

Saggio medico-fisico interno ai favorevoli effetti, che l'esercizio del cavalcare produce nel corpo umano / [Filippo Baldini].

Contributors

Baldini, Filippo, 1750?-

Publication/Creation

Napoli : Fratelli Raimondi, 1780.

Persistent URL

<https://wellcomecollection.org/works/xe3gmuf3>

License and attribution

This work has been identified as being free of known restrictions under copyright law, including all related and neighbouring rights and is being made available under the Creative Commons, Public Domain Mark.

You can copy, modify, distribute and perform the work, even for commercial purposes, without asking permission.

**wellcome
collection**

Wellcome Collection
183 Euston Road
London NW1 2BE UK
T +44 (0)20 7611 8722
E library@wellcomecollection.org
<https://wellcomecollection.org>



1788 12033/A

by cab. f

2. 38.-

L. LII
18/6

No 2

SAGGIO MEDICO FISICO 47767

INTORNO

Ai favorevoli effetti , che l' esercizio del
cavalcare produce nel corpo umano.

DEL DOTTOR

FILIPPO BALDINI

ACCADEMICO DELL' ISTITUTO DELLE SCIENZE
DI BOLOGNA , SOCIO CORRISPONDENTE
DELLE REALI ACCADEMIE DE' GEOR-
GOFILI , E DE' FISICO-BOTTANICI
DI FIRENZE , E DELLE SCIEN-
ZE DI SIENA .

SECONDA EDIZIONE

In cui si è aggiunto un Trattatino dei vantaggi
del moto della Barca del medesimo Autore .

*

IN NAPOLI MDCCLXXX.

PRESSO I FRATELLI RAIMONDI

CON LICENZA DE' SUPERIORI.




A SUA ECCELLENZA

GIOVANNI CHILD

TYLNEY

CONTE TYLNEY, VISCONTE DI CASTLEMAIN, BARONE DI NEWTON,
E CAVALIER BARONETTO.

MILORD

 A grata accoglienza, che il Pubblico ha fatta al mio Saggio intorno ai favorevoli effetti, che l'esercizio del cavalcare produce nel corpo umano, mi ha determinato a farne una seconda edizione. La distinta bontà, che Voi avete per me, e con cui incoraggite i miei deboli talenti, mi ha fatto desiderar l'onore di poterlo freggiare col Vostro rispettabilissimo Nome. La somma degnazione, colla quale vi siete compiaciuto di accordarmene

il permesso, mi ha ripieno di tanta fiducia, che non ho dubitato di aggiugnervi un'altra mia Operetta, su i vantaggi del moto della Barca, che a Vostra medesima insinuazione ultimamente ho scritto. Sono sicuro che sotto l'ombra di un tanto Patrocinio rispetteranno i nostri Aristarchi queste mie tenui produzioni. I miei Nazionali vi stimano per gl' illustri titoli, che rendono rispettabile il Vostro Casato. Vi onorano per le gentili maniere, e per le virtù, di cui siete adorno. Vi amano perchè avete voluto quasi divenire nostro Concittadino, scegliendo Napoli per il Vostro più piacevole, e delizioso soggiorno. Essi dunque non debbono mordere ciò, che è onorato della Vostra Protezione. Io sono

M I L O R D

*Voſtro Devotiſſ. Oblig. Serv. vero
Filippo Baldini.*

DEGLI EFFETTI
DEL MOTO
DEL
CAVALCARE

Nel corpo umano .

*Inter varia corporis motus genera , præ-
primis ille hic primatum obtinet , qui per
equitationem fit . Hoc enim vasa & viscera
infimi ventris egregie commoventur , ne sar-
guis spissescens , & stagnans , eo citius ad
equalem circuitum redire possit . Nenter Tab.
26. VII. 6.*

1771

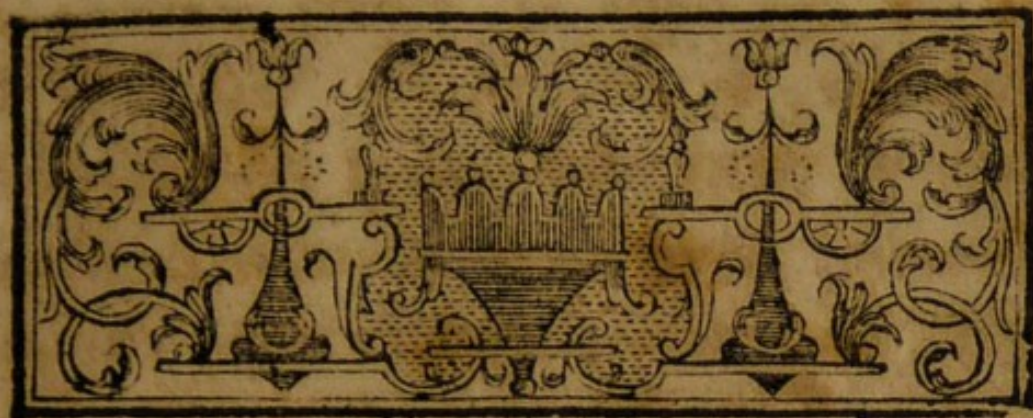
TO THE

MEMBERS

OF THE

LEGISLATURE

The following is a list of the names of the members of the Legislature of the State of New York, for the year 1771. The names are arranged in alphabetical order, and are given in full, with their respective counties and towns. The names are: [illegible text]



PREFAZIONE.

IL mio istituto di professar medicina tende a mostrar la norma, onde ben conservare il Corpo umano, e ad additare i mezzi, onde guarirlo di quelle malattie, che avesse forse contratto: ed a tal' uopo io ho sempre amati i rimedj semplici, e naturali, meglio che le diverse Chimiche distillazioni, e le infinite composizioni inventate ne' segreti recinti delle Farmacopie. Or avendo non ha guari meco stesso recati ad esame gli effetti della Ginna-
 A 2 ca

ca, che alla classe de' rimedj naturali si appartiene, ho trovato, che non tutte le specie di cotali esercitazioni son della stessa natura; imperciocchè alcune arrecano manifesto giovamento; altre in atto, che apprestano il rimedio al morbo antico, producono un male novello; ed altre in fine nuocono direttamente. Dunque cercar bisognando quelle tali esercitazioni, che contengano il maggior bene, e il minor male possibile, io trovo appunto cotesti requisiti nell' esercizio del cavalcare. Ed in vero in tale esercizio il nostro corpo è soltanto adeguatamente commosso, non già come in altri furiosamente conquassato; le membra sono soltanto regolarmente esercitate, non già stranamente urtate, sforzate, e percosse; il sangue, e gli umori ricevono soltanto quell' urto, onde imprendere l' usato moto, non già quell' assalto onde sieno astretti ad uscire dalla propria sede,

sede, ed a perturbare la macchina istessa; le forze vitali sono solamente svegliate dal letargo, e richiamate alle loro funzioni, non già combattute, vinte, ed oppresse. Quindi è, che mi son messo di proposito ad esaminare i favorevoli effetti, che cotesta specie di ginnastica produce nel corpo umano, raccogliendo in un sol punto di veduta le notizie della Storia, i lumi della Filosofia, i Fisici esperimenti, e l'economia del corpo animale. Ma affine di procedere ordinatamente, ho voluto narrar pria l'origine, e il progresso dell'uso del cavalcare; indi additare gli effetti, che ne provengono, per rispetto alle mediche osservazioni, generalmente considerati; e finalmente tessere un'analisi distinta di tutte le Croniche Malattie, alle quali giova un cotale esercizio, e come, e quando, e dove usarlo convenga. Egli è questo un picciol Saggio, che potrà esser dilatato da

intelletto più vivace, e da penna più eloquente. Se non vi si troveranno gl' incanti delle grazie, si avrà almeno il lume della verità; se non la penetrazione, e il giudizio di un uomo invecchiato nella medicina, vi si scorderà almeno l'adesione, e lo sforzo d' un giovanile talento, che vuol avere la sua picciola parte ne' doveri della Società; onde lungi delle critiche note, dovrebbe anzi meritare il benigno compatimento altrui.



PARTE PRIMA .

CAPITOLO PRIMO.

*Dell' Origine, e Progresso dell' uso
di Cavalcare .*

I.



Uel naturale istinto , che
ci chiama a conservarci
quanto più lungamente ,
e tranquillamente si pos-
sa , ci addita ancora i
mezzi , che vi conduco-
no , e la via , che tener dobbiamo : e se
talvolta per natural debolezza , o per traf-
porto di passione mal regolata , affitti fia-

mo da alcuna malattia , ricorriamo immediatamente al rimedio , e l' idea dello scampato periglio ci rende più cauti per lo avvenire . E poichè la maggior parte de' mali del corpo provengono dall' abuso delle cose alla vita necessarie ; quindi è , che siamo sempre andati in traccia de' metodi migliori , e ci siamo sempre affannati a studiar l' arte , per distinguere le utili cose dalle nocevoli . Ma per quanta diligenza usata si fosse , non così presto , siccome tempo , ed esperienza vi abbisognava , pervenuti siamo alla perfetta cognizione ; laonde gli uomini han messo ogni lor cura ad osservare diligentemente ciò , che agli altri stato fosse di giovamento , per poi , come Medici di lor medesimi , avvalersene al bisogno .

II. Non v' è , chi ignori , che i primi abitatori della terra applicati furono alla pesca , alla caccia , alla pastorale , ed all' agricoltura , onde stanchi alfine di così gravi travagli , la natura istessa dovette loro dettare l' industria di cavalcare su quei bestiami , de' quali serviti si erano , o per trasportare ciò , che lor bisognas-

fognasse o per arar la terra , o per altro campestre lavoro : e così ritirarsi nei loro alberghi . Or passando dall' utile al necessario , avendo agevolmente compreso , che per mezzo del cavalcare riacquistata aveffero la forza , e il vigore , non sia poi meraviglia , se per gl' infiniti ottimi risultati ne fosse l' uso divenuto più frequente .

III. Quindi col tempo l' esercizio di cavalcare fece de' gran progressi , poichè avendolo gli antichi trovato atto a conservar la vita , lo promossero per tutte le vie . E siccome facilmente addiviene , che l' esempio de' Grandi sia quello , che più di ogni altra cosa faccia impressione negli animi della plebe , per seguire di buona voglia il loro commendevole , o vituperabile costume [1] ; così i Principi più accorti , e le persone più zelanti considerando benissimo l' utile , che arreca ai corpi umani il frequente uso del cavalcare

(1) *Componitur Orbis*
Regis ad exemplum .
Glaud. Marm. VIII. Vers. 229.

care, rendendogli vigorosi, non per altro mezzo cercarono di promuoverlo, che con quello de' loro esempj. Ed in vero l'esempio, e le insinuazioni altrui non solo hanno l'attività d'infondere agevolmente de' nuovi affetti nell'animo; ma producono altresì delle positive alterazioni nel nostro corpo [1].

IV. Nè di ciò contenti, stabilirono ancora per legge espressa diversi esercizi corrispondenti alle varie età degli uomini; onde fu, che si videro in ogni Città edifizj destinati all'esercitazion corporale della gioventù, ove molti intervenir soleano, ed i vecchi sedeano spettatori, e giudici per coronar coloro, i quali vinceffero, e a questi si rendevano degli onori. Per mezzo di cotesti esercizi si fortificavano, e portavano i loro corpi a quel grado d'insensibilità, per cui

(1) Quindi per essere stato Aristotele scilinguato, e per avere avuti Platone gli omeri contraffatti, ed Alessandro il Grande il collo un poco torto, e la voce un poco aspra, coloro eziandio, che praticavano con essi gli stessi vizj contraffero. *Plutar. de adul., et am. disc.*

cui si refero terribili a tutt' il Mondo (1).

V. E ciocchè arreca stupore maggiore si è, che le Donne ancora si faceano gloria di montar a cavallo, onde acquistavano tanta forza, ed agilità, che un' assieme con gli uomini soleano guerreggiare. Così narrafi che le Scite non potevano prender marito, se prima non avessero dato in guerra replicate pruove del lor valore (2).

