DE LAS PROFESIONES INTELECTUALES.

No todos los que se dedican á las carreras literarias hallanse favorablemente organizados para hacer del trabajo intelectual el objeto de una profesion. Desgraciadamente, hay que lamentar mucho *automatismo extrínseco* en la eleccion de las profesiones: pende nuestro

destino en la vida, de las ilusiones del cariño paternal. Se nos coloca en un carril, sin mirar si ajusta bien con nuestras disposiciones, y se nos impele. Estamos en mitad de la carrera, y observamos que vamos perdiendo un tiempo precioso; que tal vez somos refractarios á las letras; que las artes mecánicas nos hubieran cuadrado mejor, ó que quizás hubiéramos sido excelentes comerciantes, osados marinos, ó bravos militares... Pero ha sido preciso someterse al gusto de los padres: el *rango* de la familia no consentia que manejásemos la lezna, ni el cepillo; era preciso sostener el *lustre* de la cuna con el prestigio de las ciencias. La clientela de nuestro progenitor, por otra parte, nos prometia un porvenir dichoso; además, nuestra familia contaba tantos ascendientes médicos, que dejar de profesar la medicina hubiera sido cortar el hilo de una generacion asclepiada. Si heredamos el nombre, ¿por qué no habiamos de heredar tambien la profesion y la clientela? Pero, ¿qué es lo que con gran frecuencia se observa? que un apellido, tal vez ilustre en la ciencia, empieza á empañarse durante los estudios, por la escasa aplicacion ó por los cortos alcances del cursante: por mas que prevalezca en la escuela el merecido prestigio del padre, el alumno anda rezagado y arrostra calificaciones modestísimas hasta el término de la carrera... Entonces es ya dueño del anhelado diploma; pero ¡cuántas veces la clientela, apasionada por el padre, se muestra refractaria al nuevo profesor! ¿qué hubo aquí? ¿error de vocacion? no: mas bien desprecio de la vocacion. Atendióse al interés material, ó á los miramientos sociales, y no se quiso oír á la ciencia.

Difícil es establecer, por una determinacion precisa, los caracteres orgánicos que revelan la disposicion para las carreras literarias, pues los datos craneoscópicos, tan decantados por algunos, son, en verdad, de escasi-

simo valor en la materia. Preciso es, por lo tanto, atenerse á ciertas indicaciones generales, de importancia secundaria, y someter la determinacion definitiva á los resultados de nuevos ensayos. Estatura regular, cráneo bien conformado, mas bien grande que pequeño, frente elevada, espaciosa y prominente, constitucion delicada y temperamento nervioso; tales son los signos que, en la generalidad de los casos, indican favorables disposiciones para el cultivo de las profesiones intelectuales. Sin embargo de que pueden citarse ejemplos tan elocuentes como Platon, Leonardo de Vinci, Buffon, Gluk y Mirabeau, que ofrecian una conformacion opuesta, lo ordinario es que un temperamento sanguíneo ó atlético y una constitucion robusta no coincidan con una inteligencia preponderante.

Los efectos orgánico-dinámicos del ejercicio de las profesiones intelectuales consisten en la exageracion de los rasgos propios del temperamento nervioso. Su sensibilidad les hace mas vulnerables al dolor, pero al mismo tiempo mas activos para el placer: las pasiones son en ellos mas vivas y exageradas: sienten el temor, el ódio y la aversion con una intensidad inusitada en los otros hombres; en cambio, el amor es en ellos mas apasionado, la amistad mas afectuosa, y son capaces de un ardimiento heróico. Siempre movedizas sus emociones, pasan sin gradacion desde el abatimiento moral al colmo de la exaltacion frénica, bruscas sacudidas que no pueden menos que constituir al sistema nervioso en un estado de irregularidad permanente, que, á la larga, produce, en unos el agotamiento de la sensibilidad y de la reaccion moral, al paso que en otros determina una constante tirantez y una avidez de emociones que nada puede satisfacer. «*Genus irritabile vatum.*» «Lo que los antiguos decian de los poetas, dice Reveille-Parise en su *Physiologie et higiéne des hommes*

