

Baños de Carlos III (Trillo)

400840
MADE IN SPAIN

Tratamiento hidro-termal

del

Neurosismo y la Neurastenia

por

D. Manuel Manzanegue

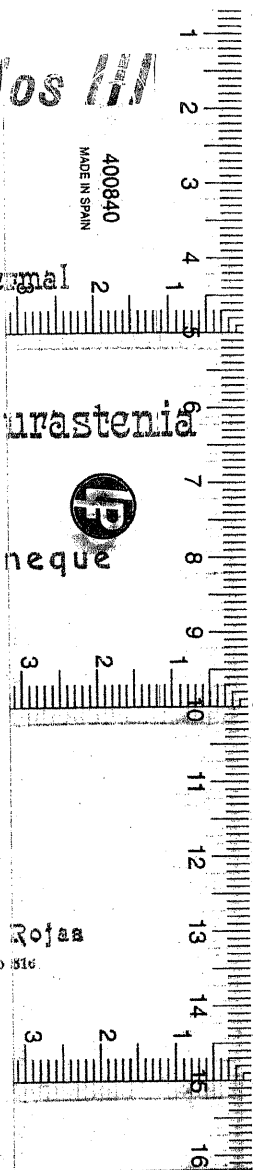
Médico director.



MADRID

Imprenta de Ricardo Rojas
Campomanes, 8.—Teléfono 816

1908



Baños de Carlos III (Trillo).

Tratamiento hidro-termal

del

Neurosismo y la Neurastenia

por

D. Manuel Manzaneque

Médico director.



MADRID

Imprenta de Ricardo Rojas
Campomanes, 8.—Teléfono 216

1908

Baños de Carlos III
(Trillo).

Tratamiento hidro-termal

del

Neurosismo y la Neurastenia

por

D. Manuel Manzaneque

Médico director.



MADRID

Imprenta de Ricardo Rojas
Campomanes, 8.—Teléfono 316.

1908

TRATAMIENTO
DEL
NEUROSISMO Y LA NEURASTENIA

POR LAS
AGUAS MINERO MEDICINALES DE CARLOS III
(TRILLO)

I

Estado nervioso ó eretismo nervioso.

No es realmente enfermedad, pero sí un estado muy próximo á ella. A todas horas oímos decir: este individuo es neurótico; aquella señora, neuropática. Pues este estado supone una susceptibilidad tal en el sistema nervioso, que las impresiones que recibe de fuera ó los estímulos que percibe de dentro se exageran notablemente al convertirse en sensaciones y movimientos. El sistema nervioso, como todos los de la economía, necesita para su buen funcionamiento nutrición conveniente y trabajo proporcionado. Si la primera es defectuosa y el segundo exagerado, la función se desequilibra: viene la *debilidad irritable*. En la

época en que vivimos suceden las dos cosas. La excesiva vida de relación, con las emociones continuas, las aspiraciones mal limitadas, los deseos insaciables de gloria y de riqueza, que ocasionan pesares y disgustos más que alegrías, y la suma de energías mentales y corporales que, para conseguir aquéllas, se derrochan, robando tiempo al sueño y al sosiego, flagelan de continuo el sistema de la inervación y decae y se fatiga: como se fatiga el músculo, después de larga jornada, por las propias toxinas que engendra su trabajo, y las contracciones se hacen temblorosas, hasta que el descanso le reanima. Pues su nutrición no suele ser muy oportuna. Deficiente á más no poder en las clases menesterosas, resulta excesiva, mejor dicho, inconveniente, en las acomodadas, en las que se va generalizando la manía de comer mucho y suculento. Así dicen que lo hacen los alemanes y los ingleses, y es preciso imitarlos. No hay que caer en el defecto de la sobriedad, que es defecto de puro españolismo antiguo.

En las clases pudientes se abusa demasiado de la alimentación azoada.

El gran clínico Huchard dice(1) que la alimentación animal, de que tanto se abusa, no es una alimentación, sino un envenenamiento continuo.

(1) *Consultations Médicales*, 3.^a edition, 1903, pág. 46.

El régimen excesivamente azoado estimula el aparato digestivo y de rechazo el sistema nervioso en gran manera.

Leven (1) hace ver que la carne excita más fuertemente que toda otra clase de alimentos el plexo solar, bajo cuya inmediata dependencia está la función digestiva gástrica, y la excitación se propaga rápidamente al cerebro.

Esta influencia repetida y, por otra parte, los residuos del régimen carnívoro, ricos en toxinas, irritan de continuo y á la larga agotan el sistema nervioso y aun todo el organismo, llevando prematuramente á la esclerosis y á las degeneraciones viscerales.