VI. I popoli della Tefaglia talmente apprezzavano l' equitazione, che ne formarono un' arte colle regole corrispondenti, ed inventarono, o migliorarono gli strumenti del mestiere, come furono le bardature per seder più comodamente, e le briglie per farsi ubbidire dai cavalli (3). Plinio il Naturalista però credette, che

(1) Quindi Lucano *de bello civili lib. VIII.*

*Omnis in arctois populus quicumque pruinis.
Nascitur, indomitus bellis, et mortis amator.*

(2) *Polien. Stratag. lib. VII* e Ippocrate ancora
*Horum Fœminæ equites sunt, arcubus utuntur,
ac sagittas jaculantur ex equis. de Aer. Aqu., et loc.*

(3) *Frena Pelethronii Lapithæ, gyrosque dedere
Impositi dorso Virgil. Georg. lib. III.*

che Bellerofonte figliuolo di Glauco Re di Corinto fosse stato il primo, che inventato avesse le briglie, e le bardature (1).

VII. Fu molto in uso questo esercizio presso i popoli della Numidia, i quali col tempo acquistarono tale agilità, che dopo un certo numero di corse cambiavano il cavallo, saltando valorosamente dall'uno sull'altro: e quantunque non usassero le staffe, ed i cavalli non fossero infellati; pure lanciavansi destramente, nulla curando l'incomodo proveniente dalla forza del salto (2).

VIII. Tale era ancora il costume de' Persiani, praticato dai Re medesimi, come fra gli altri narrafi di Artaserse, e di Ciro, i quali niuna giornata oltrepassar faceano, senza intraprendere almen per poco tempo sì lodevole esercizio, laonde ne riportarono tanto profitto, che giunsero a decrepita vecchiezza, onde poi divenne un accreditato rimedio: e coloro,

(1) *Lib. VII. Cap. 56.*

(2) *Tit. Liv. Histor. lib. XXIII.*

ro , che per l'età , e per debolezza non poteano da per se stessi falire a cavallo , si servivano dell' ajuto d' un servo . A quest' istesso uso si uniformò ben anche Dario , onde cavalcando egli un giorno per luoghi montuosi , cadde con molto impeto , e ne ritrasse una violenta contorsione al piede , la quale immediatamente fu guarita dal celebre Medico Democede di Crotona , facendo con alcuni impiastri ritornare il calcagno a suo luogo , a cui poi Dario per riconoscimento della riacquistata sanità , fe le sue Reali munificenze sperimentare ; imperciocchè oltre al regalo d' una magnifica catena d' oro , gli concedè altresì l' onore di sedere quasi ogni dì alla sua mensa (1) . L' educazion poi principale de' Persiani riducevasi agli esercizi del corpo , cioè a cavalcare , e a trar dell' arco ; ond' è , che la nazione Persiana , conforme ci attestano varj illustri antichi Scrittori , non mai nelle guerre si sbigottiva per le piogge , per i venti , e per gli ardenti raggi solari

(1) Erodot. *lib.* III. *Cap.* 132.

lari , perchè ogn' un di loro fin dall' età più tenera , a forza di esercizi ginnastici , rendeva il corpo atto a resistere agl' insulti provenienti dalla varietà , e dai rigori delle stagioni (1).

IX. Dappoichè Solone in Atene , e Licurgo in Sparta accreditarono l' uso della equitazione , dimostrandolo quasichè necessario per acquistare una più soda complessione , non v' era nè Ateniese , nè Spartano , che mirabilmente non la esercitasse , come tra gli altri raccontasi di Socrate , e di Platone , i quali seppero ben provvedere alla lor salute cavalcando tutto giorno ; onde fu , che in fino alla vecchiezza estrema vissero sani , forti , e tranquilli : e servirono bene a loro stessi , agli amici , ed allo Stato (2) . Non è meraviglia dunque se i Greci grandemente onorassero i vincitori ne' giuochi (3) ;
poi-

(1) Diodor. lib. XI. e XII. p. 333. 337.

(2) Adolf. Dissert. Phys. Medic. Sel. Dis. VIII. p. 352.

Hinc cum pueris Socrates ludere , et longa arundine equitare non erubescibat. Heghi. Qu. P. II. §. 10.

(3) Gli onori , che si tributarono ad Alci-

poichè aveano ben compresa la necessità de' corporali esercizi; e quindi furon veduti in ogni Città della Grecia luoghi destinati per cavalcare, ove v' erano ancora racchiusi edificj destinati per le donne, acciocchè anch'esse fossero ammesse a contendere il premio tra di loro (1), ciocchè facevasi, affinchè potessero soffrir costanti i dolori del parto, e dar figliuoli robusti, e sani alla Repubblica.

X. I Romani in ciò ancora, come in tutt'altro, seguirono l'esempio de' Greci

biade da tutte le Città della Grecia, ne sono una chiarissima prova. Cicerone ci assicura, che presso de' Greci tanto valeva la vittoria, che riportavasi ne' giuochi, quanto presso i Romani l'antico Consolato: *Olympiorum victoria*, son sue parole, *Grecis Consulatus ille antiquus videtur. Tusc. Qu. lib. 2. n. 21.* E Orazio ancora:

Palmaque nobilis

Terrarum dominos evehit ad deos. Od. 1. lib. 1.

(1) In tutt' i Paesi della Grecia era vietato, che le donne si approssimassero al luogo dove si celebravano i Giuochi. Una sola donna mascherata ebbe l'ardire di violar questa legge, ed avrebbe provata la pena prescritta dalla legge medesima, cioè la morte; ma i Giudici in grazia di suo Padre, de' Fratelli, e del Figliuolo, che tutti riportata aveano la vittoria ne' giuochi Olimpici, le perdonarono il suo errore, e le salvarono la vita.

ci, imperciocchè persuasi de' vantaggi del cavalcare, non solo con somma destrezza ne frequentarono l' uso, ma nelle circostanze altresì di non poter cavalcare, non si vergognarono di puerilmente esercitare tal ginnastica su di una canna. Egliino si lanciavano con grand' agilità sul dorso del cavallo, senza usar neppure le staffe (1); e talvolta ancora il destriero avvezzo per tempo a tale azione, piegava le gambe dinanzi, acciocchè potesse il Cavaliere montar più agevolmente sopra di lui (2); onde fuche Gracco s'indusse a far situare ai due lati delle strade alcune pietre ben' alte in certa distanza l' una dall' altra, affinchè servissero ai viandanti di ajuto per salire a cavallo, senza il soccorso di altra persona.

XI. Narrasi ancora, che Mario, Scipione, ed Ottavio Augusto, benchè fossero d' una complessione molto delicata, a forza però
di

(1) *Corpora saltu*

Subiiciunt in equos. Virgil. Æneid. lib. XII.

(2) *Inde inclinatus collum submissus, et armos De more, inflexis præbebat scendere terga Cruribus Sil lib. X. de equ. Cl.*

di un continuo cavalcare si fortificarono talmente, che nelle fatiche delle guerre altro refrigerio non trovarono contro della lor fiacchezza, che di salire spesso a cavallo, convertendo in tal guisa in esercizio, lo stesso riposo (1). E Cicerone ancora lo stesso praticava, talchè dir solea, che l'esercizio a cavallo fosse quello, che piucchè d'ogni altro sicuro rimedio facesse nell'avanzata vecchiezza conservar la forza, e il vigore (2).

XII. Dagli esempj fin quì addotti, si può senza stento veruno inferire, che l'uso di cavalcare seguito si fosse da tutt' i Popoli sparsi sulla terra; ond' è, che dagli antichi, e da' moderni, da' Filosofi, e da' Guerrieri, da' Nobili, e da' Plebei è stato generalmente coltivato. Pria di por fine a questo Capo, mi si permetta di additare i più valenti Medici,

B

che

(1) *Plin. lib.1. Histor. Natur.* A questo sembra, che si uniformasse M. Catone, come rilevasi da Celio: *Vita humana, aiebat Cato, probe ut ferrum est, si exerceas, conteritur, si non exerceas, tamen rubigo interficit.*

(2) *De Senectute p. 84.*

che de' favorevoli effetti dell' equitazione in varj tempi han ragionato, e che han messo ogni lor studio a tener lontano, o a guarire le malattie, che rendono più breve, o più affannosa l' umana vita.

XIII. Sappiasi adunque, che Erodico Selimbriano, che impiegar soleasi a dirigere gli esecizj della gioventù, fu il primo ad offervare i vantaggi provenienti al corpo umano da tali esercizi, e specialmente da quello del cavalcare; laonde avendolo prescritto a taluni, che andavano in cerca della lor perdita salute, lo sperimentò infinitamente giovevole. Indi essendo egli stesso caduto in una visceral tabidezza, da cui sembrava di non poterfene liberare; alla per fine dopo adoprati infiniti rimedj, non sperimentò cosa più atta alla guarigione, che l' esercizio a cavallo, dal quale ne riportò poi tanto profitto, che pervenne ad una età molto decrepita: e quindi i suoi discepoli molta ragion ebbero di vieppiù promuoverlo, prescrivendolo con molto vantaggio ad una moltitudine di persone inferme (1).

XIII.

(1) *Platon. in Phædr. p. 177.*

XIV. Ippocrate, tra gli altri discepoli di Erodico, stimò molto giovevole ai corpi umani il cavalcare, e lo credette per uno de' più certi, e sicuri medicamenti dell' arte: ond' è, che era d' opinione, non esser bene intrapresa qualunque cura di malattia cronica, ove non si adoprassero il rimedio della equitazione (1).

XV. Diocle parimente, Prassagora, Filotino, Erasistrato, Erofilo, e Asclepiade Bitino furono d' opinione, che gl' infermi con altri medicamenti non dovessero guarirsi, se non se co' soli esercizi, tra i quali contavano l' equitazione (2).

XVI. Galeno poi, come si studiò di mettere in tutto il suo chiarore la medicina d' Ippocrate, così molto questa ginnastica valutò, dimostrandola non meno utile, che necessaria per l' acquisto di una felice, e lunga vecchiezza [3].

XVII. Celso, Aureliano, Oribasio, Alessandro Tralliano, Aezio, Antillo,

B 2

Avi-

(1) *De Vict. rat. Sanor. lib. 11. Cap. X. Sculz. Histor. Medic. lib. 1. Cap. XI.*

(2) *Galen. lib. 1. de Sanit. tuend.*

(3) *Mercat. de Sanit. tuend. p. 45.*

Avicenna infinitamente ai corpi nostri utile stimarono il moto del cavalcare, e così grande lor parve il vantaggio, che ne risultasse, che stabilirono de' canoni, e delle regole, per bene adoperarlo (1).

XVIII. Nè fu dalli mentovati dissimile il gran Sidenam nel prescrivere ai malati questo esercizio, e lo raccomandava non solo alle Isteriche, e agi' Ipocondriaci, ma ai Tifici altresì, stimandolo per costoro di sommo vantaggio (2). E il Keine finalmente era di sentimento, che il moto a cavallo fosse il più sano, e il meno laborioso esercizio, e che meno di qualunque altro gli spiriti disperdesse, e le forze consumasse (3).

XIX. A questo sentimento si unirono a maraviglia parimente il Pechei, il Tuller, il Bainard, il Mercuriale, il Cagnato, il Baglivi, il Valentino, lo
Sta-

(1) *Mercurial. de art. Gymnastic. lib. VI. Cap. VIII.*

(2) *Process. integr., et de affect. in fœmin. byster.*

(3) *Saggio sopra la sanità presso Chambers T. II. Cap. 5.*

Stalio, l' Offmanno, il Bucnero, il Boerner, l' Adolphi, il Preval, il Barette, e il Benvenuti.

XX. Infiniti poi Letterati grandemente commendano il cavalcare, come dai loro scritti si raccoglie chiaramente, tra' quali si conta il Sigonio, il Lipsio, il Patrizio, l' Alessandro ab Alessandro, il Rantzovio, e il Loenstein.

