

Se publica este periódico oficial los Lunes, Miércoles y Viérnes. Se admiten suscripciones en la Casa-comercio de D. José Roson, calle de Malcocinado al respecto de 10 reales mensuales para los que lo reciban por el correo franco de porte y 8 rs. en esta Ciudad, llevado á domicilio.



Las reclamaciones, comunicados y anuncios que se hagan, se remitirán á la espresada Casa-comercio del Sr. de Roson, francos de porte, pues de lo contrario no se recibirán.

# BOLETIN OFICIAL DE LA PROVINCIA DE ZAMORA

VIERNES 29 DE SEPTIEMBRE DE 1854.

## Artículo de oficio.

GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE ZAMORA.

NUMERO 825.

### HABITANTES DE LA PROVINCIA DE ZAMORA.

¡ Vais á ejercer el derecho político mas importante que puede concederse á los ciudadanos! ¡ Vais á elegir Diputados para unas Cortes constituyentes que han de formar el Código y las leyes fundamentales, donde se consignan de una manera estable las garantías del pueblo y los deberes del Gobierno llamado á labrar la felicidad del pais! Despues de once años de lamentables errores en que la potestad ejecutiva, absorviendo todo el poder del estado y ejerciendo un influjo irresistible en las elecciones, avasalló siempre la voluntad popular sugetándola al predominio de su omnipotencia, vais por primera vez á depositar libremente en las urnas vuestro sufragio.

El Gobierno espera tranquilo, aunque no indiferente, el resultado de la eleccion. Desea tan solo que los pueblos elijan á los mas dignos por su talento, por sus virtudes, y que no usurpen tan honoríficos puestos con bastardas intenciones los hombres que mirando en la Nacion el patrimonio de su familia ó de sus adeptos, se lanzan á la arena política y procuran alcanzar el triunfo de su egoista exclusivismo por medio de miserables intrigas ó de indecoroso y repugnante atrevimiento.

El Gobierno no tiene candidatos, ni presta ni hace valer sus influencias en favor de determinadas personas. El Gobierno respeta todas las aspiraciones legítimas y abre el palenque electoral, donde van á luchar todas las ideas, todos los intereses que se agitan hoy en la sociedad, aspirando á que el mismo sea el espejo donde se retraten fielmente la verdad de nuestra situación y las exigencias de la opinion pública.

ZAMORANOS, acudid á los comicios; Vais á salvar ó á sepultar para siempre con vuestros votos la libertad en España, y con ella la esperanza de nuestra regeneracion política y social y el desarrollo progresivo de nuestros intereses materiales! La proteccion de la autoridad para que ejerzais sin coaccion de ningun género aquel sagrado derecho será igual para todos, sean cuales fueren vuestras opiniones. ¡ Recordad, sin embargo, los males que nos causaron los hombres que han conducido el carro de nuestras libertades por la rapida y desoladora pendiente de la reaccion y de la inmoralidad! ¡ Reflexionad que si vuestros votos son contrarios al espíritu del siglo, y poneis un dique que, en vez de darle direccion racional, intente detener ó ahogar imprudentemente el curso con que se precipita el torrente de la opinion, podreis producir un sacudimiento que haga conmover en su base ó destruya el edificio social! Entonces, vosotros sereis los responsables si ese torrente arrebatada entre sus hondas las esperanzas de vuestra fortuna y de vuestro porvenir.

Elejid, pues, personas que sean dignas de vosotros; Diputados que por su saber, por su virtud, por su patriotismo, honren al pais que les dispensa su confianza. Y ¡ojala que jamas tengais que arrepentiros de haber confiado vuestros poderes á personas incapaces, ó que antepongan el provecho particular al bien público, que habrá de ser en tan criticas circunstancias el único guia á quien deberis consultar.!

Creo escusado recomendaros el mayor orden en todos los actos relativos á la eleccion, pues me hallo dispuesto á castigar severamente cualquier abuso ú exceso que se cometa. Zamora 26 de Setiembre de 1854.—El Gobernador: Geronimo Couder.