Tenemos, pues, dos causas que obran conjuntamente en las clases ricas de nuestra sociedad para producir ese proteo morboso llamado neurosismo, que toca en los límites de las neurosis clásicas. Los debilitados, los agotados física y moralmente, los neurasténicos, las histéricas, etcétera, etc., aparte de la influencia hereditaria ó diatésica, deben en general su penoso estado á educación moral é intelectual desacertada, á choques violentos de la vida social que conmueven bruscamente su sistema nervioso, antes tranquilo, ó á causas de orden moral que le deprimen

(1) Leven: *La Neurosis*.

paulatinamente por su constancia, causas todas de orden psíquico que encuentran, para producir sus efectos perniciosos, colaborador eficaz en un régimen alimenticio inconveniente. Generalmente se achacan los desórdenes á debilidad, y se fuerza la máquina, obligando á estos desgraciados á una alimentación muchas veces excesiva, casi siempre inadecuada, porque no está en relación ni con sus apetencias, ni con sus facultades digestivas, ni con el género de vida que suelen hacer, altamente impropio para regularizar el metabolismo nutritivo y estimular la función depuratoria del organismo en los diversos órganos que la realizan.

El eretismo nervioso, el estado neuropático, como avanzadas de la neurastenia, del histerismo, de las psicopatías, ha adquirido vuelo extraordinario en nuestros días, desde que, como dice el Dr. Monteuuis (1), se han deprimido las dos grandes fuerzas morales que tenemos para soportar la lucha por la existencia: la *resignación* y la *esperanza*. Es preciso que el médico recobre el papel de educador social que tuvo en otros tiempos en el seno de las familias, y que haga reaccionar el estado de los espíritus contra ciertas ideas que constituyen un ambiente moral y ma-

(1) *Les deséquilibres du Ventre*. París, 1903.

terial donde se desenvuelven, no sólo las neuropatías, sino muchos otros procesos morbosos, de los que no me ocupo en este lugar.

No á título de moralista—que esta misión no le incumbe—sino á título de higienista, debe el Médico inculcar en las familias y en la sociedad que, por falta de higiene nerviosa—de higiene del alma, para los espiritualistas—se desarrollan y sostienen muchas neuropatías que ni el mejor régimen alimenticio, ni la más adecuada terapéutica farmacéutica ó hidrológica pueden dominar.

Pero como yo no voy á ocuparme del tratamiento moral de las neuropatías, sino exclusivamente del tratamiento hidro-termal de la neurastenia por las aguas minerales de Trillo, hago punto á las consideraciones precedentes, que se refieren á la patogenia de todas las neurosis y que sin darme cuenta he estampado en el papel al correr de la pluma, como criterio antiguo que tengo sobre el asunto, consideraciones que pueden servir de proemio á algunos conceptos que habré de exponer en este folleto.

II

Precisa fijar bien los términos del síndrome morbo *neurastenia*, porque se abusa mucho de esta palabra y su significación queda ambigua

é indecisa, sin concretarse bien en la realidad, en un cuadro morboso diferenciado.

Se dice neurasténico de un individuo que, por razón de carácter, las más veces, es taciturno y preocupado de los pequeños accidentes de la vida; se llama neurasténico al enfermo que, por padecer una afección crónica, siente con temor el órgano que acusa sus dolores, se apura de su situación, se preocupa del porvenir y describe con minucias su padecer; se tacha con frecuencia de neurasténicos á los meramente aprensivos y aun á los mal educados... ¿Qué sé yo? Se amplía la palabra hasta clasificar con ella á algunos individuos, de rara mentalidad, que no ven el aspecto de la vida humana á la usanza vulgar, ni aprecian del modo convencionalmente admitido el nexa de las relaciones de las cosas y de los sucesos, sino con un sentido propio que se desvía de lo corriente.

Pero todos estos modos diversos de ser de las gentes, que tienen sus raíces tanto en lo psíquico como en lo orgánico, que dan sello personal á cada individuo, denotan desde luego una extraordinaria sensibilidad del sistema nervioso, que reacciona tumultuariamente y casi tocando en las desviaciones morbosas, pero no son ciertamente la enfermedad de Beard, por más que estén cerca de ella.

Son variedades del nervosismo, manifestaciones del carácter moral, revelaciones singulares de la inteligencia, que aislada y conjuntamente manifiestan la verdad de aquel antiguo apotegma: *quidquid recipitur ad modum recipiendum recipitur*.