livrés aux travaux de l'esprit, se puede aplicar á casi todos los que cultivan las ciencias y las artes, pues son raras las excepciones. Una especie de irritabilidad inquieta, recelosa é impaciente les mina sin cesar. Hay algunos cuyos nervios son tan susceptibles, que todo les hiere é irrita. Su cuerpo necesita infinitas precauciones, y su amor propio continuas contemplaciones: como los niños, necesitan que se les alimente con leche y con alabanzas... La lisonja es el único yugo que hace inclinar esas cabezas fieras y ardientes, y aun se necesitan darles la alabanza á dosis altas, repetidas y sin mezcla... Roberto Hook fué el tormento de la vida de Newton; la gloria de Linneo causó pésimas noches á Buffon; Napoleón no podía soportar que se le hablase de César; Morgagni no le pudo perdonar á un comprofesor suyo, que le hubiese citado sin hacer preceder su nombre del título de *ilustrísima*; Richelieu tuvo celos de Corneille, y Voltaire se ocupaba demasiado de Freron... Sin embargo, existen todavía sábios y literatos estudiosos, solitarios, que se entregan enteramente á sus trabajos, que ignoran el mundo y que les importa muy poco el ser ignorados; hombres preciosos, cuyos trabajos, ideas, sistemas y hasta sus mismos delirios, fecundan las ciencias y aceleran la marcha de la civilización: hombres sencillos, cuyo único placer es la investigación de la verdad; hombres verdaderamente libres, que bajo el manto de la ciencia, no visten la librea del cortesano. La gloria, y si no pueden adquirirla, el profundo sentimiento de haber sido acreedores á ella, y las múltiples fruiciones del espíritu, tales son sus recompensas.»

Tal es el retrato moral del hombre de ciencia, hecho de mano maestra, y por consiguiente, de un indisputable parecido. Todos conocemos ejemplos que añadir á los que cita Reveille-Parise, siquiera las variantes ó un estudiado disimulo oculten alguno de los rasgos acceso-

rios. Si de este exámen pasamos al de los caracteres físicos, hallaremos que el sistema muscular de la vida de relacion es en los hombres de estudio sumamente excitable y afectado de contracciones irregulares y desordenadas, mientras que los músculos orgánicos son lánguidos y perezosos: esto depende de que los nervios motores voluntarios sufren las consecuencias de las acciones reflejas de las impresiones trasmitidas al sensorio por los cordones sensitivos, al paso que los filetes ganglionares carecen de energía, á causa de que la inervacion, que principalmente se emplea en el centro cerebro-espinal, abandona, en cierto modo, los núcleos extra-cefálicos. De ahí los desórdenes del aparato gastro-intestinal, las gastralgias, las dispepsias y la estipticidad de vientre; de ahí la poca energía de las contracciones cardíacas, que dá lugar á la palidez del semblante, á la frialdad de las extremidades, á la sequedad del tegumento, á la anemia, á las congestiones esplánicas, á las hemorroides, á la hiperemia del hígado y á la hipocondría, y de ahí, en fin, una respiracion incompleta y un calor acre y mordicante.

Dos tipos físicos pueden establecerse entre los hombres de ciencia: unos de *fibra seca*, flacos, pero cuyos músculos son muy excitables, tienen grande aptitud para el movimiento, por lo cual gesticulan con vehemencia; su piel es moreno-amarillenta, su fisonomía penetrante y accidentada y los músculos del rostro altamente movibles. El otro tipo, que, por contraste con el anterior, podria denominarse de *fibra húmeda*, se distingue por la obesidad, por la atonia y blandura de los músculos, por la indolencia habitual, por la repugnancia al ejercicio y por la propension á la vida sedentaria. Pertenecen al primer grupo los oradores, los poetas, los literatos, los músicos, los tribunos, los predicadores, los inventores y los hombres de Estado. Estos siempre

van á la zaga de un ideal, que nunca logran ver realizado, por lo mismo que no hay límites para su ambición de gloria. Como tienen grande aptitud para concebir, no poseen medios de expresion bastantes á revelar exactamente sus conceptos, y de ahí que cuando escriben, nunca queden satisfechos de sus obras. Los sábios propiamente dichos, los hombres de genio, los filósofos, los médicos, los naturalistas y, en una palabra, todos los que se ejercitan en la observacion y en la meditacion, mas bien que en la fantasia, son los que pertenecen al tipo calmoso y tranquilo de blanda fibra.