## INSTRUCCION POPULAR O PREVENCIONES

## CONTRA EL COLERA.

Los medios que conviene adoptar contra el cólera morbo son de dos especies á saber: profilácticos y curativos. Los primeros tienen por objeto prevenir la invasion evitando el gran número de causas que pueden producirla. Los segundos se dirigen á combatir el mal desde el instante en que se declara.

Entre los medios profilácticos ó preservativos se cuentan los que se refieren,

- 1.º A los vestidos ó piezas de abrigo.
- 2.º A la alimentacion.
- 3.º Al ejercicio habitual segun el modo de vivir ó profesion de cada uno.
- 4.º A la atmósfera particular que habitualmente respira.
- 5.º Al carácter del individuo y al estado de su ánimo.
- 6.º A los abusos que en todos sentidos puede cometer, capaces de alterar ó impedir el ejercicio ordinario de sus funciones.

## PARRAFO 1.º

Aunque á ciertas personas pueda parecer indiferente el vestir de esta ó de la otra manera, especialmente en tiempo de verano en que el traje suele ser ligero y sencillo, no lo es sin embargo, y se debe aconsejar en tiempo de epidemia colérica el uso de vestidos algo calientes, de los que suelen llamar de medio tiempo, especialmente ahora en que por lo adelantado de la estacion, son ya algo frescas y húmedas las mañanas y las noches. Las personas delicadas de pecho, las muy nerviosas é impresionables, las mugeres recién paridas y todos aquellos que son muy propensos á constiparse, deben abrigarse mucho mas, aunque sea usando ropas de invierno, y llevando elástica ó camiseta de lana sobre la piel, y pantalones de lo mismo. Los que padecen de reumatismo y los que han de trabajar al aire libre, ó hacen tránsitos repentinos del frio al calor ó de la sequedad á la humedad y vice versa, no debe olvidar esta precaucion, aunque sea sufriendo un poco.

Se debe tener particular cuidado en no dormir con poco abrigo. Aquellos que al meterse en cama sienten calor y se abrigan poco, y cuando despiertan experimentan frio ó tosen ó están acatarrados, se hallan por esto solo muy dispuestos á contraer el cólera y deben apresurarse á promover la transpiracion con algunos remedios suaves y que fácilmente se tienen á mano, como son, las infusiones de flores cordiales, de thé, manzanilla, flor de sauco ú otras semejantes. Pero esto seria inútil, si en lo sucesivo no se procurasen durante las horas de la noche, mas completo abrigo.

Los párvulos y criaturas de leche, en quienes

mas fácilmente existen las membranas mucosas, exigen sobre este particular, especial solicitud. Concluiremos este párrafo con el adagio vulgar que en las presentes circunstancias tiene excelente aplicacion; *Vale mas sudar que toser*. Aqui podríamos decir: vale mas sudar que morir del cólera.

## PARRAFO 2.º

Si en tiempos normales es siempre del caso comer y beber con sobriedad, nadie puede dudar que en la época calamitosa que atravesamos es una necesidad apremiante. Muchos y muy graves son los males producidos por los desarreglos de de la mesa, y de ella ofrece muy frecuentes ejemplos la práctica de la medicina; pero aquel individuo cuyos malos efectos corregidos algunas veces tomándose el tiempo necesario para discurrir y obrar, es en tiempo de cólera tan ejecutivo, tan pernicioso en sus resultados, que en pocas horas arrebatada al enfermo sin la menor esperanza de remedio. Espanta y ofende al mismo tiempo el ver esas escenas báquicas de gente soez, que haciendo alarde de su temeridad, desafian con cicos ademanes y escandalosas provocaciones al enemigo invisible que al cabo de poco suele venir á sorprenderlos. Vivan pues apercebidos, y cuiden mejor de su salud.

