
SEMANARIO DE ZARAGOZA

*Del Lunes 18 de Junio
de 1798.*

MEDICINA. (*)

*Concluye el artículo sobre la utilidad de los Baños
de agua fria.*

Los Griegos, á quienes no podemos ménos de considerar como á la nacion mas ilustrada de la antigüedad, y como á los padres de la Literatura Europea, tomando de los Egypcios el uso de los Baños, no contentos con admitir todas las supersticiones de aquellos, juntáron tambien á ellas el entusiasmo que los animaba en su Religion, é hicieron de ellos un obgeto al mismo tiempo de utilidad, de diversion, y de culto. Teophrastes refiere, que un falso devoto acostumbraba bafiarse siempre que pasaba por delante de alguna fuente; los Médicos Griegos recomiendan á cada paso el uso de los Baños; y apénas se pueden exáminar sus usos, y diversiones sin encontrar freqüentes testimonios, y

(*) *Por concluir de publicar en este Número, como prometimos en el antecedente, este Artículo de Medicina hémus omitido insertar en él Historia de Aragon.*



alusiones á la costumbre de bañarse. Los Poetas, y los Historiadores nos subministran en cada página, mil pruebas de haber sido entre ellos los Baños un culto, y uso consagrado por la utilidad, y por la diversion.

Los Romanos, que heredaron de los Griegos juntamente con el poder sus ciencias, su Religion, y sus costumbres, no solo abrazaron desde luego el uso de los baños de agua fria, que ya conocian, sino que los hicieron tambien parte de su Religion, y uno de los principales objetos de la educacion. Entre ellos el no saber nadar, era el complemento de la ignorancia *nec litteras scit nec natare*: ni sabe letras, ni nadar decian para manifestar la crasa ignorancia de alguno.

Los testimonios que nos han conservado de sus usos y costumbres, y muchos monumentos, é inscripciones que han llegado hasta nuestros dias, prueban claramente lo comun que era entre ellos el bañarse en agua fria. Sabemos que ademas de los Baños públicos que mantenia el Estado, todos los sujetos bien acomodados tenian en sus propias casas *Piscinas*; esto es, estanques artificiales de agua fria, de tal extension que se pudiese nadar en ellos. Varios de ellos acostumbraban bañarse aun en medio del invierno en estos estanques de agua fria, como lo dice de sí Séneca (1) y Horacio (2) que seguramente no lo haria por mortificarse, pues todo el mundo sabe quán amante era de los

(1) *Ille tantus Psychrolutes, qui Kalendis Ianuariis in Euripum saltabam.* Epist. LXXXIII.

(2)gelida quum perluor unda
Per medium frigus.

Epist. XV. Lib. I.

deleytes, aunque de aquel pudiera tal vez decirse que era en él el bañarse en invierno en agua fría una consecuencia del Stoicismo que profesaba.

La misma costumbre vemos establecida; y constantemente observada entre los Espartanos, los antiguos habitantes de Alemania entre los Celtas, y otros varios Pueblos de la antigüedad. (3)

Entre las Naciones modernas no se pueda decir, que esté abandonada esta utilísima costumbre. Los Europeos solos son los que principalmente la han abandonado. Si consultamos las relaciones de los Viageros verenos, que casi todas las naciones del Norte, y los habitantes de las dos Indias, tienen la costumbre de bañarse frecuentemente en agua fría.

Este uso tan universal en todos tiempos, y en tantas, y tan sabias naciones practicado, es una prueba del mayor peso á favor de los Baños. Además de que no es creíble que tantos, y tan diversos hombres adoptasen sin mas examen una cosa, que tan inmediatamente influye en toda la máquina animal; nos consta por sus escritos, que los sabios de todas estas naciones exâminaron á fondo la utilidad de los Baños.

