

crito en idioma italiano
por el célebre Doctor Coc-
chi: dos tomos en octavo:
doce reales en pergamino.

DISERTACION MEDICA,

SOBRE EL BUEN USO DE LOS BAÑOS

DE AGUA DULCE

EN LOS RIOS Y CASAS PARTICULARES:

CON UNA REFLEXION AL FIN,

SOBRE LOS PEDILUBIOS.

POR EL DOCTOR D. FELIX
Fermin Eguia y Harrieta, Médico
que fué de los Reales Hospitales
de esta Corte.

QUARTA IMPRESION.

Mas corregida que las antecedentes.

Con las licencias necesarias.

EN MADRID, EN LA IMPRENTA DE LA VIUDA
E HIJO DE MARIN. AÑO DE 1792.

*Se hallará en casa de D. Antonio Baylo, calle
de las Carretas, y en las gradas de S. Fe-
lipe, en el puesto de Saturnino Fernandez.*

Para que con mas facilidad se entienda lo que en adelante referiremos tocante al presente Tratado, diremos antes con doctrina de Galeno, Avicena y otros Maestros, que el baño es un agente medicinal, el qual hace evaquar de lo interno del cuerpo los excrementos fuliginosos, ruginosos, ó de naturaleza de hollin, causados por el calor acre y mordáz, dejando, además de esto, á todo lo fibroso y nervioso, humedecido y templado, de que resultan otros efectos favorables, como se dirá despues (1). Los baños en general, parece que pueden dividirse

(1) Lib. 10. Meth. cap. 10. §. Itaque ex balneis, &c. Fen. 3. lib. 1. doct. 2. cap. 5. Hoffm. in Disert. Balneum.

se en dos diferentes géneros; á saber, baños de agua mineral, y baños de agua dulce natural. Los primeros, aún se subdividen en diversas especies, como son, los de agua salada, agua aluminosa, azufrosa, vituminosa, sal-nitro, cal-canto, &c. Todos estos, y otros semejantes, sirven para ciertas enfermedades rebeldes, á que está sujeta nuestra naturaleza; y para este efecto, con notoria utilidad, los ordenan cada dia los sabios Médicos; pero dejando por ahora esta clase de baños, por no ser del presente asunto, nos reduciremos á los de agua dulce natural: tales son los de los rios, y casas particulares, y á los que con mas individualidad conviene la definicion asignada: no obstante debe observarse, que aun este género de baños, admite diversidad entre sí, pues uno es el baño de agua dulce fria, otro el de agua dulce caliente,

y

y otro el de agua dulce templada. Estas diferentes modificaciones que puede recibir el agua, constituyen otros tantos agentes diversos; por lo que dijo Galeno, de las aguas dulces, si están en media templanza, resulta virtud caliente y humeda: si fueren mas calientes que lo moderado, su virtud será caliente, pero no tan humeda: y si estuvieren en el estado de frias, tendrán virtud fria y humeda. En lo qual se deja ver una notoria diferencia (1).

El célebre Doctor Cocchí, bien conocido entre los Profesores de la Medicina, compuso un Discurso sobre los baños de agua fria, segun el uso de los Antiguos. El Autor trata el asunto con toda aquella delicadeza y energía que corresponde á su elevado ingenio, por lo que nada se ofrece que añadir, y asi el curio-

(1) Lib. 3. de Sanit. tuenda cap. 4.

rioso podrá recurrir allí, si quiere instruirse en las virtudes, y efectos de semejantes baños. Esto supuesto debemos limitarnos precisamente á los dos géneros de baños, como son los de agua dulce caliente, y agua dulce templada, los quales son los que en el dia están mas en uso, como es patente.

