

Circular Sanitaria

Meios preservativos geraes da Colera Morbus Epidemico, e naõ contagiozo = 1.^o Sobriedade nas comidas, prohibiçãõ de bebidas espirituozas, podendo contudo urar moderadam^{te} de vinho; fazer uzo dos alim^{tos} seg^{tos} Macca, Galinha, Frangos, Perdiz, e Peru, apanella se comprãõ de huma das Carnes indicadas, ou de duas, podendo se the ajuntar feijõs verdes, aredas, agriões, abobra br^{ca}, Chicoria, Nabor, Simouras; fazer uzo de biffes, ou assados, abster-se de quirados, e molhos; indigestos em geral: de frutas unicam^{te} com moderaçãõ, laranjas. Sopa de pão bem cozida, ou Avos. 2.^a Limpera e asseio nos vestidos, e Corpo, fazer uzo d'alguns banhos geraes mornos, refrigeras, se com limonadas, laranjadas, e Minagradas dur^{ta} a Epidemia. Tranquili^{de} d'espírito. persuadir-se q' a molestia ataca es speci^{al} alim^{tos} os proslanimes, respitando os espiritos fortes q' aconcederãõ com indifferença, advertindo contudo q' os q' urãõ temem a molestia podem ser victimas della pelos excessos em comidas, e bebidas. Finalm^{te} q^o se conhece os prim^{tos} emcomados deve-se abster logo d'alim^{tos} ate os simples caldos q' nos julgamos como venenos, e recover logo ao facultativo. As comidas naõ devem levar especies como Cravo, pim^{ta}, e outros estimulantes mais ou menos noivos porq' perdão por si a contrahir. Ostrat^{em} mais efficaz q' temos observado ate agora tem sido o antiphlogistico, e revulcivo. Sangrias geraes e superiores, Bixas abund^{tes} pelo menos Adurias, Ventoras Escareficadas em fãlta d'ellas, limonadas pouco sacaradas, nenhuõ caldo, banhos geraes mornos, neve a pedacinhos de 5 em 5 minutos. Estes meios postos em execuçãõ no comeco da molestia tem sempre bom resultado: se fará bom uzo de fortes Revolcivos se o doente estiver no periodo algido, bebidas frias no interior, e dadas com frequencia, em proceagrãntid^{de}, e se se a preservar a reacãõ acuta será pelos phlogisticos.

Evora 7 de Julho de 1834

Manoel de Almeida Campos
 Fran^{co} Thomar da Silva Franco
 D.^o Jose Carreiros y Sabes