Conviene una vida morigerada, un alimento nutritivo y sano, pero escaso capaz de reparar las pérdidas que sufre el cuerpo, pero que no solo recargue al estomago, esponiéndole á indigestiones que en estos casos se hacen mortales. Bien quisieramos poder aconsejar á todas las clases el uso del cocido con gallina, carnero ó vaca, tocino etc. que se proporcionan las clases acomodadas; mas ya que no todos puedan procurarse esta clase de alimentos, les diremos que puede hacerse un buen puchero con un poco de carne, tocino, garbanzos, patatas y arroz á imitacion de lo que el Cuerpo municipal esta practicando en el dia con la sopa económica para los pobres de los barrios.

No diremos que sea absolutamente perjudicial el uso de ciertas legumbres, hortalizas y frutas; pero aconsejamos que en caso de necesidad se coman en cantidades pequeñas y poco repetidas, con el fin de evitar relajaciones intestinales difíciles de corregir y que prontamente se complican con la influencia colérica. Los tomates, pimientos, encurtidos de toda clase y las frutas verdes ó poco sazonadas deben proscribirse del todo como perjudiciales á la salud.

Pueden comerse algunas pastas reconocidas ó secas en que no entren la manteca ni otras cosas difíciles de digerir. Aconsejamos para postres el uso de los panecillos, llamados *borregos* como una cosa muy sana y que prueba á la generalidad, y tambien un poco de pasta de membrillo, guayaba ú otras semejantes. La sandia muy madura es una de las frutas que pueden permitirse si se toma con moderacion.

La leche no conviene, y suele dañar, durante el cólera, aun á aquellas personas que en tiempos ordinarios la toman habitualmente.



Si se toma café, no ha de ser diariamente, sino algun dia que otro y en módica cantidad. El thé suele sentar mejor. Nada de licores ni sustancias muy estimulantes, en especial para las personas que no las acostumbran. Nada de sorbetes ni helados y el agua que no esté muy fria. Conviene en las comidas un poco de vino generoso.

Los fumadores, si no son con exceso, no tienen necesidad de dejar su costumbre, pues no se ha observado que el tabaco dañe en tiempo de cólera.

Tambien debe haber arreglo en las horas de comer. Dirémos por fin que es muy conveniente levantarse siempre de la mesa con un poco de apetito, es decir, no dando al estómago todo lo que pide, sino cercenándole la racion, á fin de que no le dañe.

**PÁRRAFO 3.º**

Aunque casi todos hemos de vivir de nuestro trabajo, debiendo ser en unos muy rudo y pesado, y en otros muy ligero, con todo, no nos es imposible hacerlo mas llevadero y evitar los malos efectos de una excesiva fatiga. Escogiendo las horas cuando podamos, interrumpiendo el trabajo de cuando en cuando para dar lugar á ligeros descansos, repetidos pero cortos, no aglomerando negocios heterogéneos, antes simplificándolos del mejor modo, evitando el pernicioso influjo del frio, de la humedad, del calor, de las corrientes del aire, en los sitios ó habitaciones donde pasamos la mayor parte del dia, podremos sin abandonar nuestro trabajo, modificar su influencia en sentido favorable á nuestra salud. Creemos que los detalles sobre este particular son innecesarios y pueden dejarse á la discrecion, hábitos y buen juicio de cada uno.

**PÁRRAFO 4.º**

Generalmente se dice, y se dice bien, que conviene respirar una atmósfera pura. Por esto se prefiere el aire del campo al de las ciudades, y el ambiente de los palacios y casas grandes, al de los chiribitiles y modestas habitaciones de la gente pobre. Pero seria un error el creer que en las habitaciones pequeñas no puedan procurarse un aire puro cual conviene á su salud. Dios lo ha dado para todos, y cada uno de nosotros puede sin esfuerzo proporcionarse de la atmósfera, aquella porcion de aire que necesite para su respiracion y otros fines. Si el ambiente de nuestras casas es impuro, si está impregnado de miasmas fétidos, ó perniciosos, nuestra es la culpa, supuesto que poseemos medios muy sencillos para purificarlo. Esto lo conseguimos con solo abrir los balcones y ventanas, estableciendo corrientes que arrastren los principios nocivos, y sustituyendo cierta cantidad de aire nuevo, puro y respirable, al malo que antes teníamos.