Entre los Antiguos era frequentísimo el uso de los baños. Obligatorios á esto, no tanto las indisposiciones interiores; quanto la limpieza corporal. Destituidos de los socorros que al presente logramos para mantener limpio el cuerpo, les era preciso que buscasen en el agua los medios de purificarse de su inmundicia. Su religion contribuía no poco para el uso frequente de los baños; pues como es bien sabido por las Historias, no habia Nacion que no creyese ser muy agradable á sus dioses, despues de haberse bañado.

De

De aqui tuvieron principio las lustraciones de los Egypcios, y las supersticiones de los Bárbaros; como tambien aquella prodigalidad en construir magnificas fábricas para el uso de los baños. En suma, era este uso tan frecuente entre los Antiguos, que apenas se hallaria Suge-to de alguna consideracion, que no tuviese en su casa una piscina donde poder bañarse, y esto lo egecutaban en todos los tiempos y estaciones del año.

En el uso médico no son tan frecuentes los baños, como entre los Antiguos, porque éstos (como vá dicho) tenian otros fines: sin embargo, son bastantemente practicados, como lo acredita la experiencia; y por lo ordinario con apreciables efectos. El Estío es la estacion en que regularmente se usa de los baños, porque en dicha estacion es en la que mas se engendran aque-

A 4

llos

Los espíritus fuliginosos ó de naturaleza de hollin que diximos, de los quales suelen resultar varias enfermedades cutáneas, y otras semejantes como son herpes, sarna, herisipelas, calenturas ardientes, vigiliass, ó desvelos, delirios, &c, para lo qual son oportunísimo remedio, generalmente hablando, los baños de agua dulce templada ó caliente, segun la disposicion del paciente. La razon de ser tan proporcionado remedio dichos baños para los mencionados afectos, es, porque por el contacto, ó impresion que hace el agua en la parte exterior del cuerpo, se introducen en él (especialmente por medio de los vasos absorbentes) la humedad y temperatura del agua, y extraen de lo interno, y masa de la sangre los espíritus fuliginosos, ruginosos, ó de naturaleza de hollin ó humo, causados por el calor acre y mordáz, los ponen en movimiento,

y expelen enteramente por medio de los vasos excretorios, produciendo al mismo tiempo otras utilidades que refiere Avicena, como son humedecer, causar sueño, abrir, rareficar, resolver, digerir, &c. (1)

De aqui puede formarse algun juicio, para qué Sugetos, y en qué afectos ó dolencias pueden ser útiles, y aun muy convenientes los baños. Primeramente, son sin duda provechosos á aquellos que son de temperamento caliente y seco, los quales necesariamente han de padecer sed, si no se impide por otra causa; pero para todo les aprovecharán los baños, porque por su medio, será humedecido y templado lo árido y seco de su constitucion; y la sed, dice Galeno, les será aliviada con tal eficacia, que estando en el baño sentirán

tirán atraher el agua (1). Esto es muy conforme á buena Medicina, por aquel principio, *un contrario se cura con otro contrario*, y tales son las qualidades del agua templada, para dichos Sugetos.

Tambien son convenientes los baños para los que acostumbran á padecer herisipela, herpes, sarna ó lepra, como asimismo á los que tienen fluxiones en los ojos, el rostro encendido, granos en él, que el vulgo llama cara de tomate: todos éstos tienen el calor acre y mordáz, engendran cantidad de espíritus fuliginosos, y ruginosos, de lo que les resultan semejantes afectos. No son de menor utilidad los baños para los que se han calentado y desecado demasiado al Sol, ó por haber caminado extraordinariamente, ú otra equivalente causa. Estos, como di-

(1) Lib. de Marc. cap. 7. 6. Epid. com. 6.

dice Galeno admirablemente, se humedecen y atemperan con el baño de agua dulce templada (1). Por lo que pertenece á los dementes, y maniáticos, la experiencia tiene bien acreditado quan útiles sean dichos baños; y así, se han visto muchos de ellos curados ó aliviados por un medio tan benigno. El Doctor Don Juan Bautista Alfian, Médico que fue en la Ciudad de Toledo, en un Discurso que sobre esta materia dió al público el año de 1641, refiere varios Sugetos dementes curados con el auxilio de los baños de agua dulce templada, añadiendo á ella hierbas frias y humedas, con algunas cabezas de adormideras, despues de hechas las evacuaciones universales. Avicena afirma, que el que fuere de complexion caliente, y abundáre de có-