Las influencias etiológicas que minan la constitucion de los hombres de estudio son de distintos órdenes. Tenemos, en primer lugar, condiciones atmosferológicas poco higiénicas, pues viviendo en grandes ciudades, y por lo regular en calles angostas y en habitaciones muy modestas, y obligados además á pasar encerrados en un reducido gabinete, cuyo ambiente se renueva con poquísimas frecuencias, hállanse constituidos en las condiciones de un mefitismo miasmático casi permanente, causado por su propia respiracion y por la luz artificial de que suelen hacer uso en sus prolongados estudios nocturnos.

El régimen alimenticio de los hombres dedicados al cultivo de las ciencias, suele ofrecer dos períodos anti-téticos, pero no menos contrarios á la salud el uno que el otro. En un principio, apenas ganan lo necesario para su sustento, y de ahí que la alimentacion sea insuficiente, de mala calidad y hasta mal preparada; mas tarde, cuando se han conquistado una posicion ventajosa, suelen proporcionarse una mesa opípara, y frecuentemente estragan sus órganos digestivos en banquetes y festines, exageraciones que les son tanto mas funestas en cuanto no estaban acostumbrados á ellas.

Una de las influencias mas perniciosas en la vida de las profesiones liberales, es la falta de proporcion entre

el ejercicio intelectual y la gimnástica muscular: ocupado constantemente el cerebro, los hombres de estudio no se conceden el tiempo que la Higiene reclama para la deambulacion y otros ejercicios, que sin duda les proporcionaria un descanso provechoso. Si á esto se agregan los inconvenientes de las posiciones violentas y por largo tiempo sostenidas, tales como la encorvacion del tronco para escribir, la inclinacion lateral de la cabeza para los estudios microscópicos, etc., se comprenderá de cuántos defectos adolece la higiene de los hombres de ciencia bajo el punto de vista de la gimnasia.

La irresistible atraccion al estudio, los compromisos contraidos con el público, que espera con ansia los productos del ingenio, y las vivas emociones que el cultivo de las ciencias proporciona, obligan á prolongar el trabajo durante la noche, robando así un gran número de horas al reposo. Estas mismas causas hacen que el sueño se concilie con suma dificultad, que, aun despues de logrado, sea intranquilo y frecuentemente perturbado por ensueños fantásticos. De ahí resulta que estos sujetos, que, por la naturaleza especial de su trabajo, debieran dormir mas que los otros, son los que se ven mas molestados por el insomnio.

En los hombres de ciencia las funciones de la generacion se ejercen de un modo muy irregular: mientras su entendimiento está absorto en graves estudios, los estímulos de la reproduccion son en ellos completamente nulos; mas, como si la fuerza genésica se acumulase sin cesar, en el momento en que encuentran una tregua en los trabajos mentales, siéntense de tal modo atraidos al amor, que frecuentemente se entregan á expansiones abusivas, de las que á veces resulta la espermatorea por exceso ó por defecto de tonicidad.

Á tales condiciones higiénicas corresponde una patología especial de las profesiones intelectuales. Como

es natural, las enfermedades del encéfalo son las mas frecuentes y, entre estas, la apoplejia prepondera sobre la meningitis y la meningo-encefalitis. Entre los hombres célebres que han fallecido por derrame cerebral se citan al Petrarca, La Bruyère, Richardson, Marmontel, Rousseau, Walter Scott, Copérnico, Malpighio, Linneo, Daubenton, Spallanzani, Monje, Cabanis, Corvisart, Geoffroy Saint-Hilaire y P. Renard. Es tambien muy comun la enajenacion mental bajo diversas formas, tales como la manía seguida de demencia, parálisis general, —estado en que recientemente han fallecido Donizetti, Becquerel y Cazseaux,—la hipocondría, la melancolía, las alucinaciones y la monomanía.

El continuado y excesivo ejercicio de los órganos de la vision dá lugar á que el mayor número de los hombres dedicados á las profesiones liberales sufran afecciones oculares, tales como cataratas, hiperemias retinianas y diferentes géneros de oftalmias: Voltaire, Buffon, Rousseau y Montesquieu padecieron mucho de los ojos, y Beethoven y A. Thierry perdieron totalmente la vista.

Ya hemos visto de qué manera el exceso de vida nerviosa perturbaba las funciones digestivas: no es, pues, de extrañar que la gastralgia, la dispepsia, la diarrea, la congestion crónica del hígado, la ictericia, el cáncer del útero, del hígado ó del intestino grueso, la constipacion de vientre, las hemorroides, las fisuras y las fistulas del ano figuren en una grande proporcion entre las enfermedades propias de las profesiones liberales.