CAPITOLO SECONDO.

Degli Effetti provenienti dall' esercizio del Cavalcare.

DOpo aver brevemente esaminati i motivi, per cui gli antichi s' indussero a frequentar l' esercizio del cavalcare, convenevol cosa ora sembra l' andar valutando i prodotti di tal ginnastica, per indi decidere come, e quando praticar si debba. Or per conoscere con la possibile chiarezza gli effetti, che suole produrre nella nostra macchina, non basta soltanto riflettere, che l' ozio, e l' esercizio sieno

diametralmente l'uno all'altro opposti (1); cosicchè esaminandosi le qualità del primo, si abbiano ancora gli effetti del secondo; imperciocchè è bene, che i prodotti, e le qualità del cavalcare si rechino in loro stessi ad esame partitamente.

I. Dai lumi della Filosofia anatomica siamo abbastanza rischiarati non essere altro il nostro corpo, che una macchina mossa da spirito immortale, ed architettata da onnipotente mano, la cui preservazione dipende dall'influsso de' nervi, e dalla inspirazione, e respirazione de' polmoni; d'onde poi si viene a conservar la circolazione degli umori, e le separazioni. Ma perchè ciò succeda, uopo è, che i solidi componenti i nostri corpi abbiano, e conservino una certa forza, che dicesi elastica, mediante la quale gli umori mantengono una certa fluidità relativamente agli usi, ai quali dalla natura son destinati, nè giammai li solidi allungarsi possono, se pria non vengono urtati, e mossi

(2) *Otium humectat, et corpus reddit debile, labor siccit, et corpus robustum facit.* Ippoc. de *Vict. rat. lib. 11. Cap. X.*

e mossi : e poichè concepir non puossi incurvamento, o inflessione di forte alcuna, senzachè prima succeda qualche compressione de' suoi elementi; quindi segue, che quando si distendono le fibre, gli elementi, che le compongono gli uni dagli altri si distaccano: e siccome queste mozioni son diverse, così le sensazioni esser non debbano di ugual forza per le varie tempra degli uomini.

II. E poichè i muscoli muovere non si possono giammai, se dal cervello per mezzo de' nervi una tal forza lor non si comunichi, perciò movendosi i nervi, e con essi i muscoli, eccitar si dovrà sicuramente la circolazione degli umori; non sia dunque meraviglia, se al moto muscule suffiegua una più rapida circolazione. egli è proprio effetto di qualunque moto sopra gli umori, di sconvolgere il sito sottoposto, cosicchè avanzandosi l'urto de solidi, si dovrà comprimere certamente il fluido lor sottoposto, e perciò si viene a reprimere, ed a sciogliere il sangue; imperciocchè trattenendosi, cagionerebbe

a guisa delle acque stagnanti (1), una putrefazione acre, origine di molti mali.

III. Ogni corpo poi, che venga mosso, deve perdere, e dissiparsi in qualche modo, essendo a tutti noto, che niun grave sia naturalmente capace per sua intrinseca forza di muoversi, senzachè si faccia dispendio della sua energia. I muscoli adunque come strumenti del moto animale muovendosi per i nervi, nello applicarsi tal'azione, dovranno scemarsi in ragion, che quelli si muovono.

IV. Quando le parti solide con delle fluide si urtano scambievolmente, queste, che scorrono per i vasi, conservano una fluidità relativamente agli usi, e ai vasi altresì, ne' quali son racchiusi; cosicchè poi da questa proporzion di forze ne derivano quelle necessarie separazioni, che alla ben regolata economia animale abbisognano.

V. Benchè però i solidi fossero gli organi principali del giro degli umori, nulladi-

(1) *Cernis ut ignavum corrumpant otia corpus ?
Ut capiant vitium ni moveantur aquae ?*
Ovid. lib. 1. de Pont.

ladimeno negar noi non possiamo all'aria la sua efficacia, quando per i polmoni s'introduce ne' nostri visceri (1). La diloro maravigliosa struttura è quella, che tende a far agire nel corpo la forza, e la pression dell'aria ambiente; e come questa s'introduce fin all'ultime vescichette, così passa indi nel sangue, ove mescolandosi acquista tal forza, che divien motrice per conservar non solo quel moto, che appartiene ai fluidi, ma ad eccitare altresì l'azion de' canali. Quindi è, che osserviamo essere il sangue arterioso de' polmoni di un color porporino bruno, nel mentreche quello delle rimanenti arterie serba un color rosso; così il venoso de' mentovati visceri mostrare un rosso chiaro, in vece d' un porporino scuro: dalle

(1) Si controverte però tra più dotti Fisici, se questa introduzione si faccia, o non si faccia per mezzo de' polmoni, e l'una, e l'altra opinione ha avuto celebri fautori. Lasciando da parte gli antichi, credettero l'affermativa il Swammerdam, il Borelli, il Bellini, il Berger, il Bernoulli, l'Elvezio, l'Ales, e l'Aller, contro a ciò, che asseriscono il Needam, il Pitcarnio, il Lister, il Michelotti, il Bulfingero, il Boerhaave, ed il Van-Swieten.

dalle quali cose evidentemente si deduce, che l'aria ben s'intrometta nel sangue, ove tuttavia conserva la sua natura, ed altresì la sua primiera qualità, ed efficacia. Cotesto principio vitale, che nell'aria risiede, spargendosi per tutto il corpo, in vece di apportare incomodo, come pretendono taluni, piuttosto par, che coadjuva alla conservazion della vita nel somministrare vigore, e tuono a' solidi, onde si conserva, e si mantiene la nostra macchina.

VI. Esposta così brevemente l'idea di ciò che costituisce lo stato sano del nostro corpo, vediamo ora come il moto, che si fa cavalcando viene a coadjuvar la forza dei nervi, ad accrescere il moto alternativo de' polmoni, ed a conservar la circolazion degli umori. Quando un uom cavalca placidamente, sentesi sul bel principio, che come il cavallo si muove, così si scuotono i muscoli addominali, gli estensori de' lombi, del dorso, e del collo; laonde contraendosi, e restringendosi questi, si vengono a scuotere i visceri chilopeotici, il cuore, e i polmoni, le fibre de' quali sono dal moto concussorio per-

percoffe a fomiglianza di una corda tesa nelle due estremità; imperocchè urtandofi nella metà, e curvandofi, ricevono dalla forza agente delle replicate imprefioni, onde gli ftami de' mentovati visceri allo scuotimento di un placido cavallo da retti, com' eran prima, fi cangiano in curvi, e pofcia di nuovo in retti, ed a proporzion poi, che il moto concufforio divenga più frequente, altrettanto ne fequirà la ragion dell' incurvamento de' medefimi, poichè fi fan tanto minori, di quanto nelle obliquità crefcono. Le diftenzioni poi delle fibre proporzionate effendo alle loro rifpettive lunghezze, fequir dovranno la ragion dell' azion del movimento del cavallo, per lo che crefcendo da un lato la forza della moffa, e dall' altra diminuendofi, non fia meraviglia, fe poi per la fcoffa fi viene a muovere l' intero ftima del corpo.

VII. E ficcome fucceffivo è l'impulfo, che foffre l' uom, che cavalca; così le contrazioni, e dilatazioni de' visceri dovranno effere di egual periodo, onde il fangue, da cui irrigati fono effi vi-
fcere

sceri penduli del basso ventre , farà con velocità maggiore sforzato a circolare per tutt' i vasi , e ad accrescere perciò si verranno le funzioni , aumentandosi nel tempo istesso il corso venoso nel cuore . Quindi succede , che giungendo a questo viscere il sangue venoso con maggior velocità, i muscoli vitali con più frequenza si contraggono , ed accresciuti di numero i suoi urti in un dato tempo , la velocità del sangue arterioso dovrà farsi altresì maggiore, e crescere in quella ragione dell'avanzato moto del cuore ; cosicchè poi rendendosi gli umori più atti a scorrere per li più minuti, e remoti canali, si verranno ad impedire gl'intasamenti, e le sfuggevoli, e lisce sfere del sangue faran vieppiù sforzate a cangiare figura , allungandosi in sferoidi .

VIII. Tutti ben fanno, altro non essere il fluido animale, che un prodotto di un sangue molto puro , spogliato da tutte le imperfezioni; quando dunque la circolazione si faccia più eguale, e pronta, meglio ancora si eserciteranno le altre funzioni : e poichè il moto della equitazione

zione

zione facilita mirabilmente queste progressive funzioni ; quindi è chiaro , che debba coadiuvare ancora le forze animali , per le quali si mantiene il giusto equilibrio tra le parti continenti , e le contenute .

IX. Nè minor alterazione di quella , che ricevono i nostri corpi per la forza di concussione , avran parimente dall'aria ambiente , di cui attraverso si passa , quando si cavalca .

Gli ultimi fisici esperimenti ci additano chiaramente , che il peso dell'aria sulla superficie del nostro corpo sia per lo più di trentadue mila libbre ; e perchè ella non è sopra di ogni individuo eguale , i d'lei effetti perciò diversi esser debbono , secondochè nella sua qualità è differente , come nelle sue mutazioni noi la ravvisiamo in noi medesimi a somiglianza di altrettanti termometri (1).

X, Essendo l'atmosfera delle campagne
pre-

(1) *Exercitiis modicis , tum corporis , tum animi custoditur intra sanitatis fines nativus calor.*
Gal. lib. de Consuet.

pregna d' esalazioni molto favorevoli alla nostra vita, partorir dee senza dubbio diversi effetti sul nostro corpo, da quelli, che arrecar suole l'aria di Città. In questa ritrovandosi infiniti vapori impuri, che dai carboni, dai letami, e dalle respirazioni degli uomini si elevano tutto dì, nuocer dee senza dubbio alla respirazione, e alla salute umana; all'incontro quella delle campagne col soffiare de' venti, venendo ripulita dalle impurità, sarà più idonea, e vantaggiosa a conservar la nostra vita (1), e perciò uscendo noi dalla Città, perchè cangiamo aria, sentiamo immediatamente una certa ilarità di spirito, nata già da una più agevole respirazione, per cui li polmoni ritrovandosi meno oppressi, eccitano maggiormente il giro degli umori; così calando in aria aperta, l'impeto di questa,

(1) *Hinc fit, ut qui in urbe, non solum re-
ctis arboribus, et officinis non suavissimis abundante,
sed etiam populis frequenter vitam agunt, aerem ex
multo excremento conflatum, et foetore infectum tra-
hant, quo continuus sanguinis, et praecordis fervor
praeternaturalis inducitur.* Keill. *Medic. Stat.*

sta, dovrà essere maggiore di quella delle Città (1).

XI. Per legge meccanica può dirsi senza fallo, che l'aria, che in noi entra mediante l'inspirazione agisca con maggior forza, quando attraverso la passiamo, siccome appunto succede col moto dell'equitazione; poichè agendo con più di vigore su de' polmoni, aumenterà vieppiù di questi l'elasticità; quali visceri poi col reagir su degli altri consecutivi, aumenteranno la loro azione, e le arterie contraendosi, e facendosi con maggior d'energia l'azione del cuore, gli umori in miglior modo si distribuiranno per l'intero corpo, e con maggior equilibrio, e gli altri secondarj ancora l'istessa forza acquistando, molto più volentieri si sequestreranno, e fuori del corpo si espelleranno mirabilmente (2).

XII.

(1) Veggasi la quistione di M. Vilars: *An renovatus aer sanitati saluberrimus?* Paris 1747.

(2) *Vestitionis in equo omni momento viscera abdominalia, imo, et thoracica pendula concutiuntur, sibi invicem liniter quasi confricantur, interim aer purus majori impetu in pulmones agit, omnibus his simul conspirantibus incredibiles fiunt mutationes.* Van-Svvieten in Boer. *Aph.* §. 28. num. 2.