(1) Lib. de Officina Medici, cap. de Aqua cal.

cólera rúbea , le es provechoso el bañarse en agua templada (1). Federico Hoffmann, y Celso Aureliano, son de sentir, que el baño de agua dulce templada, es un remedio muy conveniente para los que padecen melancolía, ó hypocondría, quando este humor depravado, por largo tiempo no hubiere resistido mucho á la evacuacion; porque por dichos afectos, están los líquidos tostados, secos, fuliginosos, y por medio de los baños se humedecen y atemperan: y lo fuliginoso, y ruginoso, toma curso y se expele (1).

Quando la melancolía é hypocondría provienen del mucho estudio ó sérias meditaciones, son de oportuno remedio los baños de agua dulce templada, porque en estas labores de entendimiento se disipan mu-

(1) Fen. 3. lib. 1. doct. 2. cap. 5.

(1) Disert. Baln.

mucho los espíritus, pierde la sangre lo balsámico, y con los baños se refrenan los espíritus inquietos, se obtunden, y lo térreo, y fuliginoso de los líquidos toma rumbo, y se logra su expulsion. Lo mismo dice Areteo, sí bien añade, que el agua de los baños que usen estos Sujetos, sea mas caliente que templada, por quanto estos mayores grados de calor causarán mas transpiracion en la sangre, mas laxitud, y blandura en las carnes, y poros (1).

En quanto á los que padecen dolores en los riñones, causados por mal de piedra, ó arenas en la vegiga, dice Alexandro Traliano con otros Autores, que les conviene notablemente los baños de agua dulce templada, pues por medio de ellos se laxan las vias, y dán facil tránsito á estos contrarios. En efecto,

(1) Lib. 7. cap. 134.

to, el agua es uno de los agentes mas eficaces para ablandar, y deshacer aun los cuerpos mas duros, como son el hierro, y la piedra. La preparacion del Ethyope marcial es buena prueba de la fuerza que tiene el agua para disolver el hierro, y para molificar la piedra se valen del agua los Artífices, como de un oportunisimo medio. Algunos han creido que esta virtud no la tiene el agua por sí misma, si no por razon de su union con el ayre; pero entre los Químicos se hallan muchos que son de contraria opinion; y Mr. Blake ha observado, que la union del ayre la priva en parte de su eficacia. Este dictamen han adoptado despues muchos Escritores exclarecidos (1).

Al-

(1) Vease el lib. intitulado : *Le Voyageur naturaliste*, compuesto en idioma Inglés por Mr. John Coakley, Doctor en Medicina, y Miembro de la Sociedad Real de Lon-

Alpiano, refiriendo á Celso, y á otros Autores, es de sentir, que los baños de agua templada son utiles á los que en tiempo de calor se disipan demasiado por el sudor, porque les atempera la transpiracion, y les humedece todo lo nervioso, y fibroso que antes tenian árido, y ressecado por el excesivo sudor (1). Tambien son provechosos dichos baños á los que padecen dolores rehumáticos; pues con lo diluente y emulcente del baño, se atempera y disuelve todo lo acre y salino de que abunda la sangre de estos Sujetos. A los de temperamento frio y humedo, podrán ser convenientes los baños de agua dulce caliente, atendida la virtud de estos baños, que es calentar, y poco hume-

de-
Londres, traducido al Francés, segunda Ediccion, cap. IV. Methode prour analyser les ea ux medicinales, f. 62. notas á, y 1.

(1) Alpian. fol. 114.