Mas esto no basta siempre. A veces es menester sanear las habitaciones neutralizando los miasmas que emanan de las letrinas, de los vasos de noche, del cuerpo de los enfermos etc. Para esto pueden usarse las desinfecciones por medio del cloruro de

cal, y mejor aun del de sosa. Para ellas se procede del modo siguiente: se toman unas cuatro ó seis onzas de cloruro de cal (esto es mas barato): se diluyen en agua en un plato formando una lechada, y se le añaden quince ó veinte gotas de ácido sulfúrico (aceite de vitriolo). Por este medio se desprende el cloro al principio con rapidez y despues con lentitud, y trasladando el plato á las varias estancias ó cuartos, se van desinfectando poco á poco todos ellos. Si el desprendimiento de cloro, que pronto se da á conocer por su olor, es muy abundante, será necesario abrir alguna ventana ó balcon y el que se halle opuesto á él, á fin de que el gas se difunda y debilite.

Las corrientes de aire directas son muy peligrosas, aun sin estar sudado, y pueden ser causa de cólera, por suprimir bruscamente la transpiracion. El pronto abrigo, y el uso de los sudoríficos podrán evitar la invasion que en tales casos amenaza la vida del enfermo.

Aquí se presenta una dificultad que no queremos dejar sin respuesta por lo que nos ha enseñado la esperiencia. Se pregunta si es preferible el tener la mayor parte del dia cerrados ó abiertos los balcones, es decir, establecer ó no corrientes continuas de aire. Prescindiendo de teorías que permitirían resolver este punto en ambos conceptos, dirémos tan solo, que es muy preferible tener cerrados la mayor parte del dia los balcones ú otras aberturas, con tal que por la mañana se haga la conveniente ventilacion, y esta se repita alguna vez, aunque por corto rato, durante el dia. Fácil seria dar la razon de esta preferencia.

El ambiente de las localidades donde se vive habitualmente, es el que mejor se acomoda á la complexion de cada uno; por esto los curtidores, los poceros y otros de varias profesiones y oficios viven sin quebranto en la atmósfera infecta que tienen acostumbrada. Los tránsitos bruscos de un ambiente á otro, de una localidad á otra, aunque sean poco distantes, pueden hacerse peligrosos en todos tiempos, y mas aun en tiempo de epidemia.

Debe evitarse el respirar el aire de los lugares inmundos, el de las inmediaciones de los hospitales, el de las cloacas y sumideros, de las charcas, lagunas y pozancos, en fin de todos aquellos sitios, donde las emanaciones que se desprenden pueden ser causas de enfermedad.

El pretender purificar las habitaciones con sustancias aromáticas como benjuí, incienso, espliego, romero ú otros semejantes, es engañar al que espera el efecto de estas sustancias. El olfato se alhaga, pero la atmósfera queda, aunque de un olor aromático indefinible, tan impura como antes.

El uso del vinagre echado sobre un badil ó plancha de hierro, es, despues del cloro, uno de los medios que mas pueden aconsejarse.

Conviene no olvidar que es muy perjudicial á la salud y causa muy frecuente de cólera el respirar el aire frio y húmedo de la noche y de la madrugada. Los que puedan deben retirarse algo temprano á su casa, y no salir de ella hasta que el sol haya disipado los vapores de la noche anterior.



—4—  
PARRAFO 5.