Semejante estado neurótico, como he indicado anteriormente, puede provenir de una viciosa educación moral, más encaminada á desarrollar la sensiblería y á preparar la imaginación para lo maravilloso y fantástico que á fortalecer la voluntad y el juicio para formar caracteres enérgicos y sufridos al mismo tiempo; pero puede también provenir de muchas otras causas de orden moral: pesares, disgustos, etc., de excesivos trabajos mentales (*surmenage*); de abuso de todas las funciones fisiológicas, especialmente las sexuales y en muchas ocasiones de la acción depresiva de una enfermedad crónica, particularmente del aparato digestivo y del genital.

Este estado, cuyo boceto he trazado á grandes rasgos, está en los linderos de la neurosis, y según dijo Durand-Fardel, en su magistral discurso de apertura del Congreso hidrológico de Biarritz, puede ser incluido en un grupo de estados constitucionales intermedios entre los temperamentos de la salud y las diátesis de la enfermedad.

A poco que obre la herencia neurósica en estas circunstancias, y aun sin ella, por la sola persistencia de las causas que sostienen el desarreglo de la inervación, puede desarrollarse una neurosis que inaugure, como dice Charcot, la serie morbosa de la familia neuropática, que empieza en el neurosismo y acaba en la degeneración mental.

Pero entre las neurosis, la que más frecuentemente inicia esa serie es la *neurastenia*.

Desde tiempos antiguos se conoce el síndrome patológico que constituye esta enfermedad y más ó menos aproximadamente su patogenia.

Conocido este síndrome con los nombres de irritación especial ó de irritabilidad medular, siempre fué atribuído á una extenuación del sistema nervioso, que agota sus energías por derroche desordenado de su vitalidad y se constituye en un estado de debilidad irritable, según decía Niemeyer. Pero el primer médico que le estudió profundamente, que le dió el nombre de neurastenia y que precisó su sintomatología y diagnóstico fué el neurólogo americano Beard.

Charcot, más tarde, fija bien los límites de esta entidad patológica y marca los caracteres culminantes y específicos que la diferencian de otras neurosis y de lesiones medulares.

No voy á dar una descripción nosográfica de esta enfermedad, que todos los médicos conocen

y que se encuentra en los tratados clásicos de Patología y en multitud de monografías; recordaré tan sólo sus estigmas ó síntomas específicos y los trastornos secundarios que especializan las diversas formas que se presentan en la clínica.

Estigmas ó síntomas esenciales:

1.º Cefalea, dolor presivo, casco neurasténico.

2.º Insomnio ó sueño trastornado; el enfermo sale rendido de la cama.

3.º Raquialgia ó hiperestesia vertebral.

4.º Amiostenia; fatiga muscular desproporcionada al ejercicio y que no cede por el descanso de la noche.

5.º Cierta estado mental caracterizado por excitabilidad cerebral, que llega, en ocasiones, á la desesperación, con movimientos desordenados; otras veces depresión, abatimiento, hipocondría, inquietud, dudas, indecisiones, fobias. El fondo psíquico de ambas modalidades es la debilidad de la voluntad, el agotamiento de esta facultad superior, que deja en desorden todo el ciclo de la vida de relación. A pesar del carácter de especificidad que dió Charcot á estos síntomas, considerándolos como estigmas, no se presentan juntos en todos los casos, ni mucho menos. A veces, solamente destaca uno, en complicado consorcio con otros trastornos accidentales ó secundarios

que ahora mencionaré; y muchas veces adquieren tal predominio algunos de estos trastornos, que quedan como obscurecidos los estigmas, y ellos solos dominan la escena patológica.

Entre los trastornos accidentales somáticos que suelen presentarse, son los más frecuentes:

A. La dispepsia neurasténica, en dos formas:

1.^a Hiperestenia gástrica, con hiperclorhidria, espasmo doloroso, apetito normal, lengua limpia.

2.^a Hipostenia, con lengua saburrosa, molestias, media ó una hora después de las comidas, pesadez de cabeza, adstricción, hipoclorhidria y fermentaciones anormales gastro-intestinales.

B. Desórdenes genitales, que pueden consistir en excitabilidad anormal, las menos veces, y casi siempre en disminución de la potencia, que suscita abatimiento moral y preocupación constante.

C. Trastornos circulatorios.

He visto enfermos con taquicardia y con braquicardia; una y otra forma revelan una alteración de la inervación cardíaca.

Muchos autores describen ataques de falsa angina de pecho: Houchard, Landouzy, Ziemsen, entre otros.

Las alteraciones vaso-motoras son importantísimas en los neurasténicos, y á ella se deben

muchas de las molestias que sufren: frialdad de las extremidades, sensaciones anormales de calor y frío en distintas regiones: el mismo vértigo, tan frecuente, suele ser producido por congestiones fugaces del cerebelo, etc.