Decer, como se dijo con Galeno; pero como todo el grado de calor, que se requiere para semejantes baños, no se podrá lograr en el agua del río, siguese que solamente los que se administran en las casas, podrán serles provechosos (1). Los baños de agua dulce templada, son convenientes para aclarar la voz, por lo que con utilidad, dice Galeno, usan de ellos los que necesitan egercitarla sonóramente.

A los que están acostumbrados á practicar los baños, no conviene dejarlos por leve motivo, singularmente si por ellos reconocen algun alivio. Sabido es aquel axioma, *la costumbre es otra naturaleza*; y en el asunto de que se trata, es respectable el proloquio. Lo mismo se ha de entender en orden á algunas circunstancias notables, como sería,

(2) Alfian. fol. 3.

una extraordinaria constitucion de algun Sugeto, diferencia de climas, de estaciones del año, y diversos estilos de Payses. Muchas veces oí referir, que habia habido en Madrid cierta Persona que acostumbraba á bañarse en el río en el rigor del Invierno, rompiendo en algunas ocasiones el hielo, para poder entrar en el agua. Causóme esto graves dificultades, principalmente, que el Sugeto referido hallase útiles efectos en semejantes baños; pues en quanto á que resistiese por algun tiempo los rigores de la nieve y el hielo sin perder la vida, no es admiracion, porque en esta parte se han visto innumerables egemplares en Personas que se han sacado vivas de entre los hielos y las nieves, donde se habian caido y sepultado. Sin embargo, procuré informarme del caso, por ser tan reciente, que aseguraban habia Sugeto que conocie-

ron á la Persona de que hablamos. En efecto , dí con algunos que me afirmaron haberle visto y conocido; y que era muy cierto quanto yo habia oído en el asunto (1). Los Físicos buscarán la razon de este prodigio de la Naturaleza; pues confieso, que aunque le he considerado, no le he hallado de modo que me satisfaga.

Los Climas siendo tan diversos en la vasta extension del Mundo, ¿quién duda que pueden, y y aún deben ocasionar diferentes costumbres en orden al tiempo , y circunstancias de los baños ? En algunos parages de la América es estilo bañar á las criaturas luego que nacen , sin que haya entre los extrangeros quien facilmente se atreva á no conformarse con esta práctica con los hijos que les nacen an aquel terreno. Pero aun en

(1) Escribió el Autor en el año de 1749.

en nuestro Emisferio ha sucedido y sucede esto mismo; pues segun Virgilio , los primeros Habitadores de la Italia sumergian á sus hijos en los rios: tambien lo egecutaban asi los Espartanos; y en el dia, dicen ser esta costumbre recibida en algunos Pueblos del Norte (1). Por lo qual antes de alterar éstas, y otras semejantes prácticas ó estilos, es lo mejor consultar con algun sábio Médico, como tambien en otros muchos incidentes que pueden ocurrir.

A QUÉ PERSONAS ACHACOSAS no les convienen los baños.

Despues de haber señalado en general á qué Personas sean convenientes los baños , es necesario que advertamos , á quiénes por el contrario puedan ser nocivos , y aun de mu-

(1) Doctor Cocchi , fo l. 6. (1)

mucho daño. Llevamos dicho, que uno de los efectos del baño, es evaquar, y por esta parte, parece tiene como veces de sangria. Pero es preciso apreciar, qué grados de evacuacion contenga la que produce el baño. Galeno señala seis distintos géneros de evacuacion (1); y en el quinto coloca la que efectúa el baño. Dice, pues, este Sabio, la evacuacion de los humores, que igualmente se evaquan, y que es exquisitísima, es la sangria. La mas próxima á esta, es la que se hace por sajas de piernas. La tercera, la que se hace por ejercicio. Cuarta, la que se hace por fricaciones. Quinta, la que se hace por baños. La sexta, la que se hace por extrema dieta. El célebre Doctor Cocchién su citado Discurso, refiere, que por una balanza estática se hace demostrable, que en

(1) Lib. 2. Aph. 13.

en cada baño de agua caliente se disipa el cuerpo hasta veinte onzas; de lo que resulta, dice este Autor, aquel descaecimiento ó falta de fuerzas, ó aquella flojedad de las fibras, que se experimenta quando se usan con demasiada continuacion (1).

