

HIGIENE DEL ODONTOLOGO

Por el doctor SEBASTIÁN CARRASQUILLA (de Bogotá).

(Trabajo presentado al cuarto Congreso Médico de Colombia).

Mucho se ha escrito ya sobre higiene dental y acerca de las funestas consecuencias que trae para la conservación de la salud el descuido de la dentadura; pero poco acerca de la higiene del odontólogo en ejercicio, de ese sér abnegado cuya vida se consume procurando el alivio de la ajena, cuya existencia es un continuo sacrificio en pro de la humanidad, un esfuerzo altruísta, incesante y enérgico, tan desconocido como mal apreciado entre nosotros.

Enfermedades profesionales del dentista—Además de las enfermedades que podemos adquirir por contagio o por accidente en el ejercicio profesional, como la tuberculosis y la sífilis, hay otras que pueden desarrollarse por el ejercicio mismo de ella, como la neurastenia, ciertas enfermedades cardíacas, afecciones pulmonares no tuberculosas, mielitis, intoxicaciones medicamentosas, etc.

Lo rudo del trabajo profesional y la continua tensión que exige, producen el agotamiento del dentista, a lo que contribuye no poco la lucha continuada que tiene que sostener con clientes nerviosos, mal educados y díscolos, que dificultan y hacen sobremañera dura y fatigante labor de suyo tan penosa.

En una estadística comparativa, formada por el doctor Ross, entre las causas más frecuentes de muerte entre los dentistas, en comparación con los médicos y los abogados, llega a la conclusión de que muchos dentistas mueren prematuramente de afecciones del corazón, por la postura cerca de la silla de operaciones: siempre de pie, con el cuerpo inclinado y los brazos extendidos, hay una constante contracción de todos los músculos del cuerpo, lo que trae como resultado la presión y contracción de las arterias. La sangre en estas condiciones se encuentra retenida del lado derecho, lo que—dice el autor—produce una hipertrofia, una dilatación de los ventrículos, que aumenta la tensión arterial y ocasiona el funcionamiento imperfecto de las válvulas: de aquí los casos de apoplejía y parálisis que consigna la estadística.

La posición de pie, largo tiempo sostenida, dificulta la circulación de regreso y predispone, como en los tipógrafos, a éctasis venosas y várices de los miembros inferiores.

La posición que guarda el operador durante las horas de trabajo, comprime los pulmones y disminuye, por consiguiente, la capacidad respiratoria, lo que, aparte de las partículas sólidas que entran al árbol respiratorio, predispone especialmente a enfermedades de las vías aéreas. En el curso de nuestra ya larga práctica profesional hemos visto sucumbir a varios de nuestros colegas, víctimas de neumonía.

El ejercicio continuo de la profesión de dentista es siempre un trabajo minucioso, que exige una atención siempre sostenida, una contracción permanente de los músculos del ojo, una acomodación constante de los diversos músculos del cuerpo en posiciones tan variadas cuanto anormales; es pues un trabajo, además de penoso, excesivamente fatigante aun para el operador vigoroso y práctico. Por estas razones hemos creído siempre que esta profesión no es adecuada para las mujeres, cuyo organismo delicado y menos fuerte que el del hombre, no puede resistir por mucho tiempo el ejercicio activo y continuo de ella. En cambio, como ayudantes en el gabinete dental son auxiliares valiosísimos para la desinfección de los instrumentos, el arreglo y ornato de la oficina y para ciertos trabajos delicados que requieren constancia, perseverancia y habilidad manual, sin ser, sin embargo, muy fatigantes. ¿Pero se concibe que una mujer grávida pueda permanecer varias horas, durante días consecutivos, al pie del sillón operatorio, en posiciones forzadas para ella y perjudiciales para su descendencia?

De lo dicho se desprende que debemos ser observantes de algunos preceptos higiénicos, generalmente muy descuidados por nosotros.

Higiene general—Acostumbremos bañarnos el cuerpo diariamente y friccionarlo con una toalla áspera; hagamos inspiraciones amplias y profundas al levantarnos, y desperecemos el cuerpo como los gatos; dediquemos todas las mañanas unos minutos a ejercicios de gimnástica sueca. Los deportes al aire libre, como el *tennis* y el *foot-ball*, la equitación, son particularmente recomendables a los dentistas. A quienes sus recursos o sus inclinaciones no les permitan hacerlos, convendría el juego del billar, agradable, si los hay, en el que se ejercitan todos los músculos del cuerpo, con ejercicio moderado, durante un tiempo que se puede graduar a voluntad. El trasnochiar, el uso inmoderado del alcohol, del tabaco, de los placeres sexuales, debilitan el organismo, alteran la vista y el pulso y hacen excesivamente penoso el ejercicio de la profesión.