Pero los trastornos principales que debemos tener en cuenta, desde el punto de vista del tratamiento hidrológico, son los que recaen en la tensión sanguínea.

A este asunto han consagrado estudios especiales hidrólogos muy eminentes: entre ellos, el Dr. Percepied, de Mont Doré (1), los profesores Luzzato y Orefice, de Padua y de Venecia (2), y el Dr. Gaudy, de Bagneres de Bigorre (3).

Tan es importante este asunto, que se han dividido los neurasténicos en hipertensivos é hipotensivos, y aun se ha descrito una forma de neurastenia vaso-motora.

Es muy cierto, como dice Gaudy, que la hipertensión cardio-vascular es como el substrá-

(1) Note sur les variations de la tension arterielle sous l'influence des differents procedés de therapeutique thermale. Compte-rendu de la 7^e seance du Congrès d'Hydrologie de Venise, 1905.

(2) Le basi scientifiche della cura idromineraie della Neurastenia. Loc. cit.

(3) Principes du traitement hidro-mineral de la Neurasthenie. Loc. cit.

tum fisiológico, no ya sólo de los trastornos circulatorios, sino de los digestivos, nerviosos, psíquicos, etc., etc., y se observa preferentemente en los hombres de cuarenta á sesenta años, á consecuencia de fatigas cerebrales y excesos en la alimentación.

En uno y otro caso el proceso viene de toxinas intestinales ó de residuos del catabolismo no oxidados, como sucede en la arterio-esclerosis.

En la clínica se presentan muchos casos que no pertenecen á un tipo circulatorio bien definido, y un mismo enfermo puede tener alternativas de excitación ó de depresión vascular por influencias diversas.

D. Suelen ofrecerse á la observación en los neurasténicos muchas otras alteraciones funcionales en diversos órganos; por ejemplo: anomalías de impresión en los sentidos especiales; del lado de la piel, sensaciones de picor, quemadura, prurito; anomalías táctiles; neuralgias y parestias en el dominio de los nervios y de los músculos, y trastornos en las secreciones y en la nutrición general.

Es tan multiforme este proteo morboso, que puede afirmarse que la variabilidad sintomática es su característica nosológica, por más que el fondo orgánico del proceso sea siempre el mismo: el aniquilamiento del sistema nervioso; el

agotamiento de la energía vital de sus células. Pero no obstante la multiplicidad de formas, pueden marcarse algunos tipos bien definidos, que son los más corrientes, á saber: el tipo cerebral, *cerebrastenia*; el tipo espinal, *mielastenia*; la forma cerebro-gástrica y la sexual.

Suelen darse estos tipos bien netos en muchos casos de neurastenia, presentando tal relieve el cuadro semiológico, que hace pensar—sin un examen muy prolijo—en degeneración mental ó lesiones orgánicas de la medula, del estómago ó de los intestinos.

Pero la forma común se marca siempre por una triada sintomática que domina la escena patológica.

Abren la marcha los fenómenos cerebro-medulares (cefalalgias, fatiga intelectual, indecisión en el carácter, terrores, insomnio, raquialgia, quebrantamiento); no tardan en asociarse los trastornos circulatorios (palpitaciones, disnea, arritmias) y, por último, la dispepsia neuro-motriz (flatulencia, adstricción, etc.).

La etiología de la neurosis—cualquiera que ella sea—no determina en el cuadro nosográfico particularidades específicas, aunque sí puede variar el orden evolutivo de los fenómenos morbosos y aun determinarse una modalidad clínica preferentemente á otra, según sea la causa origi-

naría de la enfermedad, á propósito de lo cual, me ocuparé brevemente de la patogenia, que tiene gran importancia desde el punto de vista del tratamiento hidromineral.

La neurastenia, como toda enfermedad crónica, necesita, para determinarse, una predisposición individual, sea heredada sea adquirida. Se hereda la constitución neuropática y la diatesis artrítica y una y otra se adquieren por influencias del ambiente social y material en que el hombre vive. En terreno neuropático y en terreno artrítico se desarrolla fácilmente la neurosis en cuanto obren causas ocasionales apropiadas.

Estas pueden depender del mal funcionamiento del tubo digestivo. Si por disposición morfológica originaria ó por otras influencias, se determina dilatación gástrica ó ptosis viscerales que ocasionan éxtasis de los productos alimenticios, fermentaciones anormales y reabsorción de toxinas, todo lo cual altera á la larga la nutrición, puede desarrollarse la neurastenia, en los predispuestos, por autointoxicación intestinal. Aquí toman origen las teorías de Bouchard y de Glenard, que son una sola en la esencia, partiendo desde puntos de vista diferentes. En este caso suele empezar la evolución de la enfermedad por fenómenos gastro intestinales.