De los Egypcios que fueron los primeros entre quienes los hallamos practicados, nada podemos decir habiendose perdido los escritos de sus sabios: y no habiendo podido los que les siguiéron trasmitirnos sus obras; ya porque esta parte del mundo fué mucho tiempo, como en el día

(3) *Los Macedonios usaban de los Baños de agua fría, en tanto grado, que las mugeres, aún en los dias de sus partos acostumbraban bañarse.*

el Japon , innaccesible á los Extranjeros ; y ya tambien , porque el language , y caractéres misteriosos con que afestaban sus Filósofos encubrir su ciencia , la hacian enteramente ininteligible , no solo á los extranjeros , sino tambien á una gran parte de los naturales.

Pero los Médicos Griegos , que no admitiéron á ciegas los conocimientos de los Egypcios , en órden á la Medicina , observáron los efectos de los Baños de agua fria , y sus sabias observaciones sobre este particular son tan exáctas , y tan juiciosas , que todos los descubrimientos modernos , no han servido mas , que para hacernos conocer la necesidad que tenemos de conformarnos con ellos en esta parte.

Hipócrates , que fué entre los Griegos el Padre de la Medicina , nos ha conservado una infinidad de preceptos sobre los Baños , que manifiestan , á un mismo tiempo , que poseía á fondo la verdadera teoría de los Baños , y que este salúfero uso , asi como toda la ciencia que profesaba la habia tomado de los Egypcios.

Aunque esta práctica de diversas naciones , y la aprobacion que diéron á los Baños tantos hombres sabios , debian ser suficientes á hacernos abrazar la costumbre de bañarse en agua fria darémos no obstante , para que no quede lugar ninguno de duda , algunas razones á favor de ella , sacadas de la naturaleza del agua fria , y de la estructura , y organizacion del cuerpo humano.

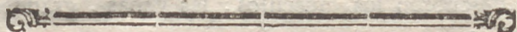
No nos engolfarémos con este objeto en questões médicas , ni en especulaciones que exigen para su inteligencia tener de antemano nociones de esta Ciencia : el comun de los Lectores carecen de ellas , y los que las posean podrán facilmente consiliar con sus principios , y conocimientos todo quanto diremos.

Nuestro cuerpo está lleno en su parte exterior de un estrechísimo tejido de pequeñas escamas penetradas de una infinidad de pequeños abugeros, que es lo que llamamos poros; de los cuales, los unos son las extremidades de los vasos escretorios y arteriales, cuyo oficio es el de expeler como por otros tantos conductos y canales la transpiración, y el sudor; y los otros son las extremidades, y orificios de las venas, ó vasos absorbentes, cuyo oficio es conducir, y llevar á la parte interna del cuerpo el ayre, y el agua, y dar entrada á la parte mas delicada, y mas disuelta y sutil de los medicamentos que se aplican sobre el cuerpo. Ademas debaxo de este tejido, que llamamos cutis, hay otro que no solamente dá paso á todos estos vasos, sino tambien á las extremidades de los canales nerviosos, que son los que forman el organo inmediato de los sentidos. Estos canales se apoyan sobre una membrana fuerte, compuesta de fibras tendinosas, y elásticas en sumo grado, que es lo que llamamos cuero: este sirve de asiento á un inmenso agregado de pequeños vasos sanguíneos, arteriales y venosos, que forman parte de su substancia: debajo de dicho cuero se halla la carne, ó pinguedo, que es una parte compuesta de cuerpos grasos; luego se descubren los músculos, las venas, grandes y pequeñas, y finalmente los huesos.

El agua fria desde luego que se aplica sobre el cuerpo humano, mediante, su peso, ó gravedad, comprime toda la superficie de las partes moles del cuerpo contra los huesos que las sostienen; ademas de esto, reúne tambien las partes susceptibles de sentido, ó elasticidad como son los vasos, los nervios, y los músculos, y finalmente condensa todos los fluidos que circulan en ellos.