Pero no es solo el efecto de evaquar el que causa el baño, si no que además (como se dijo con Avicena, causa sueño, y tiene virtud de abrir) raer, resolver, digerir, y traer el sustento á la superficie del cutis (2). No hay duda: que miradas en sí estas virtudes y efectos del baño, que son apreciabilísimas, y de grandísima utilidad, pero contraídas á determinadas personas, las cuales padeciesen ciertos achaques opuestos á estas virtudes y efectos, ya se vé quán lejos estarian los baños de hacer-

(1) Fol. 21.

(2) Fen. lib. 1. doct. 2. cap. 5.

cerles el mas leve favor, y sí mucho detrimento en su salud. Por esto dijo el mismo Avicena, que asi como hay muchas utilidades en bañarse, hay tambien muchos daños; porque como el baño, prosigue este Autor, es causa de que facilmente descendan las superfluidades á las partes débiles, laxa el cuerpo, é impide los nervios, resuelve el calor natural, y quita la gana de comer.

Supuesto, pues, todo esto, se dice desde luego con Hypócrates, que son dañosos los baños á los que tuvieren el vientre húmedo ó suelto mucho mas de lo ordinario: que igualmente lo son á los que tienen el vientre extriñido mas de lo que conviene: que no son provechosos los baños, prosigue, á las Personas débiles, ni á las que no tienen gana de comer, ni á los que vomitan, ni á los que regueldan cólera, ni á los que les sale sangre de las narices, quan-

quando ésta les sale en cantidad debida; pero que quando dicha sangre no fuere en semejante cantidad, serán convenientes los baños, pues ayudarán á esta evacuacion (1).

Galeno en el comento sobre este texto de Hypócrates, dá la razon, por qué sean dañosos los baños á los que tienen el vientre húmedo ó suelto mucho mas de lo ordinario; y es, porque los humores que evaquan por el vientre, con el baño serían detenidos y repelidos por todo el cuerpo. Despues aprueba, que á los que tienen el vientre extriñido, les son dañosos los baños, á menos que primero no se haga evacuacion del vientre. Hoffman en la Disertacion mencionada, es de opinion, de que los baños son nocivos á los que son débiles de cabeza; de manera, que á qualquier motivo leve, experimen-

(1) De Rat. vict. text. 59.

tan dolores en ella : ni á los que padecen vértigos ó vaídos, ni á los que tienen dificultad en la respiracion. Todos estos Sugetos no tienen fuertes las oficinas del cerebro, entrañas, y corazon, son de un systema fibroso de poca resistencia, por cuya causa se dejan vencer de qualquier contrario. Segun el mismo Hoffman, son perjudiciales los baños á los Tabíficos con calentura lenta, á los que padecen catarro, y tocoriza. Son opuestos á los actualmente galicados, á los escrófulosos, ó que padecen lamparones. A los niños (esto es, á los que no han cumplido catorce años), son dañosos los baños de agua salada, por lo que los Padres evitarán el que sus hijos se bañen en agua del Mar, lo qual suele acontecer á los que habitan cercanos á puertos del Mar; pero no es bien hecho, como dice, y lo prueba el citado Alfian en su mencio-

cionado Discurso : en efecto, si Galeno concede el baño á los niños, es con las condiciones, de que sea en agua dulce templada, y que tengan necesidad de humedecerse (1). Generalmente hablando, tampoco convienen los baños á los viejos, porque éstos regularmente engendran muchas flemas frias, y húmedas, y la humedad de los baños les sería perjudicial; no obstante, podrán ser convenientes, como dice Galeno, quando el Viejo fuere de temperamento demasiado seco, y no abundare de dichas flemas, porque en este caso le conviene humedecerse (2).