XII. Ne' nostri corpi poi come vi sono gran condotti escretorj, così vi sono degli altri, che diconsi assorbenti, i quali essendo capaci di ricever l'aria ambiente, che li circonda, cavalcando noi, maggior aria per ivi s' introdurrà, e così si accrescerà il tuono delle fibre, e dirigendosi il moto degli umori nella superficie, si accrescerà l' insensibile traspirazione (1).

XIII. Or facendosi matura riflessione su quanto si è detto, si comprenderà chiaramente, che col moto dell' equitazione rendendosi più elastici i solidi, ed eccitandosi la forza de' nervi, col moto alternativo degli organi vitali si verrà immediatamente ad accrescere la circolazione degli umori, ed il loro equilibrio, onde la vita si mantiene.

XIV. Da queste universali considerazioni alle più particolari discendendo, non vi ha chi non sappia, che a motivo della viscosità, onde il sangue nostro il
più

(1) *Exercitatio supplet vicem purgationis humorum, qui sunt in profundo corporis. Sanct. Aph. Sect. V. Aph. XX.*

più delle volte sembra che sia dotato ,
 debba questa molto crescere , quando il
 moto muscolare si ritarda , poichè sce-
 mandosi l' azion del cuore , e de' vasi
 arteriosi , si vengono a turbare le na-
 turali funzioni , motivo per cui gli umo-
 ri linfatici trattenendosi ne' più piccoli
 canali , acquistano delle putrefazioni , in
 quella guisa appunto , che cagionar so-
 gliono le acque stagnanti . L' altera dun-
 que contrazion de' muscoli accresciuta per
 la forza del cavalcare , è quella , che ac-
 celerar mirabilmente potrà il corso del
 sangue venoso verso il cuore , e diminui-
 re nel tempo stesso la resistenza all' arte-
 rioso , che sta per superare l' angustia de'
 piccoli canali . Quindi s' intende , come
 per il valor di questo esercizio si vengo-
 no ad impedire gl' intasamenti , e ad ec-
 citar lo scolo di quegli escrementi , che
 non separati , turbarebbero senza dubbio
 l' economia animale (1).

G

XV.

(1) Quindi Catullo volendo descrivere la me-
 schina povertà di Furio , credè di fare un bellissi-
 mo elogio alla sua sanità , dipingendolo per l' uo-
 mo

XV. Scuotendosi i visceri , ne deriva una più copiosa separazione del sugo nervoso nel cervello , ed un'abbondante distribuzione di esso umore , affinchè più volentieri circolar possa per i nervi : e per le suddette ragioni col moto a cavallo molto più si verranno ad accrescere le separazioni ; quindi si toglieranno gl' intasamenti , che non di rado arrecano degl' imbarazzi , disturbando essi l' economia del fegato , o d'altro viscere . E accresciuta l'azion de' muscoli , che comprimono il ventricolo , e gl' intestini , ed avvalorata la forza peristaltica del diaframma , si viene altresì a coadjuvare la digestione degli alimenti , onde quello , che vale a perfezionare il chilo , farà di ajuto ancora , acciocchè quello ugualmente si possa distribuire nelle vene lattee , e salir poi con più di facilità per il condotto

mo più fano del Mondo :

*A te sudor abest , saliva
Mucusque , et mala pituita nasi .
Hanc ad munditiem adde mundioreme
Quod culus tibi purior satillo est ,
Nec toto decies cacas in anno . Carm. XXIII.*

dotto toracico nel sangue (1) .

XVI. Effendo dunque sicuro , che col moto del cavallo si vada il sangue molto più volentieri a tritulare , per cui a girar con più di prontezza si dispone , n' avverrà poi , che nel basso ventre vi s'accrezca la circolazione , onde si vengono a levare le oppilazioni , che la disposizion de' rami negl' intestini sogliono produrre: ed effendo il sangue de' rami capillari venosi continuo agli arteriosi , in questi ancora si viene ad aumentare il movimento , onde promovendosi in tutt' i visceri la traspirazione , vieppiù si corroboreranno .

XVII. Finalmente effendosi dimostrato chiaramente , che l' esercizio a cavallo sia capace , piucchè ogni altro rimedio , di produrre una più rapida circolazione degli umori ; il principio elettrico altresì , che par , che sia copioso ne' nostri corpi ,

C 2

con-

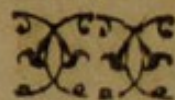
(1) Quindi Mercato, *quod equitationis exercitium non solum benefaciat ipsi, sed, et emendet victus rationes, quibus fiat, ut fere universa sanitatis ratio in exercitando corpore sita sit. De Sanit. Confer. p. 52.*

concepirà molto calore , e farà sì , che gli umori si possano maggiormente dilatare , ond'è , che si promoverà l'insensibile traspirazione , che come è maggiore , così più vale a conservar sano il nostro corpo , ed a condur l' uomo ad una tranquilla vecchiezza .

XVIII. Dalle cose fin quì dette possiamo conchiudere , che l'esercizio del cavalcare sia capace a conservar la vita umana , ed à tenerle lontani infiniti incomodi ; poichè questo esercizio coadjuvando mirabilmente le forze animali , le vitali , e le naturali , manterrà sana , e salva la vita .

XIX. Quindi si comprende , perchè tanto si affatigò un accurato Professor di Lipsia per inventare una macchina , che in vece di cavallo servir potesse , e che ne imitasse tutti i movimenti . Questi si fu il Signor Quelmaz , il quale considerando molto bene il vantaggio del cavalcare , e conoscendo di non poter essere tal rimedio alla portata di ogni condizione di persone , ne studiò il modo da potere chicchessia esercitarsi nel cavalcare ,
sen-

senza aver giammai bisogno di bestie³⁷
per montare a cavallo (1).



C 3

PAR.

[1] Il Signor Gaisel, direttore del Magazzino Universale, ne fece fare in Venezia una simile, e nel primo volume del Magazzino ne diede una distinta notizia, unitamente coll'estratto dell'Opera del Signore Quelmaz.



P A R T E II.

C A P I T O L O I.

*Delle Malattie Croniche, alle quali giova
l'esercizio del Cavalcare.*



D O P O di aver genericamente considerati gli effetti, che l'esercizio del cavalcare produce nel corpo umano, egli è di mestieri alquanto particolarmente ragionare delle malattie, che da tale esercizio ritraggono alleviamento, ristoro, e guarigione. Credono fermamente i più dotti Patologici,

gici, che la principal cagione, e la più comune de' mali cronici provenga dalla deficienza di quella proporzion di forze, che tra' solidi, e i fluidi convien serbare: e quantunque nasca talvolta da una costituzion di umori viscidì, e corrosivi, atta a produr de' scompigli; non di meno acquistano le parti solide tali rilasciatezze, o increpature, che rendono poi il nostro corpo oltremodo misero, e languente. Farem dunque un'analisi distintissima de' mali, cui giova il cavalcare, e finalmente additeremo in quali casi convenga astenersene, come da cosa, che lungi di giovare, nuoce anzi assolutamente.

§. I.

*Delle Malattie, che attaccano le funzioni
Animali.*

FRa i mali cronici, onde gli uomini esser sogliono seriamente afflitti, occupano il primo luogo quei, che sconvolgono le funzioni animali, e perciò stimo

di quì raccogliere in un distinto Paragrafo tutte quelle spezie , che tornano bene al nostro proposito .

I. Quanto frequente, altrettanto molesto addiviene il Dolor del Capo , che suol provenire dal rapido moto degli umori oltremodo accresciuto , o perturbato da alcuna materia irritante , che giri insiem col sangue , come sia facile il formar tali disordini nel capo , mostrasi chiaro colla giornaliera sperienza , e specialmente per l' intemperie dell' aria , come succede allorchè taluno trovandosi riscaldato , si espone imprudentemente al fresco , ed al vento ; o per la soverchia quantità de' cibi , che digerendosi troppo lentamente , si vengono a formare delle viscidità , atte a conturbar nel capo il giro degli umori .

Quindi si deduce , che l' indicazion curativa di questo morbo consiste nello sciogliere , e nel mettere in moto ciò , che trovasi arrestato . Ed in vero dipendendo da insensibile traspirazione impedita , o da soppresso spurgo , l' esercizio del cavalcare dovrà sicuramente produrre un favorevo-

revo-

revole effetto , come quello , che attività avendo di rendere ai solidi l' elasticità , e di togliere la turgescenza de' vasi , potrà molto volentieri richiamando al pristino stato le secrezioni , debellare gl' invecchiati dolori del capo . Cotesta esperienza tornò bene all' Adolphi nella persona del Conte di Sunderland , cui niun altro rimedio riuscì tanto profittevole a toglier cotesto morbo , quanto l' esercizio del cavalcare (1) .

II. E poichè le cagioni medesime , che in noi risvegliar sogliono de' dolori di testa , produr possono altresì de' Svenimenti , e delle Vertigini , la cura perciò di questi altri mali dissimile esser non dee da quella del precedente . Cotesti mali sono di lor natura talmente connessi , che volentieri uno si dà coll' altro la mano , e quand' uno sopraggiugne , gli altri ancora non lasciano di farsi sentire ; quindi è , che per effetto della espressa proprietà del cavalcare sedar si potranno così le vertigini , e gli svenimenti , come
tutti

(1) *Dissert. Phys. Med. Sel. Diss. VIII. 1.14.*

tutti gli altri malori del capo indifferen-
 temente . Convien però avvertire , che
 pria di porsi mano al rimedio , egli è d'
 uopo , che domata sia l'acuzie del male ,
 giacchè altrimenti danno piuttosto , che
 utile ritrarranno gl'infermi , che si faccia-
 no montare a cavallo in tempo de' sve-
 nimenti , e delle vertigini . E di più pon-
 gasi mente che quantunque la vecchiezza
 soglia seco menare queste affezioni , non di-
 meno il nostro esercizio potrà esser dan-
 noso ai decrepiti , sottoposti a molti altri
 mali ; laonde l'additato esercizio farà
 commendevole soltanto a coloro , che per
 età , e robustezza sieno in istato di far
 uso del rimedio , senza pericolo di andar
 incontro a nuovo male .

III. Se la nostra mente a ponderar
 costantemente un sol oggetto è rivolta , i
 di lei organi soffrono tal cangiamento , che
 spesso risvegliasi quel male , che comune-
 mente dicesi Delirio Melanconico . Que-
 sta malattia procede da una tensione , a-
 ridezza , e spasimo delle fibre , e special-
 mente dalle parti rugiadose , onde si for-
 mano nelle viscere delle oppilazioni , con-
 giun-

giunte con moltitudine di sconcerti del capo (1).

Quindi l'indicazioni curative sono di corroborare i vasi destinati alla digestione, raddolcire, ed attemperare gli umori troppo esaltati, affinchè rendendosi più agevole la circolazione, si possano mettere in quiete gli spiriti furibondi. Si rimedia a tutto ciò in qualche modo, facendo che l'ammalato dall'un dì all'altro cavalchi; imperciocchè quel moto avendo la proprietà di corroborare i solidi, ed attemperare i liquidi troppo esaltati, e di aiutare la chilificazione, restituendo ad essi la parte balsamica, renderà il nostro animo più ilare, e dissiperà quei noiosi pensieri, che ne sconvolgono la quiete: dunque prescrivendosi ai melanconici l'uso della equitazione, si verrà a togliere il lentore troppo eccedente ne' loro corpi, e ad accrescere il traspirabile, onde facendosi in essi la circolazione degli umori più libera, ed uni-
for-

(1) Veggasi il nostro Trattato de' Bagni Fregidi *Part. III. Cap. 1. p. 133.*

forme, si potran calmare gli stimoli, e dare ai vasi, e alle membrane del cervello la forza fistaltica, che loro è naturale.

IV. La depravazion poi degli umori derivata da un principio acre, e salino, o scorbutico irritando i nervi, suole ordinariamente produrre delle violente contrazioni de' solidi contro natura, richiamandosi quindi le convulsioni, che a sentimento di tutti altro non sono, che altrettanti sforzi, con i quali la natura tende a liberarsi dalle materiali cagioni.