Esta opresion , y crispatura aumenta indefectiblemente el resorte de estas partes ; de donde proviene la mayor aceleracion que adquiere el movimiento de los fluidos , que es tanto mas saludable , quanto mas hace , que en la distancia hasta el corazon no se detengan , ó estanquen demasiado. Por otra parte , en virtud de la contraccion , ó reunion de los orificios de las canales excretorios se disminuye la transpiracion , y se aumenta la blandura y flexibilidad de estas partes. (4)

Ademas , no obran solamente los Baños de agua fria en la superficie del cuerpo ; porque habiendo , mediante los nervios , que son el principio del sentido , y del movimiento , una correspondencia muy grande entre todas las partes de él ; la primera impresion del frio que ocasiona el contacto del agua se comunica inmediatamente á toda la máquina animal ; y luego por una ley general , y comun á todos los cuerpos que son susceptibles de resorte , todas las partes sólidas que se reuniéron por medio de la impresion , vuelven otra vez á su lugar , redoblan su fuerza , y rechazando los fluidos con mayor violencia , los hacen mas ténues , y veloces en su movimiento : de donde nace aquel calor dulce y agradable , que se siente despues del baño de agua



(4) *Es preciso no confundir los Baños de agua fria con los de agua caliente , cuyos efectos son enteramente contrarios . Por una balanza estática está demostrado que en cada baño de agua caliente se disipa el cuerpo hasta veinte onzas : de lo que resulta aquella falta de fuerzas , ó descaecimiento , y aquella elasticidad de las fibras que se experimentan quando se usan con demasiada freqüencia.*

fria, y aquellas excreciones que se desprenden de todo el cuerpo, especialmente del cerebro.

Estas razones, alegadas á favor de los Baños por un célebre Médico, (5) cuya doctrina en esta parte hémos extractado: la muchas, y sabias observaciones de los mas famosos Médicos que han existido en todos tiempos, y la reiteradas pruebas de su utilidad, que siempre ha manifestado la experiencia, deben decidirnos á favor de ellos, y hacernos abrazar una costumbre tan útil y salutifera.

Los que han observado atentamente la utilidad que resulta de los Baños, han visto, que son mucho mas robustos, sanos, y mejor formados los habitantes de aquellos paises en que es freqüente el uso de los Baños de agua fria: pudiéramos alegar mil testimonios, si no fuesen ya tan comunes los que á cada paso se hallan en las relaciones de de los Viageros; y así omitiéndolas, darémos fin á este tratado con el dictamen del célebre Mr. Tissot.

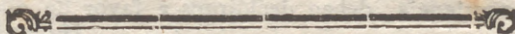
Este sabio Médico, consultado por el Editor de un Papel Periódico de Francia (6), sobre la utilidad de los Baños de agua fria, despues de haber probado con mil razones su utilidad, y alegado mil exemplos, que confirman la necesidad de su uso, concluye diciendo: que opina, que una de las principales causas de la debilidad de la especie humana de estos últimos siglos, es el abandono de los Baños de agua fria, cuyo uso, no duda afirmar, que podia hacernos adquirir aquella robustez, que caracterizaba á los hombres de la antigüedad.

(5) *El Doctor Cocchi Médico Italiano en su Disertacion sobre este obgeto.*

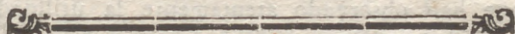
(6) *Mr. Freron.*

Estas, y otras tareas de otros Profesores, han logrado introducir ya en alguna parte de Europa esta utilísima medicina. Los Ingleses tienen la gloria de haber sido los primeros, y creo, que en breve se hará mucho mas comun esta práctica, al paso que se hacen nuevos, y mayores progresos en el arduo, y utilísimo estudio de la Medicina.

P. M.



POESÍA.



SONETO.

No ves, ó Delia, que tu frente hermosa
Está yá de berrugas empedrada,
Y en dudoso crupúsculo trocada
La luz de tus dos ojos deliciosa.

No vés tu boca, pue llamaste rosa
En un cardeno lirio transformada,
Y esa tu cabellera ya nevada,
De incautos algun dia red capciosa?

Pues como en esta frigida ceniza
El amoroso fuego siempre dura,
Y con furioso ardor te martiriza?

Porque la llama del amor impura
Del bien logrado la memoria atiza,
Y en antigua costumbre se asegura?

E. N.

 CON REAL PRIVILEGIO

 EN LA OFICINA DE MEDARDO HERAS.