Pero si primariamente, en individuos de pre-

disposición artrítica ó nerviosa, obran las causas ocasionales del lado del sistema nervioso, suele empezar el ciclo morboso por este sistema. Cuando son los excesivos trabajos mentales, las pasiones desenfrenadas, las emociones intensas, los agobios de la vida que sostienen en vibración permanente la célula nerviosa, su función se agota por exceso de incitación. De aquí parte la primitiva teoría nerviosa de Beard, restaurada por Charcot.

Y ambas tienen su fondo de verdad; y ambas penetran bien en la intimidad de los fenómenos biológicos, porque en toda neurastenia hay aniquilamiento nervioso y autointoxicación.

Pero una vez iniciado el proceso, en la complicada trama de fenómenos patológicos en que se diversifican ambos elementos morbosos, es muy difícil puntualizar la parte que á cada uno corresponde.

No obstante, conviene no perder de vista esta doble patogenia, que sienta las bases de las deducciones terapéuticas.

III

**Tratamiento hidro-termal del neurosismo
y de la neurastenia.**

Hay eminentes neurólogos, como Dejerine y sus discípulos Camus y Pagniez, que creen que la neurastenia y, en general, los trastornos funcionales del sistema nervioso ó psico-neurosis, sólo deben tratarse por el aislamiento, psico-terapia y sobre-alimentación. Proposición demasiado absoluta, que tiene un fondo de verdad en lo que se refiere á la psico-terapia; pues cualquiera que sea la forma y patogenia de la enfermedad, como siempre se turba la función del centro cortical superior, siempre ha de tener lugar preeminente en la terapéutica el tratamiento moral por la persuasión, el convencimiento, la amonestación; medios todos que, empleados con dulzura, oportunidad y entereza, consiguen resultados lisonjeros.

No puede decirse otro tanto del aislamiento y la sobre-alimentación, que si tienen sus indicaciones en casos determinados, no carecen de inconvenientes en muchos otros.

Esto de la sobre-alimentación se va generalizando en Medicina en todas las enfermedades en que resalta una deficiencia nutritiva real ó aparente; y más bien obedece á prejuicios teóri-

cos ó á falsas nociones de higiene alimenticia, que á hechos sancionados por la observación.

Todo es casuístico en la práctica de la Medicina, y no puede haber métodos absolutos para la cura de las enfermedades.

Con el régimen de engrasamiento de Weir-Mitchel, he visto ciertamente resultados maravillosos en algunos enfermos que lo han soportado; pero he visto otros que antes y con tiempo hubieron de abandonarle, estragado su aparato gastro-intestinal y en el colmo de la excitación su sistema nervioso. Parece que no debería ser así; pero así es en ocasiones; por lo cual no hay más remedio que proceder por tanteos.

Pero, viniendo á mi objeto concreto, ¿qué podemos esperar del tratamiento de la neurastenia por las aguas minerales, y concretamente de las de Trillo?

Las opiniones de los hidrólogos andan poco acordes en la contestación á esta pregunta.

Unos, como Quintin (1), se pronuncian por la negativa; otros, como los profesores italianos citados Luzzato y Orefice, estudian más ampliamente el asunto y, en mi concepto, con mayor sentido clínico y con más juiciosas deducciones terapéuticas de las condiciones patogénicas de la

(1) Congrès d'Hidrologie de Clermont Ferrand, 1897.

enfermedad y de las diversas formas nosológicas con que se presenta.

Desde luego importa, para fijar el tratamiento, dividir la neurastenia en congénita ó heredada, ocasional ó adquirida, é histero-neurastenia, por la frecuencia con que se dan juntas estas dos neurosis.

No cabe imaginar siquiera que puedan vencerse, sólo por el tratamiento hidro-termal, toda la alteración nutritiva y todo el desconcierto nervioso que constituyen el modo natural de ser y funcionar un organismo con neurastenia constitucional; y es de sentido común que la mejor terapéutica, en la adquirida ú ocasional, consiste en sustraer las influencias morales ó materiales que la produjeron (*surmenage*, intoxicación intestinal, etc.), y en la histero-neurastenia, atender, en primer término, al factor psíquico. Pero como la cura termal debe ser, en gran parte, sintomática, sería insensato prescindir de recurso tan poderoso como las aguas minerales y la hidroterapia que es su coadyuvante eficaz en los establecimientos balnearios.