Quando i moti Epilettici vengono cagionati da addensamento di linfa, come nei corpi flemmatici, e di fibra flaccida, che menano una vita oziosa, per cui si eccita una violenta agitazione delle membrane nerveo-membranose di tutto il corpo, se vi è rimedio, che possa accrescere l'elaterio ai solidi, liberare i canali dal troppo umore, e consumare la grande umidità, lo dovrà somministrare senza dubbio l'esercizio del cavalcare, il quale col mettere in moto i tardi umori, gli renderà più sottili; emendando
nel

nel tempo istesso le lor qualità depravate.

Venendo poi questo malore da aridez-
za, e spasimo dei solidi, o da siccità degli
umori, per cui la massa de' fluidi sembra
esserfi spogliata di quella linfa necessaria,
onde poi gli spiriti si sono resi fervidif-
simi, allora tanto nelle convulsioni, quan-
to ne' moti epilettici l' unico scopo farà
di restituire la linfa perduta, diluire in
parte i sali irritanti, in parte invaginar-
li, e rallentare altresì le aride fibre; im-
perciocchè ogn' un comprende, che cor-
roborandosi i visceri chilopeotici, si ver-
ranno a prevenire quei sconcerti, che
produr possono l' annoverato malore. A
tanto ottenere conferirà sicuramente la
ginnastica del cavalcare, perchè inducen-
do ne' visceri perduli del basso ventre
maggior vigore, si verrà a ravvivare il
lor moto peristaltico; ed ajutandosi la se-
parazione del sugo digerente, si aumen-
terà la perfetta sanguificazione, ed il sa-
no nutrimento, onde si toglieranno gli
stimoli, e le aridezze delle fibre, e si
preveniranno in conseguenza le convul-
sioni, ed i moti epilettici.

V. Ri-

V. Risvegliandosi l' Istericismo da cagioni , che attività hanno di sconvolgere , e spasmodicar quei nervi , che nell' utero piucchè altrove si ramificano , egli è chiaro , che la circolazione del sangue restar debba in qualche modo ritardata : ed increspandosi alcuni vasi , dovranno mancare certe separazioni , atte poi a risvegliar quella infinità di sintomi , che osservansi negl' insulti isterici . Affezione è questa sì frequente nel nostro clima , che non vi ha donna , che non ne sia afflitta , a riserba delle campagnuole , le quali perchè menano una vita più esercitata , perciò non così facilmente ai vapori soggiacciono . Vero si è però , che alcune donzelle quantunque non soffrano tale insulto , pure per mezzo di ricercate contorsioni affettano parer altrui di esserne sopraffatte , e ciò per ben riuscire in alcune imprese della vita civile , o ne' soliti intrighi della galanteria . Or considerando la cagione immediata di questo male nella sensibilità , e nella irritabilità de' nervi , egli è sicuro che negl' intervalli di quiete , il moto del cavalca-

re

re dovrà essere molto vantaggioso, sì nel ravvivare l' elasticità a tutt' i solidi egualmente, come nel togliere gl' ingrossamenti de' liquidi ne' vasi; onde poi venendosi a rimettere il sangue nella natural sua corrente, farà vevolissimo a prevenir gl' insulti, o almeno ad accorciarne la durata de' periodi (1).

VI. L' Affezion poi Ipocondriaca è quella malattia, che esercita principalmente la sua azione nella regione del basso ventre, ove gli umori mal distribuendosi per i proprj canali, il sistema nervoso soffre de' moti irregolari, per esservi ne' visceri del basso ventre umori stagnanti per qualche soppressa evacuazione; ond' è, che questa malattia soventi volte si maschera in diverse forme, talchè riduce in uno stato molto infelice coloro, che ne sono afflitti. Quindi per facilitare il trattenuto, e per rendere più uniforme il giro degli umori nel basso ventre, il moto, che si fa cavalcando mol-

(1) Veggasi a proposito il Sidenam *de affect. in foem. hyst.* p. 123.

molto dovrà coadiuvare : poichè scuotendosi i visceri, si maturerà, e si corriggerà la viziosa distribuzione degli umori, e togliendosi la lor ridondanza ne' vasi specialmente del gran condotto degli alimenti, si verranno a calmare gli spasmi (1).

VII. Nelle malattie Spasmodiche tra le quali si annovera la difficoltà del respiro, si ravvisa il moto de' polmoni perturbato, talmentechè impedendosi in qualche modo la respirazione, mettono la vita in un imminente pericolo. Nell' Asma dunque oltre della dolorosa respirazione vi si accompagna altresì una sensazione insoffribile di ansietà, e di angustie nelle parti circonvicine del cuore. Or siccome negli asmatici parossismi in generale gli umori tendono verso le parti superiori, così l'indicazione curativa quella esser dee la prima, che tende a determinargli verso

(1) *Inter varia corporis motus genera, preprimis ille hic primatum obtinet, qui per equitationem fit. Hoc enim vasa, & viscera infimi ventris egregie commoventur, ne sanguis spissescens, & stagnans, eo citius ad aequalem circuitum redire possit. Nenter Tab. 26. VII. 6.*

so le inferiori, indi conviene correggere le cagioni, che tal malattia fomentano.

Nella prima in tempo de' parosismi il moto del cavalcare potrà essere molto giovevole, sì nel rallentare gli spasmi, rimettendo la circolazione degli umori nel suo stato uniforme, e naturale, sì anco nel rilassare i polmoni. Nella seconda poi, collo stesso moto aprendosi qualche natural' emuntorio, cacciar fuori del corpo si potranno quegli umori, ch' erano nel petto radunati: siccome infinite volte in simili casi vantaggioso l' osservò il Boerave (1), e il Sidenam (2).

VIII. Nei depravati appetiti, prodotti da inefficacia, che hanno i torpidi umori gastrici a servire di mestruo alle divise particelle del cibo già triturato, o per non essere con opportunità sciolti, e separati dal rimanente degli umori, il moto del cavalcare farà molto utile; sì per rendere la circolazione più vivace, e più elastici gli umori; sì anche a far,

D

che

(1) *Aphor. de cogn. & cur. Morb.* §. 1. 210.

(2) *Proces. integr.* p. 121.

che essi divengano più facili a separarsi nelle rispettive lor grandule .

IX. I dolori articolari , e reumatici sogliono dipendere da alcuni tumoretti , che negli articoli , o ne' muscoli soglion risiedere , prodotti ordinariamente da cagione , che disturbando la regolata circolazione degli umori , induce de' ristagni ne' più sottili vasi delle membrane , che circondano i tendini de' muscoli .

Ed essendo proprietà del moto del cavalcare l' accrescere maggior urto ne' fluidi , potrà facilmente espellere fuori del corpo gli umori , che s'essi risiedono in alcun luogo .

X. E poichè questo esercizio è valevole a correggere le depravate qualità degli umori , ed a corroborare i solidi , farà vantaggioso altresì a produrre l' uniformità delle membra ne' Rachitici .

§. II.

Delle Malattie , che attaccano le Facoltà Vitali .

DOpo di aver dedicato un Paragrafo tutto intero alle malattie , che sconvolgono le facoltà animali , egli è d' uopo dedicarne un altro a quelle , che scompigliano le vitali , e che al par delle prime son pertinaci , e frequenti.

I. Incominciando dunque dalle Febbri , è in primo luogo da mentovarsi la febbre lenta , ed intermittente , il fomite della quale suol essere una grand' aridità delle parti solide con gran penuria delle umide , e rugiadosa , aggiuntovi un umor tenue putrefatto , ch' esce in forma di vapore da qualche viscere , e specialmente dal mesenterio , giacchè questo viscere suol essere la sede , così di tal febbre , come di altri non pochi mali (1),

D 2

ficco-

(1) Veggasi Hoffman. *med. ration.* T. I. Sect. II. cap. 13. §. 10.

ficcome tutto di osserviamo .

Provenendo dunque queste febbri da vizio di qualche viscere chilopeotico, sogliono per lo più essere preservative di altri morbi più perniciosi ; ma quando son pertinaci, ed accompagnate da gravi sintomi, il moto del cavalcare farà molto indicato , poichè con questo aumentando l'urto de' solidi , e le secrezioni, si depureranno gli umori , e cacciandosi fuori del corpo tutto ciò, che d'impuro trovasi, si distruggeranno le cagioni fomentatrici. Quindi è, che lo stesso rimedio utile ancora stimar si deve alle febbri Epidemiche, e Pestilenziali, siccome sperimentò il Raze , il quale in una certa influenza di febbri pestilenziali , coloro soltanto vidde sani, e liberi , che spesso frequentarono l'equitazione (1) . Lo stesso favorevole effetto fu sperimentato dal Pringle , il quale credette fermamente , che tal ginnastica nelle armate conservar potesse le truppe in salute (2) .

II.

(1) Mercurial. de Art. Gymn. lib. 3. cap. 15.

(2) Osservazioni sopra le malattie d' Armat. Part. 2. cap. 3. §. 5.

II. Proviene per lo più la Tifi dall'acrimonia degli umori, la quale un' assieme col fangue circolando riempie i vasi di sali acri, e pungenti; e questi poi irritando, e contraendo i solidi, ne accrescono la circolazione; e siccome qualora gli umori si dilatano, e si spandono, con maggior forza il fangue dovrà cacciarsi dentro il destro ventricolo del cuore, e nell'arteria polmonale, indi intromettendosi serpeggerà immediatamente tutt' i vasi, anco minimi de' polmoni; così poi da questi ne traboccherà il fangue, e la marcia, poichè i vasi polmonali non sono capaci di resistere ad un violento moto.

Or dall'essere i polmoni composti di semplici vescichette, proviene, che gli umori stravasati non così facilmente possano tutti cacciarsi fuori per la trachea, e bronchi; laonde si desume, che l'unico scopo per correggere questo male dovrà esser quello, che tende ad accrescere l'elasticità de' solidi, a rendere più facile l'espettorazione, ed a fortificare i polmoni già languidi, e rilassati: dunque il

moto dell' equitazione scuotendo i nostri visceri, li costringerà, o coadjuverà a facilitare il corso agli umori stagnanti, onde molto ben volentieri potranno risolversi, ed espettorarsi le impure materie ne' polmoni (1).

III. Qualora lo stomaco, e gl' intestini ritrovinsi infievoliti, daran ricovero ad impuri fughi, e risvegliare perciò dovranno delle malattie non meno atroci delle altre, specialmente l' affezion Celiaca, la Coléra, e la Lienteria; e perciò si vede bene, che la cura di tali malattie consiste nel corroborare i visceri digerenti.

Il moto, che si fa cavalcando, avendo forza di rendere più elastici i visceri penduli del basso ventre, dee corroborare le intestina, e lo stomaco, e cacciando fuori per l' insensibile traspirazione tutto ciò, che potesse apportar stimolo, farà sicuro

(1) *Sancte assero, quod neque Mercurius in lue venerea, neque cortex Feruvianus in Intermittentibus efficaciores extent, quam in Phthisi curanda exercitium equitationis. Sidenam Dissert. Epist. ad Gul. mot.*

curo rimedio a togliere la sovrabbondanza degli umori (1).

IV. Nel Vomito ancora, nelle lunghe Diarree, e nelle più ostinate Disenterie farà parimente vantaggioso l'esercizio del cavalcare, qualora la principal cagione, che conserva tali sconcerti fosse la languidezza de' visceri, o la disunzione del continuo nell'interna membrana degli intestini, a motivo delle ulcere sparse in diverse parti della concava loro superficie. E poichè non di rado di questi mali la causa irritante si è la traspirazione impedita, o minorata; perciò a promuover questa, non vi è altro più sicuro rimedio, che il cavalcare, siccome in simili circostanze Celso per singolare specifico il commendava (2).

V. Nell' Itterizia parimente, qualora la bile già separata dalla comune massa degli umori non può scaricarsi nella sua

D 4 ve-

(1) *Equitatio magis quam reliquæ omnes exercitationes corpus præservat, stomachum, & sensuum organa, eaque reddit acutiora.* Oribas. Lib. IV. Cap. XXIV.

