

9.º *En las grandes poblaciones se pueden crear fuera de ellas hospitales de epidemias.*

10.º *No ocultar los primeros casos de epidemia ni abandonarlos tampoco por los perniciosos efectos que pueden producir.*

11.º *Castigar con mano fuerte todas las infracciones y sostener y hacer cumplir todas las prescripciones y determinaciones de la ciencia.*

12.º *Estudiar y mejorar las condiciones sanitarias de la localidad en general y en particular, antes de que sobrevenga la epidemia.*

Frente a la gran demanda de una medicina curativa, que era el denominador común de la población invadida —o en trance de serlo—, tomás Valera jugaba su carta principal contra la epidemia aplicando medidas de prevención individual que él consideraba eficaces y capaces de cortarle el paso. Su estrategia, basada en 12 puntos, la planteaba así:

*Preservacion individual.*

1.º *No hay ningun medicamento, droga, amuleto, ni ninguna sustancia, sea de la clase que fuere, capaz de preservar en absoluto del cólera. Los charlatanes, curanderos y médicas caseras perjudican notablemente, porque explotan el bolsillo y la salud, entreteniendoy dando lugar á desatender el buen régimen y á cometer abusos de todo género.*

2.º *Para que la emigracion pudiera producir buenos efectos era menester: irse pronto, léjos, y volver tarde; más como no se sabe á donde ir, por no existir ningun punto, ninguna distancia, ni ninguna situacion topográfica segura de la inmunidad y además, ya se suele llevar el principio de la enfermedad, lo mejor es no hacerlo y sí rodearse de las mejores precauciones higiénicas ó formar colonias bastante separadas, con las mejores y mayores comodidades posibles al objeto de evitar hacinamientos.*

3.º *El contacto del miasma colérico es el que produce la enfermedad; por lo tanto las privaciones ó el uso de tal ó cual sustancia no evitan el contagio.*

4.º *Lo que sí es cierto, que el cólera ataca más y con mayor intensidad á cuantos viven en malas condiciones higiénicas y cometen excesos que á los de vida metódica y arreglada y usan buen régimen y buenas costumbres.*

5.º *Debe evitarse el abuso en la alimentacion y sobre todo en las bebidas alcohólicas, las cuales perjudican, favorecen y agravan los ataques coléricos.*

6.º *Preservarse de la humedad, de los enfriamientos y de las transiciones bruscas de temperatura; debe respirarse aire puro y hacer ejercicio en el campo.*

7.º *Las habitaciones deben limpiarse y ventilarse á menudo, y*