Á estas mismas causas, y particularmente á la inaccion, hay que atribuir la frecuencia de las enfermedades de las vías urinarias, y en particular las calculosas, y de los catarros vesicales. Civiale cita entre los hombres eminentes que padecieron cálculos urinarios, á d'Alembert, Aymont, Bacon, Barteze, Bossuet, Buffon, Calvino, Chamfort, Desangier, A. Dubois, Erasmo, Fagon,

Fourier, Hallé, Harveo, La Peyronnie, Laromiguiere, Leibnitz, Linneo, Luther, Mascagni, Miguel-Angel, Montaigne, Newton, Portal, Riolano, Rousseau, Scarpa, Volney, Voltaire y Horacio Walpole.

Un defecto comun, que ha notado muy atinadamente M. Fleury en los hombres de ciencia, es su rebeldía á someterse á las prescripciones médicas para curarse sus enfermedades. «Cuando están enfermos, dice, no se dirigen de pronto al médico, sino que antes apelan al sonambulismo, á la homeopatía, á los espíritus chocantes y escribidores y á los charlatanes de todo color y estofa de todos los países... Necesitareis mucha prudencia, dulzura y firmeza para apoderaros de esas naturalezas indóciles y para vencer tantas dificultades; pero, ¡cuán dichosos no sereis si podeis conservar ó devolver la salud á uno de esos hombres cuyo nombre es honra del país y de la humanidad!»

Para juzgar ahora con datos estadísticos del influjo morboso del trabajo intelectual constante, bastará consignar la estadística médica de la Escuela politécnica francesa, en donde los alumnos, aparte de las pesadas tareas del estudio, se hallan rodeados de las condiciones higiénicas mas recomendables. Hé aquí estos datos, extractados de un *Raport* de M. Duruy, publicado en el *Moniteur universel* correspondiente al 18 de marzo de 1868 y que se refieren á los años de 1850, 1851 y 1852. En 586 alumnos, hubo 425 afecciones de enfermería, lo cual dá una proporcion de 75'05 por 100; 650 indisposiciones, proporcion 111 por 100, y 3 defunciones, proporcion 0'52 por 100. De estos mismos datos se puede además colegir, que el excesivo trabajo mental influye desfavorablemente en el incremento de la estatura: entre 280 alumnos de la referida Escuela politécnica, habia 67 cuya estatura no alcanzaba 1 metro 658 milímetros, que, en 1863 y 1864, era en Francia el promedio general entre los jóvenes de 20 años.

La vida media de los hombres de letras ha sido calculada por Casper, de Berlin, por Madden, literato inglés, y por Mantegatza, de Milan. Según el primero, entre 100 teólogos, se cuentan 42 que llegan á 72 años; entre igual número de abogados, 29 que alcanzan la misma edad; 28 entre los artistas; 27 entre los institutores y catedráticos y 24 entre los médicos. Según Madden, la vida media de los naturalistas es de 75 años; 70 la de los filósofos, escultores y pintores; 69 la de los jurisconsultos; 68 la de los médicos, y 67 la de los teólogos. Por último, los cálculos de Mantegatza dan los siguientes resultados: en los hombres dedicados á las ciencias especulativas (matemáticos, filósofos y teólogos) la vida media es de 71'5 años; entre los que profesan las buenas letras (poetas y novelistas) 70'9; entre los que cultivan las ciencias de erudición (historiadores; arqueólogos y eruditos) 70'2; entre los que se dedican á los negocios públicos (jurisconsultos, políticos y periodistas) 68'8; entre los que profesan las ciencias naturales (físicos, químicos, naturalistas, fisiólogos y médicos) 68'7, y por último, entre aquellos cuya profesion pertenece á las bellas artes (pintores, arquitectos y músicos) 67'7.

Las diferencias que, como resultados de las colecciones estadísticas, acabamos de presentar, son bastante notables para que desde luego nos veamos inducidos á establecer una clasificación en las profesiones intelectuales, que, en cierto modo, permita sentar de un modo mas práctico la higiene preceptiva de las mismas.

Los hombres cuyo trabajo consiste esencialmente en el ejercicio de la inteligencia, se nos presentan divididos en dos grupos: en unos la actividad intelectual está *subordinada*, y, por consiguiente, carecen de espontaneidad en el trabajo, al paso que otros ejercen sus facultades con libertad y de un modo *activo*: á las profesiones del

primer grupo las llamaremos *subordinadas*, y á las del segundo las daremos el nombre de *activas*. Las *profesiones intelectuales subordinadas* comprenden los comisionados, los agentes de negocios y los empleados en las diversas oficinas; en las *intelectuales activas* entran: los médicos, los comerciantes, los abogados, los que profesan artes de imaginacion, los catedráticos, los maestros, los filósofos, los sábios, etc.