La experiencia confirma y, por lo tanto, el hecho no puede negarse, que hay aguas minerales y procedimientos hidroterápicos que modifican desagradables sensaciones periféricas, calman los dolores, mejoran la función del estómago y de los intestinos, regularizan el sistema vaso-motor

y acrecen la energía muscular; de todo lo cual resulta menos acentuada la reacción psíquica que los trastornos somáticos producen, y menos molesto el estado emocional, que es su consecuencia.

Hay, en verdad, casos en que dominan del todo la escena los trastornos mentales, fenómenos de excitabilidad cerebral con marcada deficiencia de la voluntad, y en los cuales, juntamente con verdaderos paroxismos de excitación, concurren fobias é irresolución completa para determinarse á obrar (abulia).

Suelen ser en estos casos los hechos somáticos efectos de pura auto-sugestión, con interpretación errónea de las sensaciones orgánicas normales y reacción emotiva exagerada.

En ellos, ciertamente, el tratamiento moral es el todo, aunque hay medios en la terapia física é hidromineral para coadyuvar al éxito y facilitar la acción de aquél.

Pero en aquellos enfermos—y son los más—en que el trastorno evolutivo no se limita á la función del centro cortical, sino que se extiende á la inervación medular y del simpático, unas veces por excesiva fatiga intelectual, otras por auto-intoxicación, se resienten aparatos de la vida vegetativa, y sería absurdo privarse de los métodos terapéuticos idóneos para rehabilitar las funciones perturbadas.

Y entran en indicación toda clase de aguas minerales, según la función perturbada y el modo de la perturbación; pero particularmente las que dirigen su especialización al tubo digestivo y al sistema nervioso. Las de Trillo pertenecen á las últimas.

La teoría de Bouchard y Glenard pone de relieve la gran importancia del tratamiento hidrológico de los trastornos digestivos, por lo que favorecen la auto-infección intestinal y el artrismo, que ya de suyo es terreno abonado para la neurastenia, con la cual tiene cierto parentesco patogénico que justifica la frase de neuro-artrismo, frecuentemente usada; pero la teoría nerviosa de Beard y Charcot abre más ancho campo á la Terapéutica hidrológica, porque es de experiencia secular el precioso recurso de la medicación hidrotermal en el tratamiento de las neurosis.

Y así se ha observado desde luengos tiempos en Trillo. Hay en esta localidad un grupo de manantiales de tipo químico algo indefinido, pero que pueden clasificarse de sulfatado cálcicos, pues aunque en ellos tiene el Na Cl alguna representación, no es la bastante para señalarles característica terapéutica. Sólo se utiliza, actualmente, el de la Salud, de caudal abundantísimo. Temperatura, 28°,5; transparencia absoluta, insipidez al gusto y ligera untuosidad al tacto son

los caracteres organolépticos que sobresalen en sus aguas. Hipotónicas comparadas con Δ de la sangre, se toleran fácilmente por el estómago, y se absorben con rapidez, siendo laxantes para algunos individuos y siempre diuréticas.

En su acción fisiológica no se observan nunca reacciones exageradas, como no se usen intemperadamente en baño ó en bebida. Si se observa en los artríticos, algunas veces, despertarse por la balneación dolores reumatoideos articulares ó musculares, como recuerdo de crisis agudas pasadas.

Ya desde los tiempos de mi preclaro antecesor, D. José González Crespo, se conocía la poderosa acción sedante de estas aguas, y de ellas dice el eximio hidrólogo D. Marcial Taboada, que fué su Médico-Director cerca de veinte años, lo siguiente: «Las medicaciones sedante, alterante, resolutive y *coordinadora del sistema inervador* son las más decididamente representadas por los manantiales del Establecimiento» (1).

(1) Este grupo de manantiales, representados hoy por el de la Salud, tiene muy distinta acción terapéutica que los del Director, Princesa y Piscina, aplicables á la anemia, al escrofulismo, á las dermatosis, etc.; pero todos entran en juego combinadamente, cuando el estado de los enfermos requiere una medicación compleja, como acontece con frecuencia.

Es así, ciertamente, y en eso estriba su marcada especialización en el reumatismo nervioso ó erético y en las neurosis. Parece que estos baños son un bálsamo tranquilizador de la potencia excito-motora de la medula y de las acciones reflejas exageradas y desordenadas, como están en el neurosismo, en la neurastenia, en el histerismo, y otras neuropatías.

De cuanto llevo expuesto se deduce que la indicación de las aguas de Trillo en la neurastenia, no surge de la perturbación local de tales ó cuales aparatos de la vida vegetativa, por ejemplo, el gastro-intestinal ó el génito-urinario, que demandan, desde luego, tratamiento adecuado por aguas especiales, como Solares, Plombières, Solán de Cabras, etc., sino que nace del total desequilibrio del sistema nervioso, mucho más cuando éste se manifiesta por excitación é irritabilidad; si bien debe tenerse en cuenta que en los enfermos suelen alternar los síndromes excitativos con los depresivos; que la acción del manantial Salud más bien es coordinadora que sedativa, y que los diversos procedimientos hidroterápicos hacen justificables las dos modalidades clínicas de la neurosis.

