

## El Mejor Médico: el Sol

La helioterapia es una cuación tan vasta que no puede encerrarse en los límites de un artículo. Nos limitaremos pues a estudiar sus efectos terapéuticos en la tuberculosis de los huesos, de las articulaciones, de las glándulas, del peritonio, etc.

Convencidos de que los focos de la tuberculosis osteoarticular no son sino manifestaciones de una enfermedad general, hemos empleado para combatirla, desde el principio, un tratamiento que extiende su acción no sólo a las partes enfermas sino a todo el organismo cuyo estado influye en la evolución de la enfermedad. Para realizar este tratamiento de doble efecto, practicamos la helioterapia general, aplicada metódicamente sobre todo el cuerpo con el fin de que recobre su equilibrio al contacto directo de esos dos raudos los diferentes métodos conservadores de tratamiento en las litiasis reno-ureterales:

I.—Expectativa con sedativos y antiespasmódicos opiáceos.

II. —Masaje ureteral.

III. —Aumento de la excreción urinaria por cura de bebidas abundantes.

IV. —Cateterismos ureterales.

V. —Uso de preparaciones hipofisarias excitantes del peristaltismo de las vías de excreción.

VI.—Aceites etéreos, sulfuros, etc.

La ingestión de glicerina aconsejada por Herrmann en 1892 había sido olvidada. A dosis suficiente se elimina por las

generadores de vida: el aire y el sol. Pero para que el organismo pueda adaptarse, es necesario aplicarla según una técnica y un dosaje riguroso cuya regla hemos establecido. La helioterapia general inseparable del baño de aire, debe ser directa, es decir aplicada al cuerpo desnudo sin ninguna interposición, general, es decir que abarque toda la superficie del cuerpo lentamente progresiva, de larga duración y derivativa, es decir, que comience y termine en las extremidades para que pueda ejercer una acción descongestiva. Añadiremos que el baño de sol debe estar estrictamente individualizado, adaptado al clima, a la estación en que se practica, al estado de resistencia del enfermo, dosificado y regulado según las reacciones generales y locales del organismo.

Vías urinarias; ejerce una acción antiespasmódica clara y útil a la evacuación de los cálculos pequeños; exista el peristaltismo del uréter por su acción deshidratante sobre la mucosa; a dosis elevadas aumenta la diuresis.

No se han comprobado aun la influencia sobre la densidad, la viscosidad ni el papel disolvente que algunos le atribuyen

El autor aconseja como dosis.: 3 veces por día 50 gramos de glicerina pura 3 días consecutivos,. Contraindicación es una lesión renal avanzada.

S. PAREDES P.

Realizada en esta forma, la helioterapia es a la vez un tratamiento general y local. El baño al sol metódico es el regenerador del organismo y el mejor reconstituyente; además es el tratamiento racional de las lesiones de la tuberculosis quirúrgica gracias a la acción descongestiva, cicatrizante, resolutive y recalcificante de las radiaciones solares. Se puede asegurar que *no* hay un solo órgano del cuerpo que escape a la acción bienhechora del sol bien dosificado. Una de las razones que nos indujo a practicar esta helioterapia general, es la convicción del papel importante que desempeña la piel irradiada en la lucha del organismo contra la tuberculosis. La piel no es sólo un órgano de protección y de excreción, es un órgano esencial de la circulación. Se sabe que ciertas radiaciones del espectro amplifican la acción de dilatación y contracción de las arterias del dermis y de los vasos capilares. Provocando un aflujo de sangre a la superficie, la cura de sol general opera una descongestión de las viseras torácicas y abdominales, facilitando sus funciones vitales. La exposición al aire y al sol de los tegumentos, intensifica las importantes funciones del sistema nervioso que *se* dilata en la piel. Esta es un órgano de secreción y de eliminación en su estado normal y al mismo tiempo el órgano principal de la inmunización del cuerpo humano. En ella se depositan y *se* elaboran los cuerpos inmunizantes. A la acción de la radiación debe atribuirse la formación en la piel de

la vitamina D, indispensable para la formación de los huesos y el desarrollo del esqueleto. Bajo la acción de la irradiación, se forma en los tegumentos una sustancia llamada pigmento que da a la piel ese color más o menos bronceado, que no *es* sino la expresión de la salud, a condición de quedarse dentro de los límites normales y no haber sido provocada una insolación excesiva, tan de moda en la actualidad. La piel normalmente pigmentada es la admirable vestidura prevista por el Creador. De este modo será insensible a los alfilerazos del frío, a las quemaduras del calor y nunca se verá en una piel bronceada granos, forúnculos o eczemas. Hasta las llagas rebeldes se cicatrizan al contacto del aire y del sol. Pero la acción de la radiación solar no se permita a la piel; *se* extiende también a los músculos que se fortalecen y desarrollan en forma armoniosa incluso en los enfermos inmovilizados. Esta poderosa acción del sol sobre los músculos se explica por la intensa afluencia de sangre a la superficie cutánea a través de las capas musculares subyacentes.

La acción solar se extiende de una manera igualmente favorable al sistema, gracias a las propiedades recalcificantes de la radiación para la estructura ósea. Al empezar nuestros trabajos, indicamos su utilidad en la cura del raquitismo. También contribuye mucho a curar la tuberculosis de los huesos, que siempre va acompañada de-

Una de calcificación en la región de los focos bacilares. Esta recalcificación, consecutiva a un aumento de calcio y de fósforo en la sangre, contribuyen en gran parte a la cicatrización de las lesiones óseas. Nuestra colección de 80.000 placas radiográficas, demuestra hasta la evidencia que no hay foco en el esqueleto, por profundo que sea, que resista a 'esta acción recalcificante y cicatrizante.

La influencia de la helioterapia en el ánimo de los enfermos es demasiado característica para no mencionarla. Basta ver 'a alegría y animación que reinan en una galería de cura solar para darse cuenta de la profunda sensación de euforia y de bienestar que produce el baño de sol y de aire juiciosamente dosificado. Hemos asociado a este último la cura de trabajo. Esta cura se ha revelado como un factor curativo de tal importancia que ¡hemos hecho de ella un verdadero' sistema terapéutico, 'creando la Clínica-manufactura. La aplicación de la helioterapia general ha conducido a una serie de reformas radicales en el tratamiento de las tuberculosis quirúrgicas. Se han suprimido las operaciones de amputación y los aparatos de escayola y se ha creado una

racional cuyo principio consiste en dejar libre acceso al aire y al sol en todo el cuerpo.

En resumen, los resultados obtenidos por medio del tratamiento helioterápico en los enfermos que padecen la tuberculosis quirúrgica, presentan las siguientes características: fortalecimiento del estado general<sup>11</sup>, reconstitución de los tegumentos, de los músculos, de los ligamentos y del esqueleto, cicatrización de las llagas y fístulas. Favorece el funcionamiento de las articulaciones y evita las amputaciones irreparables, devolviendo a la sociedad en vez de inválidos obligados a vivir a su costa individuos capaces de ganarse la vida y de desempeñar un papel social y familiar. Los métodos de la helioterapia se aplican con gran eficacia en Leysin, Montaña, Davos y Arosa. Estas estaciones de altitud elevada gozan de una intensa insolación incluso en invierno y se hallan provistas de las instalaciones técnicas más perfeccionadas, lo que explica los sorprendentes resultados obtenidos en ellas.

*Profesor A. Rllier, Leysin.*

(Comunicado por la secretaria de la liga de sociedades de la Cruz Roja, 12 rue Newton, paris)