La diferencia capital entre estos dos grupos de profesiones intelectuales, consiste en que las del primero ofrecen todas las condiciones fisiológicas y etiológicas de que hemos hablado como comunes á las profesiones intelectuales, pero el trabajo mental es de poca intensidad, al paso que en las del último grupo el trabajo intelectual es la condicion mas importante y la que mas especializa la influencia de la profesion.

La higiene especial de las profesiones intelectuales comprende preceptos atmosferológicos, bromatológicos, gimnásticos y perceptológicos, que pueden resumirse en las siguientes reglas:

1.^a El gabinete destinado á los trabajos intelectuales debe ser espacioso, bien alumbrado, susceptible de eficaz ventilacion y de calefaccion artificial en invierno. Además, es necesario que en él reine el silencio, de que tanto se necesita para las tareas del entendimiento.

2.^a Los hombres de estudio deben atender á las necesidades de la respiracion, procurándose frecuentes escursiones al campo y ejercitándose en la caza y en los trabajos agrícolas.

3.^a Aun cuando los trabajos mentales no suponen gran pérdida de elementos nutritivos, como la exageracion del sistema nervioso disminuye la actividad de la vida plástica, es preciso compensar por medio de una alimentacion succulenta y de fácil digestion, este desequilibrio orgánico-funcional.

4.^a El régimen alimenticio debe subordinarse al ejercicio intelectual, procurando evitar los trabajos de este género durante la digestión gástrica, esto es, en las dos ó tres horas que subsiguen á las refacciones. Este tiempo debe emplearse en el ejercicio muscular consistente en la deambulacion, el juego de billar ú otros análogos de moderada intensidad.

5.^a Los hombres de estudio, así como los escolares, deben tener anualmente una estacion de vacaciones, siendo para esto la mas favorable el verano. En este tiempo deben abandonar enteramente los estudios y entregarse por completo á la rusticacion.

6.^a Débese, en cuanto se pueda, evitar el trabajo nocturno, ya con el objeto de precaverse de los perniciosos efectos de la luz artificial, ya con el de que la imaginacion sobreexcitada no ahuyente el sueño tranquilo y reparador. Al efecto, será conveniente hacer algun ejercicio corporal antes de acostarse. La duracion mínima del sueño para los hombres de letras, debe ser de siete horas diarias.

7.^a Para preservarse de los nocivos efectos de las posiciones violentas sostenidas, y particularmente de la encorvacion del tronco, será conveniente escribir en un pupitre regularmente elevado y alternar frecuentemente la lectura con la escritura. Para estudiar, tiene muchas ventajas servirse de un atril giratorio ó móvil.

8.^a Los catedráticos, los abogados y los oradores deben cuidar de la conservacion de sus facultades fónicas siguiendo las reglas que hemos establecido en la Leccion 43, pág. 523, del tomo I.

9.^a Los médicos son, por desgracia, los que menos pueden atender al cuidado de su salud; sin embargo, toda vez que son los que mas conocen los peligros que les amagan al visitar enfermos afectados de males contagiosos y al respirar atmósferas mefíticas, podrán adop-

tar las medidas preservativas que hemos expuesto en diversos lugares de esta obra. Deben además poner tasa á su trabajo, pues dificilmente se encontraria otro que mas profundamente mine en todos conceptos el organismo, ya por el continuo estudio que exige la ciencia, ya por las fatigas corporales que requiere la visita, ya, en fin, por las profundas emociones que trabajan el espíritu. Tanto gasto fisico, moral é intelectual no se compensa sino por medio de una alimentacion succulenta y por un reposo convenientemente prolongado.

10. Á ser posible variar los objetos de estudio, los hombres dedicados á las profesiones intelectuales procurarán mudar frecuentemente el asunto de sus trabajos.

Y 11. Debe el Gobierno, por su parte, dispensar la mayor proteccion á las ciencias y á las artes, á fin de que los que á ellas se dediquen puedan disponer de los medios necesarios para atender á la conservacion de su salud y prolongar una vida de que tantos beneficios reporta la humanidad.