Es de necesidad absoluta para instituir el tratamiento en Trillo, tener en cuenta la hipertensión ó la astenia del sistema nervioso y la hiper-

tensión ó la hipotensión del vascular. Sin estos datos, juiciosamente apreciados, no es posible tratar ninguna forma de neurastenia en ningún establecimiento balneario.

Desde luego, es frecuente que la hipertensión nerviosa vaya aparejada con la hipertensión vascular. Son los casos más indicados para el manantial Salud. Por la diuresis que estas aguas producen, son eliminadoras de toxinas, y la acción del baño prolongado de 32 á 34° de temperatura no puede ser más sedante. La sedación se manifiesta á los pocos días por notable disminución de los síntomas excitativos. El carácter irritable se hace más tranquilo, el sueño más reparador, disminuye la cefalea, la raquialgia, la amiotenia y cede la tensión vascular.

Suelo ayudar la acción del baño con duchas tibias de lluvia de 30 á 32°, ó en forma de aspersión lenta, regular y prolongada á los lados de la columna vertebral, siguiendo los consejos de Beni-Barde, confirmados por mi personal y larga experiencia.

La acción del baño de la Salud, prolongado y tibio, en los hipertensivos puede explicarse—aparte del factor radiactividad, de que luego me ocuparé—por la imbibición, por osmosis, de las terminaciones de los nervios sensitivos. Esta imbibición se verifica fácilmente, porque en el me-

dio líquido en que está sumergido el cuerpo cesa toda evaporación cutánea, y mientras dura el baño, hay sustracción de estímulo nervioso periférico, que se refleja en el cerebro y en la medula por una dulce y sostenida sedación.

En los hipotensivos, que también suelen ser deprimidos (sin que esto sea regla general), hay necesidad de procedimientos balneoterápicos excitantes, pero con gran moderación. Si el tonus del organismo, y por lo tanto, el vascular, proviene por acción refleja de las vibraciones que vienen del exterior ó de las que proceden del interior del organismo, en los neurasténicos con hipotensión convendrá estimular la superficie cutánea, como conviene estimular el sistema muscular con el *masage*, la superficie digestiva con cierta clase de alimentación y otros medios adecuados.

En nuestro caso, usamos el baño fresco de 26 á 28°, muy corto, ó el caliente de 36 á 38°, según las circunstancias, y la ducha de 18 á 20° de la Condesa, cuyos efectos de restauración y tonicidad son muy notables (1).

(1) Esta gran ducha de presión está instalada en un bonito edificio construido al objeto en la margen del Tajo, y es de uso continuo en todos los casos en que se trata de vigorizar el organismo.

Cuando deseo obtener mayor estímulo periférico, empleo la ducha escocesa, siempre de escasa presión y en forma de abanico, más bien que de lanza ó chorro cilíndrico. Pocas veces uso en las neurosis las duchas muy frías.

Doy gran importancia á las alteraciones del sistema vaso-motor en los neurasténicos, porque á veces son responsables de todos los trastornos psíquicos, nerviosos, digestivos, etc., y ordenar el sistema vaso-motor, es mejorar conjuntamente todo el complicado proceso de la neurastenia.

Pero aparte de la terapia puramente física por la temperatura del baño, por la presión y clase de ducha, ¿qué algo de específico hay en el manantial de la Salud, que sólo por el baño con su propia termalidad, se determina una especial acción sedativa, que no se obtiene con otros de la misma temperatura y duración?

Yo no sé más que el hecho, y para mi práctica me basta; pero trato de explicármelo por la radiactividad, pues no hay otra cosa en las aguas del manantial (al menos conocida actualmente), á que achacar el resultado.

En el fondo del pozo donde emerge, á pocos pasos del Balneario, hay unos lodos grasientos bituminosos donde se forman confervas que adquieren grandes dimensiones. Estos lodos han sido analizados en el laboratorio del Dr. Muñoz

del Castillo, encontrando en ellos tan notable cantidad de emanación radiactiva, que quedó activado por inducción el electroscoPIO que sirvió para el examen é inútil, por algunos días, para nuevas investigaciones. Así lo ha manifestado en la prensa profesional este eximio profesor, y yo tuve la satisfacción de presenciar los experimentos.