Segun sea el genio y carácter de cada individuo, deberá hacer mayores ó menores esfuerzos para evitar cualquier arranque que pudiese perjudicarlo. La persona de indole dulce y simpática se halla en igualdad de circunstancias, en mas ventajosa posición que aquella cuyas maneras arrebatadas y fuertes destruyen á menudo el equilibrio de sus funciones. Semejantes perturbaciones son causa frecuente de enfermedad, y mas en tiempo de cólera que muchas veces no atacaria si no hallase en nuestra máquina causas abonadas para ello. Conviene pues á todos mucha calma de espíritu, dejando para mejores tiempos aquellas disputas ó diferencias que puedan suscitarse entre dos ó más personas, pues fácilmente conducen á escenas acaloradas de perjudiciales consecuencias.

El miedo, esta involuntaria pasión que nosotros debemos respetar por estar como encarnada en la naturaleza del individuo, es de tal manera poderoso en algunos, que apenas hay medio de conjurarle. Vanas son por lo mismo las amonestaciones, é inútiles tambien los consejos dirigidos á desvanecer el miedo cuando sobrecoge nuestro ánimo. Si algun remedio puede ser eficaz para tranquilizar al medroso, serán á no dudarlo las lecciones prácticas de un valor bien entendido, la vista repetida de escenas afflictivas y otras que poco á poco emboten la excesiva sensibilidad, y familiaricen nuestro espíritu con las causas morales ó físicas productoras del miedo. A fin de que las personas medrosas se decidan á hacer algun saludable esfuerzo les diremos, que *el miedo siempre aumenta pero nunca aleja el peligro.*

No diremos por esto que nadie deba hacer alarde de necia temeridad que á nada bueno conduce y que á menudo es indicio de cobardia. Toda persona debe ser prudente, evitar las causas de enfermedad y huir de todo abuso que pueda ser peligroso; pero esta conducta, que dista tanto del miedo, como del falso valor, conviene que todos la observemos y que la inculquemos á los demas, mayormente cuando se lucha contra un enemigo muy temible por lo mismo que no es conocido del modo que convendria.

PARRAFO 6.º

Si ha sido preciso señalar algunas reglas para conducirse bien en el curso habitual de nuestra vida, ¿que no deberemos decir cuando los desórdenes y abusos de toda clase pueden amenazarla entre los horrores de una epidemia devastadora? ¿No seria un sarcasmo contra las buenas costumbres, contra la civilizacion y tambien contra la moral cristiana, la conducta relajada que algunos pudiesen llevar, los escándalos de la intemperancia, los excesos en el régimen diéttico, y el menosprecio de los consejos que con las intenciones mas puras se le dan por parte de las autoridades, de las juntas de sanidad, de los facultativos, y de todas las personas interesadas en la salud de la capital y de toda la provincia? No es de esperar de la sensatez del vecindario y de la de los pueblos de la jurisdiccion de Barcelona, que olvidándose de lo que á todos y á cada uno interesa, quisieran exponer su existencia voluntariamente

con los desarreglos de su conducta. Por lo mismo no creemos necesario insistir sobre este particular.

MEDIOS CURATIVOS.

PARRAFO ÚNICO.

Como los ataques de cólera pueden ser ligeros presentándose con cierta benignidad que inspira confianza de curacion, ó bien ofrece ya desde los primeros momentos suma gravedad con peligro próximo de la vida de los enfermos, se sigue que los medios que se usan en estos dos casos, aunque esencialmente de una misma naturaleza, deberán sin embargo variar algun tanto en los grados de su actividad y hasta, si se quiere, de la prontitud de su ejecucion.