Son nocivos los baños á los hictéricos, á las opiladas, á las que están con la menstruacion ó cercanas á ella; como tambien á los Sugetos que

(1) Lib. 1. de Sanit. tuen. cap. 7.

(2) Lib. 5. de Sanit. tuen. cap. 8.

que estuviesen con actual flujo de almorranas, ó con sangre, que el vulgo llama de espaldas.

Son dañosos dichos baños á las preñadas, y á las que han parido, si no hubiesen cumplido los quarenta dias de su perfecta purificacion. Son perjudiciales á las que padecen mal de madre por ventosidad, frialdad ó humedad; pues la humedad que recibirian por los baños, aumentaria la que las atormenta. Avicena es de sentir, que son horribles los baños á los que padecen hydropesía de abundancia de flemas (1). Galeno afirma, ser nocivos los baños á los que padecen gota coral; como tambien á los que tienen algun nervio herido.

No son convenientes los baños quando el rio viene turbio, porque la vascosidad y crasicie que trae

con-

(1) Fen. 14. trat. 4. cap. 13.

consigo, no dá lugar á que el agua haga el efecto de abrir los poros. En aquellos Rios muy inmediatos á las Sierras, aunque no se enturbien, deben escusarse los baños quando uno ó dos dias antes han precedido ayres fuertes, porque la fuerza de ellos, es causa de que descienda cantidad de nieve, y enfrie demasiado el agua, y resulten malos efectos. Galeno aconseja, que el baño sea en dia tranquilo, esto es en que no haga ayre, truenos, ni tempestad.

Los baños de las casas particulares se pueden usar mas ó menos calientes, segun pareciere al Médico, suponiendo lo que ya se dijo con doctrina de Galeno, que de las aguas dulces, si están en media templanza, resultará virtud caliente, y húmeda; si están mas calientes que lo moderado, su virtud será caliente, pero no tan húmeda; y si están en

es-

estado de frias, tendrán virtud fria y húmeda.

*DE LO QUE SE HA DE
observar para ir al baño, estar
en él, y despues de salir.*

Conviene mucho el considerar lo que en esta parte debe hacerse: porque de no ajustarse á las condiciones necesarias, se seguirá, que la utilidad que podria sacarse de los baños, se frustre enteramente, y acaso sobrevenga algun daño mayor que de no bañarse, habiendolo menester.

Hypócrates dice, que el camino para ir al baño sea breve (1). Galeno sigue enteramente esta doctrina. Avicena refiere los daños que pueden seguirse á los que se hubieren egercitado demasiado antes del baño ó que repentinamente entran

(1) Lib. de Vict. rat. sect. 3. teut. 46.

ren en él; esto es, sin preceder el debido reposo. Si los tales fueren de complexion caliente, dice este Autor, hay miedo de que se exparza el calor natural, á lo que se seguirá debilidad en el corazon: y en los que salen tambien repentinamente del baño, hay riesgo de catarro agudo, escoriacion de tripas, y dolor de junturas. A los que son de complexion fria (prosigue el mismo), si repentinamente entraren en el baño, se puede temer caigan en apoplegia, ó perlesía, y de salir repentinamente, puede acontecer congelacion, temblor en los miembros, y orinar involuntariamente: y asi concluye, que para evitar estos peligros, no se entre, ni salga repentinamente, ni habiendo precedido egercicio vehemente (1). Lo perju-

(1) Lib. de Romovendis nocum. trat. 3. cap. 2.

dicial del egercicio vehemente, consiste en que mediante él, se resuelven los espíritus, los quales deben conservarse para el baño: sin embargo, los Autores aprueban un poco de egercicio moderado, antes, y despues de bañarse; pero prohíben enteramente la entrada, y salida repentina: y la razon es, porque nuestra Naturaleza no lleva á bien las repentinas mutaciones; y si hay algun aparato de humores depravado, podrá acontecer alguno de los males, que dijimos con Avicena.