(2) *Lib. 1. Cap. 2.*

vescichetta, o per debolezza, ed ostruzione de' vasi biliferi, o per la sua soverchia viscosità è costretta a rimettersi nella gran circolazione, di gran vantaggio dovrà essere la ginnastica del cavalcare; la quale coll' accrescere robustezza, ed elasticità ai vasi destinati a ricevere la bile, coadjuverà, acciocchè questa s'introduca ne' vasi dissoppilati, i quali coll' essersi resi elastici, daran campo a quella di passare ai proprj usi.

VI. Se per qualche causa i più mobili umori della massa del sangue sieno dissipati, e rimasti quei, che sono meno pronti allo scorrere, venendo questi portati dalle arterie celiache, e mesenteriche alle viscere del ventre, in breve tempo succederanno delle oppilazioni, dalle quali sono d' ordinario attaccate le glandole del mesenterio, il fegato, e la milza: e quanto più coerente si va rendendo la sostanza arrestata, altrettanto più difficili a sciogliersi dovranno essere le ostruzioni. Qualora poi le suddette derivano da qualche vizio particolare, che gli umori contraggono nel giungere a qualche viscere,

ove

ove viene impedita la sua natural fluidità, e la libera circolazione, col tempo vi si formano de' ristagni di tal natura, che terminano in tumori scirrofi.

In tutti questi casi debbonfi praticar rimedj tali, che possano accrescere ai fluidi la potenza solvente, ed espellere fuori del corpo la materia impura. A tal' uopo giugne opportuno assai l'esercizio del cavalcare, come quello, che immediatamente accelera la circolazione de' fluidi; e comprimendosi col moto i visceri del basso ventre, si viene così a dare in un certo modo ai canali quella contrazione, che loro manca, ed un certo urto agli umori stagnanti, onde si toglieranno con facilità gl'intasamenti: e non potendo questa ginnastica cooperare alla risoluzione de' tumori scirrofi, potrà almeno fare, che s'impediscono gli accrescimenti, e si sciolga quella porzion di umori, ch'è disposta ad altri nuovi arresti. Quindi è, che il Baglivi chiama il cavalcare il rimedio Erculeo di tali mali (1);
e'l

(1) *Frax. Med. Lib. I.*

e 'l Ramazzini rapporta una cura straordinaria di ostruzione scirrofa della milza, seguita nel corso di un mese non con altro specifico, che coll' esercizio del cavalcare (1).

VIII. Allignando nel nostro corpo disposizione tale di fluidi, che a poco a poco conturbano il meccanismo della maggior parte delle funzioni, ne nascono in conseguenza le Cacheffie. E poichè queste accompagnate vengono da debolezza de' solidi, ne risulta che nulla potrà con maggior efficacia giovare, che l' esercizio della equitazione, il quale eccitando ne' stami un certo che di energia, potrà aiutare l' insensibile traspirazione ne' chiusi corpi de' cachettici, e così cacciar fuori tutto quello, ch' è morbofo.

VIII. Allorchè gli umori resi copiosi, e separati dal sangue si extravasano altrove, costituiscono allora quelle malattie, che diconsi Idropisie. In tal morbo vi si ravvisa uno scompiglio di qualche viscere principale, motivo per cui la parte

(1) *De morb. Artif. Cap. XXXIII.*

te sierosa, e linfatica del sangue col separarsi, s'insinuerà in maggior copia ne' vasi linfatici, ed essendo propria natura delle viscosità di rallentare la circolazione, si verranno i solidi ad ingrossare; onde rompendosi i minimi vasi, gli umori, che da questi scapperanno, inonderanno le viscere. Or coll'esercizio del cavalcare scuotendosi gli stami, si verranno molto volentieri a promuovere le secrezioni, e risolvendosi i nodi, si renderà più uniforme la circolazione. Non è meraviglia dunque se il Tralliano grandemente lodasse l'equitazione in questa difficile, ed ostinata infermità (1).

IX. Consistendo lo Scorbuto in un violento sconvolgimento delle funzioni del corpo, prodotto da una corruzione di umori, si guarisce con quei rimedj, che possono accrescere le forze vitali. E quindi per effetto dello scuotimento, che si soffre cavalcando, risolvendosi i tenaci, e viscosi umori, si vengono a togliere le

Ostru-

(1) *Hydropicis conducit motus, qui fit per equum &c. Lib. IX. Cap. III.*

Ostruzioni de' minuti vasi : e così corroborandosi i solidi già infievoliti , si faciliteranno la circolazione , e le secrezioni .

X. Finalmente derivando alcune malattie delle donne , come la Clorosi , la Suppressione de' mesi , il Rilasciamento dell'utero , e lo Scolo bianchiccio da debolezza de' solidi , e da una colluvie di umori impuri , ognun vede bene quanto possa essere vantaggioso il moto del cavalcare in queste malattie ; imperciocchè comprimendosi i visceri , si vedrà accelerare il moto del sangue verso il cuore , si evacueranno gli umori soverchi , e togliendosi la pienezza , e la dilatazion de' vasi , si potrà stabilire la lor naturale energia .

XI. E perchè il pregiudizio attaccato ad alcuna condizion di persone , non permetterebbe un cotale esercizio indifferente ; quindi quelle donne , che iscanzar vorranno una critica male a proposito , lo stesso beneficio ritrovar potranno , usando la macchina del Signor Quelmaz . Ed in vero se in ciascun Monistero di

Mo-

Monache vi stassero pronte all' uopo alcune di quelle macchine , goderebbero perfetta sanità le tante donne ivi racchiuse , e si risparmierebbero tanti salassi , tante purghe , e tante pillole antisteriche .

XII. In oltre derivando la vecchiezza dall' aver perduto i solidi la giusta pieghevolezza , onde perisce in essi quell' elastico tuono , e dall' essere gli umori divenuti crudi , e mancanti della necessaria fluidità , non v' ha chi non conosca , che l' esercizio della equitazione esser debba il più valevole rimedio a prolungar la vita dell' uomo , ed a tener lontani , per quanto sia possibile , i disagi della vecchiezza . (1)

CA-

[1] Veggasi la nostr' Opera de' Bagni Fred-
di *Part. II. Cap. I. pag. 87.*

CAPITOLO SECONDO.

De' d'anni, che può arrecare in alcune occasioni il Cavalcare, e delle Cautele da osservarsi nell' uso di questo Esercizio.

OGni regola, come fuol dirsi, soffre la sua eccezione: le conseguenze hanno un sicuro rapporto alle premesse: e 'l cangiamento de' dati sovverte in guisa talvolta opposta lo scopo di una proposizione. Non diversa è l'indole della materia, che abbiám per le mani; imperciocchè siccome l'esercizio del cavalcare lenisce, e toglie via tanti morbi del corpo umano, considerato in tutte quelle circostanze fin quì recate ad esame; così riesce inutile, o di nocumento qualora sieno diverse, o diametralmente opposte. Ecco l'argomento, che mi son proposto di trattare in quest'ultimo Capo.

I. E primieramente stimasi il cavalcare nocivo ai dolori diuturni articolari, poichè col comprimersi i vasi, ed i fluidi,

di, uopo è che divengano snervati, e cacciandosi fuori il più sottile, le materiali cagioni rese meno atte al giro vieppù s' inarcheranno, onde produrranno nuovi, e più duri tumoretti; quindi è, che i Sciti non per altro zoppi, e contratti erano, che per lo smoderato uso di stare a cavallo, talchè restavano non rade volte impotenti a muovere le cosce (1).

II. Per l' istesso motivo dovrà essere questo esercizio nocivo a co' oro, che soffrono de' dolori Sciatici, e Podagrici (2); che che in contrario detto ne avessero Temisone, Teodoro Prisciano, e Plinio presso il Mercuriale (3).

III. Danno altresì dovrà recare questo esercizio a tutti coloro, che soffrono difficoltà ed ardori di orina, emorroidi, mali de' genitali, ed ernie; perchè ne' mali de' reni essendo lesa o la vescica, o il di lei collo, o l' uretra, colla frega-
gio-

[1] Ippocrat. *de aer. aqu. & loc.* p. 36.

[2] Per questo pensò Celfo essere il cavalcare *ei, cui genua dolent inimicissimum. Lib. IV. Cap. 23.*

[3] *De art. Gym. lib. 1.*

gione, e col calore, che quelle parti è forza che contraggano in cavalcando, il male vieppiù si aggraverebbe. L'istesso dir si dovrà degli Emorroidisti, e degli Erniosi, a causa che in costoro essendo rilasciato il Mesenterio, e le Intestina, col moto del cavalcare si produrrebbero i prollassi: e fregandosi le parti sulla sella, ed essendo malmenate, ben volentieri si potrebbero infiammare (1).

IV. Parimente a' Calcolosi nemmen credo, che possa convenire il nostro esercizio, poichè l'effetto, che da questo si vorrebbe è dubbio, potendo la scossa del cavallo eccitare con forza l'evacuazione del calcolo, onde produrre delle emorragie, e degli atroci dolori; non potendosi alcuno assicurare della natura, e figura del calcolo, se sia levigato, o rotondo, o in sito da potersi imboccare nell'uretere.

V. Quando il moto, che fassi a cavallo, arriva ad alterare il respiro, vien riposto tra gli esercizi violenti. Allora

ra

[1] Quindi scrisse Paolo Egineta, *qui rupturas habent ab equitatione cavendum esse. Lib. 3. Cap. 53.*

ra con gran forza operar debbono quei muscoli, che ci restringono in sella, e con forza maggiore quei, che tengono il tronco dritto, più che nelle altre andature; affinchè il gagliardo moto non isconcerti, ne ponga l'uomo fuori di quell'equilibrio, ch'è necessario per non cadere. In questo moto violento, qualora i dondolamenti son veementi, e a lungo continuati, uopo è che i muscoli non solo delle braccia fortemente agiscano, ma che quei delle cosce ancora, e delle gambe con violenza operino per tenere, ed equilibrare il tronco (1). In questo moto si viene ad urtare con forza, e con celerità nell'aria, la quale non lascia di accrescere i gradi della sua resistenza, in quella proporzione, con cui il moto, che riceve il corpo dalla forza del cavalcare, supera il moto, che far debbe l'aria cedendo.

E

Ne

11) Quindi Ippocrate: *hic ubi sanus fuerit, neque ad ventum celeriter curvat, neque equum, neque currum conscendat. de intern. effect. text. 1.9.*

ne siegue da ciò , che l'aria dee molto comprimere la cute dell' uomo , che con violenza cavalca .

VI. Che il trottare , ed il correre sia un'infelice esercizio non solo a tutte le membra , ma all' interne viscere ancora nimico , ed incomodo lo dimostrarono il Santoro [1] , il Gorter (2) , ed il Cheyne (3) . E quantunque fosse un moto all' intutto passivo , tuttavia però disperde affai e non poco le forze , e tormenta l' intiera nostra macchina più di qualunque altro laborioso esercizio . L' azione del cavalcare accrescendo , come dicemmo , il rapido giro degli umori , il calore in essi altresì si aumenta ; ma facendosi cotesto esercizio velocissimamente , e di molta durata , allora il sangue vieppiù viene ad essere rapidamente mosso , e si dissecca , per la
co-

(1) *De anim. Affect. Aphor.*

(2) *De insensibil. perspirat. ad aphor.*

(3) Saggio sopra la sanità .

copiosa dissipazione delle sue parti acquose; e la resistenza dell'aria applicata ad un corpo, in cui il sangue velocemente corre, accresce le fregagioni, ed un maggior calore eccita, ed induce; donde ne siegue, che la respirazione diverrà assai più breve, e più difficile; e quindi ne nascono i sbocchi sanguigni.