Cuando la enfermedad se anuncia tan solo con cierto mal estar, un poco de dolor de cabeza, debilidad general y algun borborismo ó ruido de tripas, aunque el vientre se halle ligeramente destemplado, no suele causar alarma en las familias, y se ve por lo comun que los individuos de ellas desprecian ó atienden poco al mal, no reparan en salir de casa, comen como acostumbron ó cercenan muy poco la comida, en una palabra, no se tratan todavia como enfermos. Sepan, pues, que lo están ya, aunque en un grado remiso: sepan que en su cuerpo se ha hecho sentir ya la influencia colérica, y sepan por fin que este es el momento de obrar. No pretendemos por esto amedrentarles; todo lo contrario, queremos darles á conocer que por entonces el enemigo es debil y que la medicina, acompañada de la prudencia y docilidad del enfermo, pueda vencerle fácilmente. Si aquellos precisos momentos se dejan pasar, si algun pequeño desarreglo, si alguna pasión de ánimo llegan á complicar el estado del mal, el ataque repite con mayor fuerza, y no será extraño que arrebate al descuidado doliente, ó por lo menos que los auxilios sean de un éxito mas dudoso y la curacion mucho mas larga. Aprovechése pues aquellos momentos, y mientras se llama al facultativo, que es lo primero que se deberá hacer, recójase el enfermo en la cama. cúbrase con una ó dos frazadas ó con una buena colcha segun la necesidad, procure facilitar una transpiracion suave manteniéndola por espacio de algunas horas, guarde dieta no tomando mas que un ligero caldo y de cuando en cuando alguna taza de thé no muy cargado. Estos sencillos medios empleados desde los primeros momentos de la invasion, bastan para que el mal se disipe, y el enfermo pueda volver á sus ordinarias ocupaciones.

La diarrea (que en este pais se suele llamar cólica), es un sintoma que ya no se mira con tanta indiferencia, antes bien llama por lo regular la atencion de los enfermos y les obliga á consultar al Facultativo. Hacen bien en dar á dicho sintoma alguna mayor importancia, pues indica que los intereses han sentido de una manera algo mas viva al influjo colérico. En tal caso, además de los medios indicados, será bueno que el enfermo tome el remedio casero que se va á decir, que aunque sencillo, produce muy buenos efectos.



Tómese un pedazo de pan muy bien tostado, una onza de azúcar, media de raspaduras de asta de ciervo y dos ó tres cajitas de adormideras hechas pedazos; póngase en un puchero con tres vasos no muy grandes de agua, hágase hervir por espacio de una hora, cuélese al cabo de un rato, y guárdese en parage fresco, para que el enfermo tome de aquél cocimiento una jicara de media onza cada hora y media.

Las lavativas de almidon, clara de huevo, ó cocimientos astringentes aunque muy útiles para otros casos en tiempos comunes, suelen ser poco eficaces para contener la diarrea producida por el cólera. — El cocimiento que hemos dicho, y un caldo gelatinoso pero al mismo tiempo algo reparador, suelen asegurar la curacion, despues de haber contribuido poderosamente á obtenerla.

Si la alarma y espanto de las familias empieza cuando hay diarrea muy desatada ó son muy frecuentes las evacuaciones ventrales, suele mucho mas de punto cuando va acompañada ó seguida de vómitos, calambres y perfrigeraciones en la piel. Grave, muy grave á no dudarlo, es entonces la situacion del enfermo, y han de ser muy ejecutivos los remedios si se les ha de salvar la vida. Desgraciadamente no siempre puede el médico acudir á todos los enfermos con la perentoriedad que su peligro exige. Para estos casos pues, y tan solo para estos casos, vamos á decir algunas de las cosas mas precisas que convendrá practicar para la salud de su cuerpo. El médico espiritual es entonces igualmente necesario.

Para atajar los vómitos que tanto atropellan á los enfermos, será conveniente darles cada tres cuartos de hora una copita de agua carbónica simple ó de limonada gaseosa, si la prefiere el enfermo por ser mas agradable ó por tenerla acostumbrada.

Si no bastase, se podrán pedir al Farmaceutico cuatro ó seis onzas de la mixtura anti-emética de Riverio, y se dará de ella al enfermo una cucharada cada cuarto de hora, hasta que los vómitos hayan cesado ó disminuido, en cuyo último caso las cucharadas se darán mas de tarde en tarde.