Es indispensable regularizar bien las horas de trabajo y cortarlas por prudentes intervalos de reposo. Tomado

el desayuno, siempre que sea posible, conviene dar un paseo a pie, de preferencia en un parque o al aire libre, y después trabajar unas tres horas; destinar luego una hora para el almuerzo, y otra para hacer algún ejercicio a pie; si se comienzan trabajos inmediatamente después del almuerzo las perturbaciones gástricas comienzan en breve; por la tarde podemos trabajar unas cuatro horas, con lo cual se completan siete de trabajo por día. Seis horas de trabajo diario serían un término medio muy conveniente. Cuando nos sea posible, debemos tomar un descanso los jueves por la tarde, o los sábados, para salir al campo.

El tener la oficina lejos de la habitación de la familia es conveniente por el obligado ejercicio, el cambio frecuente de medio, el evitar tener que atender clientes importunos acabando de almorzar; pero cuando esto no fuere posible, el dentista cuidadoso de la higiene de su casa y de su familia, debe impedir la entrada, y sobre todo la permanencia de sus allegados, y en particular de los niños en el gabinete de trabajo y en el laboratorio. No sin asombro hemos visto en más de un gabinete dental y en la sala de consultas de un distinguido facultativo, primorosos niños entregados a los juegos propios de su edad.

Vestidos—El moderno odontólogo necesita no solamente—como el dentista de antaño—la mayor corrección y pulcritud en su persona y sus vestidos, sino que debe cubrir su ropa de paño (cuando las condiciones climatológicas obliguen a usarlas) con sacos o blusas de género desinfectable o de lino, para evitar su propio contagio y el de su familia por medio de los vestidos de lana que—dice el doctor Barret—sirven de asilo a numerosos gérmenes, y no siempre estamos en actitud de resistir los embates de los agentes morbíficos. Se ha recomendado también el uso de sobremangas de lino o de caucho, que vayan del puño al codo, ajustadas con elásticos o botones de presión.

Manos—Cuando terminemos un trabajo, debemos procurar siempre que nuestras manos queden, en lo posible, esterilizadas, para lo cual, después de lavadas en agua tibia, jabonándolas con espíritu de jabón, debemos verter en ellas, para estregarlas después, una solución alcohólica antiséptica y perfumada; pero cuando tenemos que intervenir en la boca de un sífilítico, generalmente en período secundario, con placas mucosas—eminentemente contagiosas—debemos usar guantes de caucho.

Cuando tenemos que practicar una operación cruenta—extirpación de epulias, de quistes, etc.—o vamos a intervenir en un cliente sospechoso, debemos, después de lavadas y cepilladas las manos, sumergirlas durante uno o dos minutos en una solución de tintura de yodo al 1 por 100, y

después, durante unos treinta segundos, en una solución de colorante de hidrosulfito de soda, recientemente preparada.

Cualquier herida que uno se haga con un instrumento séptico, debe hacerse sangrar por compresión, inmediatamente, y después cauterizarse con una solución fuerte de nitrato de plata, con fenol, etc., y recubrirla con colodión elástico. El trabajo no debe recomenzarse hasta no cubrir el dedo herido con un guante de caucho, de los que sirven para practicar el tacto rectal o vaginal, y que nosotros hemos recomendado para orificar.

Boca, nariz, pulmones—El odontólogo que trabaja al pie del sillón operatorio, respira continuamente el aire viciado por los vapores nocivos que exhala el juego normal de la espiración pulmonar o la brusca explosión de un acceso de tos. La espiración pulmonar es supremamente desagradable y va directamente a la cara del operador cuando las personas tienen el hábito de quejarse continuamente, y no es raro el caso en que porciopes de saliva y gotas de sangre y aun de pus le caigan a uno en el rostro y sobre los vestidos.

Está demostrado por el examen microscópico que las gotitas de saliva y de expectoración de un tuberculoso contienen el bacilo de Koch, y experimentalmente se ha probado que a los conejos y curíes que reciben el aire espirado por un tuberculoso, se les pega la enfermedad. Este peligro es muy real hasta un metro y aun a metro y medio de distancia del enfermo. Pero hay más: el aire espirado contiene microbios que no sólo conservan su actividad sino que se multiplican en el aire mismo. Existe alrededor de todo sér viviente una a manera de atmósfera formada de innumerables gotitas microbianas, provenientes del mismo sér y desprendidas bajo la influencia de una intervención mecánica, como la tos, al acto de hablar, la respiración, etc. Una vez proyectadas en el aire en forma de gotitas, en las cuales los microbios desempeñan el papel de núcleos de condensación de la humedad, éstos siguen viviendo y se multiplican, forman colonias a expensas de las materias nitrogenadas volátiles producidas incesantemente por la respiración. Estas vesículas acuosas se condensan bajo la influencia del descenso de la temperatura atmosférica y con el aumento del grado higrométrico del aire, producidas en una atmósfera viciada por los gases de la respiración, condición esta última que se realiza en nuestros gabinetes dentales de los climas fríos de las aitiplanicies andinas.

Al tallar y desgastar las piezas naturales y al soplar los recortes de las piezas caridadas con la pera de aire, saltan partículas, que en parte son absorbidas por el operador y penetran dentro de sus vías respiratorias.