VII. Essendo il cavallo di buone reni; snodato, che con facilità si metta in corsa, e che nel galoppare non alzi le groppe, poca, o niuna scossa ne riceve lo stomaco; poichè le natiche dell'uomo, che cavalca dalla sella non si allontanano, ma fanno un tutto se movente con il cavallo; e perciò i mali effetti del galoppare, e del correre non debbono sempre misurarsi dalla veemenza del moto, ma dalle qualità ancora del cavallo, e dallo stato di chi cavalca; onde per un giovane robusto, che può soffrir fatica, il correre a cavallo esser può salubre, ed all'incontro suole ordinariamente riuscir dannoso per i deboli, e vecchi complessi.

VIII. Lo smisurato correre a cavallo, inducendo in noi un notabile dispendio di umori ne' muscoli, e negli altri corpi nervi, rende queste parti estremamente secche, e aride; ond' esse si stendono, e caggiono in convulsioni: e venendo la figura sferica, o annulare del sangue alterata da forte impressione della scossa del cavallo, ne segue, che le parti acquose del sangue si toccano in maggior numero de' punti loro, e formano nuovi stimoli, che maggiormente aumentano gli spasmi. Ne vidi un esempio in un giovane, che si esercitava nella cavalleria, il quale, ogni volta che veniva obbligato di correre a cavallo, subito era afflittito da fiere convulsioni, e non ne guariva, se non dopo del salaffo.

IX. Sono le arterie nostre in uno stato di violenza, ogni volta che vengono più del naturale distese: non è dunque stupore, se col mezzo dell' elasticità, e della forza muscolare delle lor fibre cercano le loro pareti di approssimarsi di nuo-

vo agli assi loro , e che reagiscano sopra del sangue , che le fa estendere . Quindi è , che quanto più grande è l' azione indotta dall' equitazione , più si aumentano gli sforzi , che le arterie fanno per contraersi , e che contratte debbono reagire su del sangue così spesso , come più frequentemente il cuore si restringe : molto volentieri perciò le piccole arterie in modo si distendono per la violenta corsa a cavallo , che delle volte si rompono in emorragie .

X. Confessano tutti , che l' evacuazione emorroidale viene dalla difficoltà , che ha il sangue di circolare nelle vene del basso ventre : il violento moto a cavallo accrescendo il giro del sangue , l' obbliga a portarsi in troppa quantità , ove trova minor resistenza ; onde l' estremità de' vasi , che mettono capo nell' intestino retto , soffrir debbono una rottura , per la distensione cagionatavi dal sangue (1).

E 3

XI.

(1) *Omnis agitatio exulcerat* , diceva Celso *lib. IV. Cap. XV.*

XI. L' esercizio violento a cavallo è nocivo ai vecchi decrepiti , perchè scuotendo eccessivamente i loro visceri , può volentieri cagionare de' notabili disturbi per lo rilassamento, e per l' eccessiva languidezza del moto peristaltico del loro stomaco; dal che ne possono nascere l' ansietà negl' ipocondrij, e li dolori di ventre, accompagnati da tenesimo . Si guarderà parimente di non prescriversi questo esercizio a quelli , che sono appena fortiti da un morbo violento , perchè inducendo moto avanzato ne' loro umori, prender potrebbero delle qualità distruttive, e contribuire alla produzione di nuove malattie.

XII. Nè ordinar si deve l' esercizio del moto a cavallo a quelli , che sono travagliati da male acuto; non che neppure a quelle donne , che sono gravide ; imperocchè l' esperienza cotidiana ne insegna , che basta una picciola scossa per fare abortire una donna . Non debbono neppur cavalcare coloro , che hanno perduta una gran quantità di sangue ; perchè

chè conciliandosi foverchia forza ne' loro solidi, ed accelerandosi la circolazione del fangue, potrebbesi facilmente aprire qualche vaso, con produrre nuovamente dello scolo di fangue.

XIII. L' esercizio a cavallo dee essere assai moderato per quelli, la di cui abitudine del corpo è spongiosa e porosa, e li di cui vasi son deboli molto e numerosi; poichè può darsi, che una gran quantità d' umori fissi sia annidata ne' visceri, dove sono in gran numero li vasi sanguigni, siccome nel fegato, nella milza, ne' reni; sicchè sieno questi vasi ripieni di foverchio, ed ostrutti nelle persone d' una costituzione, come la quì descritta: è allora evidente, che l' eccessivo moto a cavallo non potendo, se non ingrandire la distensione, e l' ingorgamento, deve necessariamente produrre qualche notevole lesione.

XIV. Non sò perciò comprendere senza stupirmi, perchè l' uso del cavalcare per la cura delle malattie, debba essere in ta-

le trascuranza, che pochi lo adoprano. Se si consideri in quanta voga, ed in qual grado sia stato presso gli Antichi, e quanto siasi speso dai medesimi per renderlo delizioso, e comodo, siccome abbiain dimostrato, non si esiterà a conchiudere, che questo esercizio usato con prudenza può giovar moltissimo in molti mali. Ed acciocchè produca tutti li buoni effetti da esso desiderabili, è necessario distinguere i complessi degli uomini, ne' quali è poco utile, da quei, ne' quali è giovevole, variando la sua forza, ed azione secondo lo stato diverso, e mutabile de' nostri fluidi, e 'l tessuto particolare de' solidi. Convien dunque variarlo secondo le circostanze, e sospenderlo, quando bastantemente s'è adoprato; poichè la natura si abitua talmente alla lunga continuazione di un rimedio, che cessa sovente di produrre lo stesso effetto.

XV. E poichè il sostanziale dell' arte Medica consiste di prendere il tempo, in cui il medicamento può operare, e di at-

ten-

tendere all' alleviamento dell' infermo, stà perciò bene talvolta accrescere, o minorare l' uso del cavalcare, affinchè produr possa degli effetti, che si desiderano. Così coloro, che soffrono a cagion del moto a cavallo de' vomiti, e de' dolori di viscere, non debbono mai cavalcare con lo stomaco digiuno; e conviene ancora, che si cingano i visceri con fascia, affinchè non molto si distendano.

XVI. L' uso dell' equitazione è salutare, quando non abbatte gli spiriti, e le forze; perocchè quest' esercizio, essendo della natura degl' incisivi, se altro non distacca, che gli umori viziosi, non può produrre niun' effetto nocivo, ma evacuandoli, diverrà necessariamente giovevole: che se all' opposto con de' vomiti, e capogiri distrugge i sughi nutritizj, e scompone l' economia animale, non può, che nuocere sommamente.

XVII. Si son fin quì esaminati gli effetti del moto del cavalcare, e si può conchiudere, che l' uso di questo esercizio

zio

zio pare, che competa piuttosto a quei, che sono d'un temperamento flemmatico, che alle persone magre, ed estenuate, e il di cui sangue circola troppo presto. Quindi nascono tutte le malattie, che hanno per causa la troppa grande attenuazione degli umori per l'introduzione de' sali muriatici. Si vede dunque la ragione, che fece dire al Boerave, che l'uso cattivo dell'equitazione dispone il corpo umano alla consunzione. Ragguglia Boecler, che molti son caduti in consunzione per l'abuso del moto a cavallo. Di più dice di aver conosciuto un giovane assai magro, il quale per essersi senza condotta abusato del cavalcare, fu preso un giorno da una vertigine, da cui non ne restò libero, che dopo molto tempo; imperocchè la proprietà, che ha questo esercizio di stimolar le fibre, e di sciogliere gli umori, dà occasione di conchiudere, che sia nocivo, quando è troppo forte, e lungamente continuato, alle persone special-

cialmente afsai pletoriche , e a quelle altre sì, che hanno troppa sottigliezza di sangue .

XVIII. Tali ragionamenti credo , che dovrebbero esser sufficientissimi ad illuminare taluni , i quali poco uso facendo della ragione , e delle altre facultà dell' animo loro , prescrivono l' uso del cavalcare in alcuni casi , sol perchè così appresero da altri di dover fare in simili circostanze . Costoro d' ordinario non medicano qualunque anche picciol male , senza un miscuglio di rimedj farmaceutici; mentre dicono , e forse credono , che sia un accidente , o un impossibile la guarigione di una malattia , se si medichi con semplicità .

XIX. Resta in ultimo luogo, che dividiamo tutte quelle cautele , le quali sono piucchè necessarie a saperli , affinchè questa ginnastica riesca di profitto . E in primo luogo egli è consentaneo alla prudenza umana , che usar convenga un cavallo docile per natura , e ben adatto , e ben istruito nel suo mestiere ; giacchè per
tutti

tutt' altro mi rimetto alla industria de' Cavalieri , ed agl' intendenti dell' arte . Avvertendo soltanto a' mal fani , che questa ginnastica dovrà essere nel principio lenta e moderata , altrimenti cagionerebbe infiniti sconcerti .

XX. Secondo poi la tempra degli uomini , così prescrivere si dovrà la continuazione di questo esercizio ; poichè a taluni converrà , che sia moderato , ad altri concussivo . Vero si è però , che il galoppare dovressi per lo più stimare per cosa , se non nociva direttamente , almeno di qualche detrimento ; imperciocchè dovendo la nostra macchina affaticarsi di molto per superare la resistenza dell' aria , sperimenterà poscia del languore , onde impedendosi la respirazione , ne susseguiranno infiniti altri incomodi .

XXI. Le ore più comode , ed opportune stimarsi debbono quelle della mattina a stomaco digiuno , giacchè si ha questo esercizio per nocivo dopo del cibo , a causa che richiamandosi alla superficie del corpo gli umori , si viene a conturbar
la

la concozion degli alimenti : e spingendosi con violenza nel sangue i fughì ancora indigesti , e crudi , s' incorrerebbe in molti malori . Gl' Ipocondriaci però , ed i Biliosi , come altresì le Isteriche , non potendo tollerare il digiuno , non farà mal fatto , se pria che montino a cavallo , prendano qualche parca porzion di cibo .

XXII. E' necessario ancora , che le persone , che soggiacciono a debolezze , ed ai flati ventrali , volendo cavalcare , si cingano il ventre con una fascia , altrimenti in vece di aver dell' utile per questo esercizio , ne riporterebbero molto volentieri dell' ernie intestinali .

XXIII. Nell' estate , seguendo una copiosa esalazione della terra , convenevole farà , che s' intraprenda il cavalcare nelle ore più fresche della mattina , oppure ne' luoghi ombrosi , riparati dai cocenti raggi solari . Nell' inverno poi volendo ripararsi dal freddo , si cavalcherà nelle ore più calde : avvertendosi però , che tale esercizio dovrà farsi allora quando l' aria sia temperata .

XXIV.

XXIV. O si faccia questo esercizio per conservarsi in salute, o per liberarsi da qualche malattia, si avverta a non cavalcar giammai per i luoghi, ove l'atmosfera fosse contaminata da vapori infetti; nè ancora nelle Città, ove l'aria non è così pura, come quella della campagna, la cui amenità sola, se non altro, potrà rendere lo spirito più allegro, e 'l corpo più sano.

XXV. Terminato l'esercizio, uopo è che il Cavaliere non si esponga immediatamente all'ambiente; ma convien che si ritiri per alquanto in qualche stanza, acciocchè il traspirabile si faccia uguale: ed essendo affalito dalla sete, opportuno farà di prendere, in vece di qualche fredda bevanda, un decottino di Tè, per dar più agio, affinchè aumentandosi il giro degli umori, con più di libertà cacciar si possano le impurità per la pelle.

XXVI. In oltre è da sapersi, che l'ardente brama a tutti familiare di veder-ci con prontezza liberati da tutto ciò, che ci molesta, pare che sia quella, la quale inganna la maggior parte degl'infer-

fermi, facendo loro credere inutile quel medicamento, di cui non sperimentano con sollecitudine il salutare effetto; quindi è, che a taluni venuto in tedio il cavalcare a capo di pochi giorni, o lo trascurano, o lo tralasciano senza averne sollievo alcuno, la qual mancanza attribuir si dovrà non all'inefficacia del rimedio, ma all'incoerenza del malato.