Puede suceder que los vómitos sean muy pertinaces no cediendo al uso de los remedios indicados. Si asi fuese, se aplicará sobre la boca del estómago un fuerte y ancho sinapismo que se dejará puesto por espacio de un cuarto de hora, levantandola despues cuatro ó seis minutos, para volverlo aplicar y levantar sucesivamente y repetidas veces por iguales espacios de tiempo. Además se dará al enfermo cada media hora mientras duren los vómitos un terroncito de azúcar sobre el cual se echarán, para tomarlo en el acto, cuatro gotas de éter sulfúrico, cuatro de láudano, y seis de tintura de castor, con uno ó dos cucharadas de agua tibia.

Los calambres se alivian muchas veces y se curan algunas, haciendo frotaciones no muy fuertes sobre las piernas, ó brazos que los padecen ó sobre cualquiera parte del cuerpo, con el ron caliente, aguardiente alcanforado, vino generoso, bálsamo de opodeldoch, agua de la reina Hungria, ú otras semejantes. A falta de otra cosa puede servir el aguardiente solo. Se obtienen buenos efectos con una pasta semilíquida de agua caliente y mostaza, frotando con ella por medio de un guante las partes atacadas de calambres ó rampa, que así se llama en catalan.

Estos mismos remedios sirven tambien para hacer desaparecer el frio inteso, á veces marmóreo, de la piel. Para este fin recomendamos el fuerte abrigo con

ropas de lana, la aplicacion de sinapismos ambulantes, la colocacion de botellas fuertes, llenas de agua hirviendo entre los muslos y piernas, en los costados y en los vacios, la aplicacion de frauelas ó bayetas calientes y zahumadas en las partes mas frias, el cubrir la cabeza con gorras de lana ó algodón, la administracion de bebidas sudorificas como the, café infusion de flor de sauco, de manzanilla, de amapola ú otras á estas parecidas. Si se quiere hacerlas un poco mas activas, se les podrán poner para cada taza ocho ó diez gotas de espíritu de Mindero, ó bien una ó dos cucharadas de jarabe de ipecacuana que aunque menos enérgico que el primero, tiende á producir el mismo fin.

Si no siempre se consigue por estos medios una reaccion saludable, en muchos casos no puede disputarse su utilidad; por lo mismo los aconsejamos, no como los únicos, sino como unos de los muchos que se podrian señalar, pero que acaso no estarian tan acreditados por la esperiencia.

RESUMEN

de lo que conviene hacer y de lo que conviene evitar.

- Conviene Abrigarse bien tanto de dia como de noche.
- Procurar que la piel traspire suavemente.
- Tomar alguna taza de flores cordiales, the, manzanilla, etc.
- Comer y beber con sobriedad, y á horas regulares y constantes.
- Llevar una vida muy arréglada.
- Escoger los alimentos mas sanos, y usar en las comidas un poco de vino bueno ó generoso.
- Comer siempre un poco menos de lo que indica el natural apetito de cada uno.
- Trabajar sin gran fatiga, con ciertas interrupciones de descanso, y aprovechando las buenas condiciones del local donde nos hallemos.
- Respirar aires puros, desinfectando nuestras habitaciones cuando no lo sean.
- Mantener cerrados los balcones y ventanas despues de haber hecho el oréo ú oréos correspondiente.
- Vivir con suma tranquilidad de espíritu.
- Hacer uso de losmedios curativos que se espresan en la anterior instruccion.
- No constiparse por falta de abrigo ó de las convenientes precauciones.
- No comer mucho y á deshoras.
- No comer cosas indigestas, como frutas verdes, tomates, pimientos, ciertas verduras flatulentas, como son las coles y otras.
- No desafiar neciamente el mal con bajadronadas y desarteglos.
- No tomar leche mientras dure el cólera.
- No usar de licores, sorbetes y toda clase de helados.
- No complicar mucho nuestros negocios, ni aglomerarlos si es posible.
- No respirar el aire impuro de ciertas localidades peligrosas.
- No exponerse al aire frio y húmedo de la noche y de la madrugada.
- No incomodarse ni irritarse.
- No tener miedo.
- No ser temerario afectando el valor que muchas veces es aparente.
- No hacer excesos, ni cometer abusos de ningun género.