No es de menor importancia el saber si se puede comer antes ó despues del baño; por que del mal gobierno en esta parte, tambien podrán acontecer otros daños semejantes á los que quedan referidos. Dicese, pues, por cosa cierta, que el que quisiere no perjudicar á su salud, ha de entrar en el baño despues de cocido lo que está en el estó-

tómago, y en el higado. Espresamente afirman esto Hypocrates, Galeno, y Avicena. El primero dice, que no se ha de bañar, ni labar el que poco antes hubiese comido ó bebido (1). Galeno en el Comento expone, que no solamente á los enfermos, pero aun á los sanos no se les conceda el bañarse habiendo acabado de comer ó beber; porque á los que bebieron, dice, se les llenó la cabeza; y á los que comieron, no solo la cabeza, sino todo el cuerpo (2). Las palabras de Avicena son muy semejantes á las de estos Maestros (3). Los males que pueden resultar de comer ó beber antes de bañarse, dice Galeno, son dolores en las entrañas y principalmente en el higado (4), siendo la razon, porque el

(1) De Rat. victus, text. 55.

(2) En el Coment.

(3) Fen. 3. cap. 7.

(4) Lib. de Salubri dieta sup. text. 32.

el baño atrae de dentro afuera, y así es forzoso atraer el alimento crudo que se comió en cantidad; y llegando al hígado, como hay venas pequeñas en él, ha de hacer extension y causar dolor, extendiendo también las venas que están en la última parte del hígado, para lo qual trae también el remedio que conviene en semejante caso, que es, que beban algo que mueva la orina, y limpie el hígado, como es el agua de apio, la que concede generalmente el mismo Galeno después del baño. Lo seguro en esta parte, es entrar en el baño después de cocido el alimento; y como se explica el Doctor Cochí, quando en la Máquina todo se halle en calma. Pero no se puede dar regla general en orden á saber quando estará cocido el alimento; pues para ello, unos necesitan mas tiempo, otros menos. Mas tiempo necesitan los que comen demasiado, que los que

co-

comen moderadamente: mas los que tienen mucha edad, que los que crecen; por lo qual cada uno observese á sí mismo, consulte con su estómago, oiga, y obedezca sus avisos. Tampoco puede darse regla fija en quanto al tiempo que se haya de perseverar en el baño, porque para esto se ha de atender á las fuerzas y robustéz del Sugeto; pero diremos con Avicena, que no se debe aguardar á que acometa horripilacion (1).

En quanto al comer después de haberse bañado, no corre la misma paridad con el comer antes de bañarse. Puedese comer después del baño; pero no ha de ser inmediatamente, como enseña Hypócrates, sino después de haberse aplacado la turbacion que causa el baño; pues de lo contrario, dice este insigne Maes-

(1) Fen: 3. lib. 2.

Maestro, resultará que la cabeza se llene de flatos y ventosidades; y que lo que se coma, ande nadando en el estómago (1): y es la razon, porque como queda dicho, por el baño es traído el calor del centro á la circunferencia, quedan las partes interiores destituidas de él, y es necesario tiempo para que se vuelva á recoger y reconcentrar: despues de lo qual con seguridad se podrá comer ó tomar algun alimento. El beber vino, sin tomar primero alimento alguno, tienta la cabeza, como advierte Galeno. No debe hacerse mucho egercicio dentro del agua, sino solamente algunos movimientos moderados, y pues el sueño es uno de los efectos mas apreciables del baño, se conseguirá mejor bañandose bien la cabeza: con el sueño, dice Galeno, se cuece lo que es hábil de cocerse,

(1) De Utit. rat. text. 56. y

y se digieren y resuelven insensiblemente los malos vapores.