Frecuentemente tenemos que atender clientes que despiden olores infectos y nauseabundos; ya que no podemos usar máscaras contra gases asfixiantes, como las que han inventado en la actual guerra europea, debemos procurar, en lo posible, que las sesiones sean cortas, y alejarnos de ellos, de cuando en cuando, con cualquier pretexto, para hacer amplias inspiraciones de aire puro, y aun inhalaciones antisépticas. El profesor que use bigote puede, en estos casos, impregarlo con algún aceite esencial: casia, eucalipto, gaulteria, geranio.

Ojos—Los ojos del dentista están continuamente expuestos a recibir fragmentos de tártaro, recortes de dentina, medicamentos cáusticos, sangre o pus, por lo cual se ha aconsejado recubrirlos con lentes grandes, convexos, que cubran todo el globo ocular. Hay trabajos excesivamente fatigantes para la vista, que se hacen—ya lo hemos visto—en una posición en que la circulación de regreso se hace mal, como las edificaciones con oro, en que se requieren esfuerzos de acomodación sobre un punto particular, generalmente muy pequeño y que refleja luz amarilla, a las veces con mucha intensidad; es conveniente en esta clase de labores interrumpir el trabajo de vez en cuando para dar reposo al ojo fatigado. Para soldar y hacer vaciados de oro colado debemos usar lentes coloreados.

Los profesores que sufran de miopía o de presbicia deben usar lentes escogidos con el mayor esmero, y deben evitar todo trabajo exagerado. Debe tenerse muy especial cuidado cuando comienzan a experimentarse los primeros síntomas de disminución del poder visual, con el fin, no sólo de conservar la vista durante mayor tiempo y de evitar posibles lesiones oculares, sino también con el de hacer un trabajo más rápido y mejor.

Tanto el gabinete como el laboratorio deben, si fuere posible, recibir luz norte o sur, directa, no reflejada, pues es bien sabido cuán fatigante es para los ojos el tener que trabajar bajo la influencia de reflejos intensos de algunos muros cercanos.

Cuando estemos practicando algún trabajo dentro de la boca del cliente, precisa tener siempre bien iluminado el campo operatorio, tanto para la buena ejecución del trabajo, como para no fatigar demasiado el órgano de la visión.

Pocos trabajos someten éste a tan duras pruebas como los que siempre tiene que verificar el dentista, a quien la integridad de los ojos es indispensable para el ejercicio profesional. Como higiene general de la visión, fuera de los instantes de reposo que sistemáticamente debemos dar a los ojos durante el trabajo cotidiano, es conveniente, en el curso del día, hacerlos reposar sobre vastos espacios ver-

des, como prados naturales o artificiales. Los que ejercen en nuestra ciudad capital habrán tenido ocasión de observar cuánto descansa la vista y cómo se regenera sobre la verde alfombra de nuestra bellísima y dilatada Sabana.

HISTORIA,

CAUSA Y PROPAGACIÓN DE LA SÍFILIS

por el doctor JOHN H. STOKES, de la clínica de los hermanos Mayo, y catedrático de Medicina, de la Universidad de Minnesota.

CAPITULO I

Origen del nombre de esta enfermedad—La sífilis, vulgarmente denominada «dolencia pustulosa» o corrupción de la sangre, es una de las enfermedades más nauseabundas que azotan el género humano. Dicho nombre—cuya mera mención ha hecho estremecer y tartamudear a tantas víctimas—significa «amante del cerdo,» y se le aplicó primeramente a esa enfermedad a raíz de la aparición de un poema de Fracastor, que publicó en 1530, en el cual se hacía una relación dramática de los síntomas tales como se manifestaron en «Sífilus,» el protagonista, porquero que se había infectado. La significación de esta palabra no es más horripilante ni degradante que la del nombre de Job, si se usara como un nombre moderno de los furúnculos de los cuales padecía el personaje bíblico.

La sífilis enfermedad gravísima—La sífilis, así como la gonorrea, es una enfermedad causada por un germen especial y definido. Es una enfermedad poderosa, más grave, y en realidad más mortífera que la tuberculosis, que también se denomina la peste blanca, la cual en su amplia esfera de acción ejerce grande influencia sobre los destinos presentes y futuros de la humanidad. No hay un tejido ni una estructura del cuerpo humano que la sífilis no pueda afectar, ni tampoco hay un aspecto de toda la ciencia médica en el cual dicha enfermedad no esté comprendida. Sir William Osler acuñó la famosa frase que siempre describirá la relación de la sífilis con la medicina: «Conoced la sífilis en todas sus manifestaciones y relaciones, y así conoceréis todos los demás detalles clínicos.» Por más remota que sea la línea geneológica de nuestros antepasados, siempre llegaremos a un punto en que se descubra la sífilis. Dicha enfermedad ha cambiado los destinos de la humanidad sobre el haz de la tierra. Si en estos momentos la sífilis dejara de ser contagiosa, sus efectos no desaparecerían del mundo