No despreciar ninguno de los consejos y medios de curacion que se expresan en la instruccion precedente.

Damos fin á este trabajo y lo publicamos para que pueda ser de alguna utilidad á los habitantes de la provincia Hecho sin ninguna pretension literaria, sin haber podido disponer del tiempo suficiente para meditarlo bien y menos aun para llamarle como hubieramos deseado y el público merece, lleva no obstante el sello de nuestro buen deseo, y es un testimonio modesto, si, pero sincero de la satisfaccion con que nos consagramos al bien de las deudas, en medio de la epidemia que nos aflige.

Barcelona 3 de Setiembre de 1854.—El Gobernador Civil Presidente. Pascual Madoz.—Francisco Pulido.—Manuel Villaronga.—Antonio Osorio.—Marcelino Durana.—Ramon Ferrer y Garcés.—Antonio Mendoza.—Felipe Masierrec.—Jaime Sadó.—Antonio Martus.—José Armenter.—Francisco Juanich.—Juan Nepomuceno Folch.—José Viñolas.—Antonio de Toda.—Victor Maria de Grau.

ANUNCIOS.

La persona que guste interesarse en el arrendamiento de la caza de las Dehesas, Mangas, Valmasedo y Pozos, propias del Sr. Duque de Pastrana, juntas ó separadas, y con solo á escopetas y perros, concurrá á la Villa de Távora de las 10 á 12 de la mañana del dia 11 de Octubre del presente año que se rematarán ante el administrador de S. E. bajo las condiciones que estarán de manifiesto.

El dia 14 del corriente ha desaparecido una caballeria, de la Dehesa de Villagarcía de los Pinos, sus señes son: edad cerrada, calzada de los 4 pies, una matadura en la cruz y una rozadura en

el espinazo. La persona que sepa su paradero dará razon á Manuel Martin, Montaraz de dicha dehesa.

En la noche del 18 de este mes, desaparecieron del Prado de Jambrina, dos caballerias mayores de las señas siguientes: un caballo negro, edad cerrada, un poco estrellado, tiene en el cuarto izquierdo una rozadura sin pelo, es capon; otro id. rojo, edad siete años, alzada regular, tiene tres lunares, la cola cortada, capon como el anterior. La persona que sepa de dichas caballerias, dará razon á Lucas Benito, vecino de dicho pueblo.

En la noche del 15 del corriente, ha desaparecido un pollino de mediana alzada, color castaño, marcado con una C. en el hocico. El que sepa su paradero dará razon al Sr. Alcalde de Fuente el Carnero.

De Fresno de Sayago, ha desaparecido una caballeria menor, alzada seis cuartas poco más ó menos, pelis castaño oscuro, redonda de trasera, edad dos años, e un poco maniviesa. El que sepa su paradero dará razon á Francisco Fadon.

En el pueblo de Cabañas en la madrugada del dia tres desapareció una yegua negra, alzada mas de seis cuartas, cerrada, errada de adelante, en la mano izquierda por cima de la rodilla una señal como de trabajo, el clin la que cay á la izquierda cortada como cuatro dedos, en la derecha largas en una patam lado de dentro calzada, la cola corta. La persona que sepa su paradero dará razon á Juan Rodriguez.

Imp. de la Viuda de Pablo Vallecillo.

Los calambres se alivian muchas veces y se curan algunas haciendo fricciones no muy fuertes sobre las piernas ó brazos, por los puntos ó puntos que se indican en el cuerpo, con el ven caliente, según viene aconsejado, vino generoso, bálsamo de gualacocha, agua de la reina Hungaria, ó otras semejantes. A falta de otra cosa puede servir el siguiente: Se obtienen buenos efectos con una pasta semiduro de agua caliente y mostaza, frotando con ella por el dia de un par de partes machadas de calambres ó tiempo, que así se llama en catalán. Estas mismas remedios sirven también para hacer desaparecer el frío intenso, á veces acompañado de la que para esto se recomienda el láctico con