REFLEXION SOBRE LOS pedilubios, y baños de piernas.

Los pedilubios y baños de piernas no necesitan de tantos aparatos, ni impertinencias como los de todo el cuerpo; y sin embargo pueden ser utilisimos, y aun suplir en algunos casos la falta de ellos: por esta razon está muy admitido el uso ó práctica de dichos pedilubios. Pueden hacerse, ó simplemente con agua dulce caliente, ó juntamente mezclando con ella algunas hiervas, raíces ó simientes, las quales tengan virtud de molificar, ablandar, adelgazar, y abrir las canales, ductos ó poros de los pies. Estos baños, aunque no se hacen mas que en las extremas partes del cuerpo, con todo eso, su virtud se extiende mu-

C 2 cho;

cho ; porque fomentando los pies con el agua caliente, las fibras tendinosas y nerviosas de ellos, se laxan y ablandan, y los túbulos ó poros que antes estaban oclusos ó cerrados se dilatan y ponen en debida forma ; de donde se sigue, que la sangre circule mejor, y que las fluxiones ó decúbitos que padecian otras partes superiores y de mayor nobleza, sean impelidas, atenuadas y expelidas con notable alivio de ellas. Contribuye á esto aquella grande comunicacion que tienen las partes nerviosas y tendinosas de los pies, con lo fibroso, nervioso y tendinoso de todo el cuerpo ; singularmente, con lo respectivo al infimo vientre : y así observese, que luego que se fijan los pies sobre algun lugar demasiado frio, se enfria el cuerpo, se impide la transpiracion, se suprime el vientre, y aun se experimentan algunos dolores en él. Por lo

lo qual, para que sean provechosos los pedilubios, no debe dudarse si el agua ha de ser caliente, ó á lo menos, bien templada. Y podrá notarse, que quando el agua estuviere mas caliente que lo moderado, se aumentará el pulso, y aun se moverá el sudor.

Además de esto, los baños de pies son de oportuno auxilio, como siente Federico Hoffman, para algunos afectos de cabeza, como son la demencia, la manía, melancolía, dolores de xaqueca, y dolores de dientes, fluxiones salitrosas en los ojos, vigiliass ó desvelos. Son utiles tambien los pedilubios en los catarros secos, expuicion de sangre, y en los dolores de almorranas. Egregiamente aprovechan para mover las excreciones, evaquaciones exteriores, como la orina, vientre inferior, menstruaciones, y las emorroydales, dando libre transito á la sangre, atenuan-

nuandola y encaminandola á los lugares excretorios. Regularmente se administran los pedilubios al tiempo de irse á acostar; y se tendrá cuidado, que despues de tomados estos baños, no se enfrien los pies, sino que se conserve el calor que recibieron, y aun se fomente con el de la cama. Pero no se deberán administrar en el tiempo que se estubiere con la menstruacion, por el peligro de que se divierta la sangre, se disminuya su curso regular, ó acáso que del todo se quite; lo qual sería no poco pernicioso. Administrados los pedilubios algunos días antes de la menstruacion, conducen para mejor promoverla. No se deben practicar estos baños para impedir el sudor molesto de los pies, ni para resolver los humores edematosos de ellos, como tampoco para curar llagas, ni dolores de gota; porque en estos casos, sería dar motivo á que la cau-

sa humoral, venenosa y maligna, retrocediese á lo interno y de mayor nobleza, y aconteciesen otros males de grave consecuencia. Las hiervas, flores, raíces, y simientes, que suelen mezclarse en el agua para los pedilubios, son la manzanilla, malvas, borraja, lechuga, violetas, quinquefolio, peregil, aneto, parietaria, hinojo, raíz de grama, esparrago, &c. Estos vegetales tienen virtud de modificar, ablandar, adelgazar, y abrir los ductos ó poros de los pies, por lo que contribuyen muy bien para lograr las utilidades que pueden producir dichos pedilubios.