No hay que decir que el agua de este manantial, así como los lodos, lleva también disuelta la emanación, que seguramente viene de la radiactividad telúrica de los terrenos donde brota. Pero, venga de donde viniere, está comprobado que la lleva; y no la pierde desde el manantial al baño, porque hay cortísima distancia y, conducida por excelente cañería subterránea, va directamente á las pilas sin remansarse en depósito alguno ni ponerse en contacto con la atmósfera. Cuando hay necesidad de elevar su temperatura para el baño, se calienta en la misma pila por chorros de vapor dispuestos al efecto.

De suerte que, mientras dura la sumersión del enfermo en el baño, toda la superficie cutánea está recibiendo la influencia de la emanación disuelta, y la mucosa respiratoria, de la que continuamente se desprende. Podemos decir que el organismo se encuentra envuelto por un medio líquido y un ambiente gaseoso radiactivados por la emanación.

En un trabajo que tuve el honor de leer en la *Sociedad Española de Hidrología Médica* en la sesión del XXX aniversario de su fundación, expresé ya que es muy de notar que todas las aguas, desde tiempo inmemorial reconocidas por sus propiedades calmantes ó sedativas, sean indeterminadas y radiactivas; y que lo único bien establecido hasta la hora presente, respecto de la acción específica de la radiactividad de las aguas minerales, es su poderosa acción sedante. Por esto me figuro que á dicha energía deben atribuirse las propiedades del manantial de la Salud y sus señalados efectos en el neurosismo, la neurastenia y otras neurosis.

IV

Es conocido el beneficio que reportan los neurasténicos del cambio de medio social y del medio físico en quien viven. El primero, por sí solo, ya realiza un tratamiento psíquico; el segundo, un tratamiento higiénico de capital importancia. Dejar las ocupaciones habituales, que si son fuente de dicha en el estado de salud, lo son de tormentos é inquietudes en los neurasténicos, desentenderse de los cuidados de familia, variar el círculo de las relaciones sociales, todo esto proporciona paz al alma y reposo y ener-

gía al cuerpo; y se consigue fácilmente en un Bañero como el de Trillo, donde la vida se desliza tranquila y sosegada, sin las exigencias de las grandes Termas, pero constantemente distraída por el trato mutuo de los bañistas, familiar y expansivo, por las jiras campestres, por las veladas agradables y por los paseos higiénicos.

El medio físico de Trillo no puede ser más apropiado para la neurastenia.

Las condiciones orográficas y topográficas de esta localidad balnearia son las más á propósito para coadyuvar al fin terapéutico de la medicación termal; sedar el organismo restaurando el vigor perdido.

El clima es seco y fresco, pues hasta en los días calurosos del estío, el termómetro no pasa de 30°; el aire puro, embalsamado con aromas de montaña; la atmósfera diáfana y, aun en los amaneceres, exenta de rocíos y serenos, de los cuales la preservan las calizas higroscópicas del valle. De modo que los enfermos pueden aprovechar los primeros rayos del sol para recibir las energías imponderables del padre de la naturaleza, en cuanto se descubre en el horizonte, que es el momento luminoso verdaderamente terapéutico.

Es un clima restaurador y calmante al propio tiempo que se amolda á maravilla á los agotados, á los excitables, á todos los organismos

prematuramente gastados por derroche de función nerviosa ó alteración nutritiva. La vida al gran ambiente, en plena naturaleza, recibiendo la influencia bienhechora de los agentes cósmicos, estimula las energías vitales deprimidas y ayuda poderosamente la saludable acción de las aguas minerales.

Por otra parte, los paisajes de Trillo, matizados de verdor, se diversifican en todas direcciones por la accidentación de las colinas que forman la montaña, por las seculares alamedas y paseos que embellecen el valle y por la rápida corriente del legendario Tajo, que tortuosamente le surca. Doquier se esparza la vista, siempre se contemplan panoramas distintos y agradables, y no queda en el ánimo esa impresión monótona de tristeza y fastidio que dejan en el mismo las áridas llanuras de Castilla, uniformes por su pardo color y sin accidentes que corten la extensa redondez del horizonte.

El rumoroso silencio de los atardeceres en la montaña, llenos de no turbado sosiego, embellecidos por los últimos tibios rayos del sol poniente que iluminan los riscos, las queiebras y las matas en caprichosas variantes de tonos y colores; el polirrítmico gorjeo de las aves, que en giros momentáneos cortan el espacio para buscar el nido oculto, y la suavísima fragancia de las la-

biadas que perfuman el aire, inundan el alma del neurasténico en un ambiente de placidez, y sus sentidos y sus nervios en una atmósfera de sedación muy apta para convertir en tranquilidad la excitación, en dulzura la acritud y en sueño reparador el desvelo deprimente.