XXVI. Intanto ci lusinghiamo di aver noi bastantemente provato, e con ragioni, e con fatti, che questo salubre esercizio sia più valevole di ogni altro invano ricercato medicamento, non solo a prolungare, se sia possibile, la vita dell'uomo, ma a tenerlo altresì lontano dai morbi, e da una fastidiosa vecchiezza.

XXVII. Pria di abbandonar la penna siaci permesso di avvisare, che cotesto rimedio dovrebbe esser tenuto a cuore; poichè non ricercando la mano de' Medici nell'amministrarsi, toglie loro ogni profitto, ed in conseguenza non può supporfi mala fede in colui, dal quale è stato promosso. Protestiamo finalmente, che
le

le tante riserve, prescritte per tale esercizio, sono dirette da un Medico alla cura di un infermo: non intendendosi di derogar punto al piacere, alla vivacità, ed alla destrezza de' giovani Cavalieri, che per vaghezza, e per esercitare la propria robustezza usar possono cotale esercizio, come, e quanto meglio loro aggrada.



S A G G I O

S U G L I E F F E T T I

D E L M O T O

D E L L A B A R C A

Nel corpo umano

D E L D O T T O R

F I L I P P O B A L D I N I

ACCADEMICO DELL'ISTITUTO DELLE SCIENZE
DI BOLOGNA, SOCIO CORRISPONDENTE
DELLE DUE REALI ACCADEMIE DI
FIRENZE DE' GEORGOFIDI, E DE'
FISICO-BOTTANICI, E DELLE
SCIENZE DI SIENA.

*

I N N A P O L I

P R E S S O I F R A T E L L I R A I M O N D I

C O N L I C E N Z A D E ' S U P E R I O R I .

*Cymbæ. O lecticæ motus, si diu duret,
saluberrimus; tunc solum ad debitam perspi-
rationem mirifice disponit. Sanct. de exercit.
& quiet. 29.*

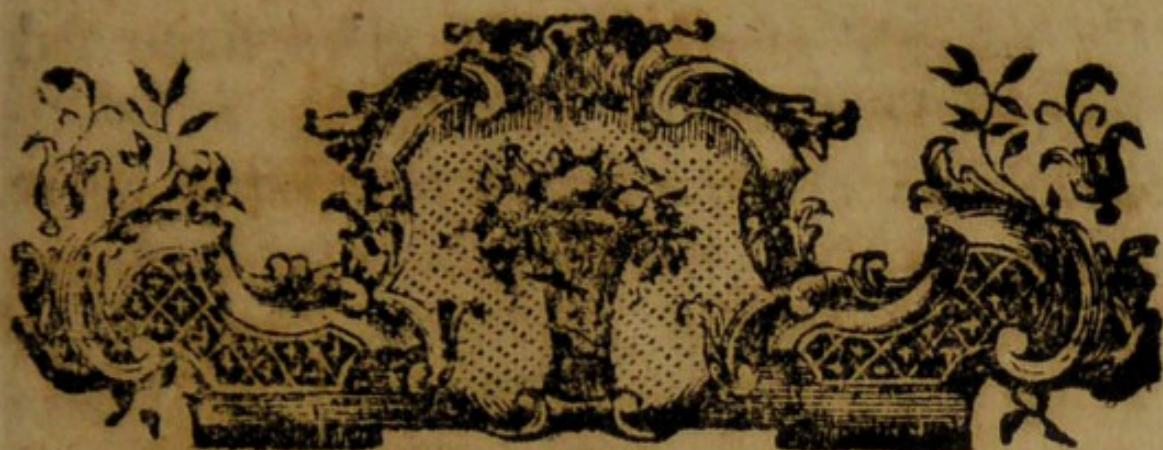


PREFAZIONE

IL desiderio, che io nutro di essere utile al pubblico, nella scelta degli argomenti, che imprendo a trattare, mi spinge a pubblicare colle stampe questo Saggio, in cui ho esaminati i vantaggi, che provengono dal moto della Barca, per prevenire, e curare parecchie malattie del corpo umano. Egli è questo, se mal non giudico, un argomento molto utile, ed anche necessario, e niente meno importante degli altri, che ho procurato d'illustrare nelle antecedenti Operette, che ho date in luce.

Nell'esame, che ho fatto del soggetto presente, mi sono industriato al possibile di tener quel buon ordine, che nelle ricerche mediche è precisamente necessario: e mi son contentato di esporre il vero con termini usati, e con quella semplicità, che ho saputo prescrivermi tra le mediche mie occupazioni, dalle quali vengo distratto.

Per procedere con chiarezza, e con diligenza equivalente all'argomento, convenevole mi è sembrato di dividere questo Saggio in due Parti. Nella prima si esaminano gli effetti, che provengono dalla voga della Barca, e dall'esalazione degli alici marini. Nella seconda si ricercano tutti quei mali Cronici, ne quali possa giovare l'esercizio della Barca: e si addita finalmente in quali circostanze uopo è astenersene, come da cosa, che possa essere di nocumento.



PARTE PRIMA

CAPITOLO PRIMO

*De' Vantaggi della Voga della Barca
nel corpo umano.*

I.



RA i corporali eser-
cizj , onde il corpo
nostro maggiormente
fano si conserva , e si
libera non di rado da
malattie , quello , co-
me altrove ho detto , stimasi più efficace,
e fra tutti il più utile , che fassi con minor
disturbo , e con minor dispendio di forze ; le

F 3

qua-

quali ne ricavino anzi ristoro, e sollievo. Or tra gli esercizi, che risvegliano dal letargo le nostre forze vitali, e le richiamano alle lor funzioni, senza essere come in altri furiosamente conquassate, annoverare senza dubbio si deve l'uso della Barca. Non intendo però di parlare dell'esporsi in qualunque sia naviglio all'aperto mare, e molto meno delle navigazioni lunghe, e lontane, ma soltanto dell'andare in Barchette a remi per sollazzo, che è quello, che ora ad esaminare imprendo, e che dimostrerò salutarevole e commendabilissimo per tutt'i versi. Ed affinchè veggasi essere la cosa come la dico, sia di mestieri considerare, che l'andare in Barca è un moto, che benchè rassembri all'intutto passivo, tuttavolta però facilmente si comprende, che comunica dell'urto, e dell'impressione nel corpo nostro, per cui le forze vitali, animali, e naturali si aumentano vieppiù, e vengono ad esser d'ostacolo alla produzione de' morbi.

II. Il nostro corpo, qualora nella Barca è condotto, riceve un moto sempre vario, irregolare, e inconstante, per il
che

che gli umori in effo contenuti ondeggiar debbono, e agitarfi . Nell' atto del vogare la Barca si affretta, e riceve un impeto, che tosto rimette; ma appena che qualche grado di rimessione ha acquistato, nuovamente la voga replicata la incalza; e cotesta irregolare agitazione produce in noi varie mutazioni e cambiamenti ne' solidi, e ne' fluidi. Tutti gli uomini adunque, che spesso frequentano l' uso della Barca, ben si avveggono per loro stessi, che nell' atto, che riceve la Barca l' impeto dalla mossa dei remi, che fa il barcajuolo, manifestamente sentono farsi in essi due opposti moti non volontarj, cioè uno dalla cintura in giù, con cui a seconda dell' impeto dalla Barca sembra di andare avanti; e l'altro dalla cintura in su, con cui sembra, che si dia in dietro, o in banda: e cotesti moti, benchè non tanto gagliardi, fanno nulladimeno tanta impressione, che concorrono a produrre de' cambiamenti incredibili.

III. Chiunque è appieno informato della economia animale dell' uomo, ben vede, che il moto, allorchè noi stiamo in Barca, succeder non puote, senza che

prima i lombi nostri si distendano, e che questa distensione non può farsi, senza che agl' insigni vasi, sopra dei lombi stessi appoggiati, qualche impressione, e picciolo urto non si porti. La vena cava adunque, venendo leggiermente urtata e compressa, costringerà il sangue, ch'ella contiene, affinchè con più di velocità al cuore percorra: ed essendo altresì l'aorta sforzata e premuta, il sangue ivi racchiuso farà con più di velocità mosso, e quindi si accrescerà il rapido suo giro. Ecco dunque dall'impressione della voga aumentata la velocità del sangue non solo arterioso, ma del venoso altresì. Imperocchè se pria dell'urto della Barca la velocità del sangue venoso era minore, e quella dell'arterioso ancora, dopo dell'urto anderà esso sangue per la vena cava al cuore con una velocità maggiore, e per le arterie percorrerà all'estremità del corpo con una velocità anche maggiore; e quindi non solamente farà accresciuta la circolazione de' liquori tutti, ma farà ben anche in tutt' i vasi egualmente aumentata, per cui gli umori poi non abbandoneranno affatto il lor composto, e non incorreranno in quel di-

fetto, dove volentieri caderebbero in alcune circostanze, se non fossero dall' urto della Barca ajutati.

IV. Finchè sussiste quest' equilibrio, fassi un cangiamento grandissimo, ed una pronta assimilazione degli alimenti nella nostra propria sostanza. Acquista il sangue un gran nutrimento, e nessun danno ne soffre l'economia animale, anzi il corpo effettivamente fortificasi. Questo aumento reciproco di resistenze, a cui si dà luogo, e ne' canali, che portano il sangue ad ogni estremo della macchina, ed in quelli, che lo ripigliano per ricondurlo al cuore, produce necessariamente più azione, e più sforzo dalla parte altresì di questa potenza motrice, per superarlo. Ne siegue quindi, che tutti coloro, che frequentemente usano la Barca, debbano avere un vigore più grande, e una salute più forte. Meraviglia perciò non fia, se vediamo i marinari stessi essere per lo più di sanità stabile, e di gran vigore, i quali dì e notte, per procacciare il vitto a se stessi, e alla lor famiglia, son costretti ad andar dietro ad una faticosissima occupazion nel remigare.

gare. Essi non badano ad intemperie d'aria, mangiano con un gusto vorace, e digeriscono perfettamente i cibi più grossolani: laddove gli altri, che vivono nell'ozio, tosto risentono il menomo cangiamento dell'aria, che gli circonda, e possono appena a forza di cibi saporiti, e pieni di false, tutte invenzioni della ghiottoneria, e non già dell'appetito, eccitare il languente loro stomaco.

V. S' intende perciò come avvenga, che i corpi di tutti coloro, che frequentano l'uso della Barca, sieno più nutriti, più vegeti, e la dimensione in ogni lor parte maggiore; onde se ne può dedurre, che il lor tuono ancora sarà più durevole, che la circolazione avrà sempre nuovo gagliardo impulso per mantenersi, che per un tempo più grande si continuerà a supplire ai bisogni della macchina, per quanto grandi sieno le sue perdite, in somma che la vita di tali uomini sarà più lunga. Con ragione adunque diceva Plinio, che gli uomini, che vivevano in mezzo mare nell'isole, e che volentieri usavano la Barca, passava-

va-

vano i cento anni di vita sanissimi (1).
E noi sappiamo, che gl' Ingleſi, i quali
frequentemente ſi fervono della Barca, ſie-
no, almeno parecchi fra eſſi, arrivati ad
un' età molto avanzata.

VI. Non è coſa meno naturale, che
l' uſo della Barca, corroborando i corpi
umani, produce ancora una maggio-
re attenuazione degli umori, ed una
ſecrezione più abbondante del fluido ner-
veo. Ed ecco perchè tali corpi hanno
più diſpoſizione al moto muſcolare, e tro-
vano i loro piaceri in tutto quello, che
mette in moto i ſpiriti animali. I mari
ſono continuamente frequentati da gente
di tal tempra, che reſa quaſi impazien-
te di ſtar ferma ed ozioſa nella ſua pa-
tria, l' abbandona con piacere, per intra-
prendere viaggi diſaſtroſiſſimi e lunghi.
Come appunto ſono gl' Ingleſi, gli O-
landeſi, i Svedeſi, i Veneziani, i Fran-
ceſi, i Genoveſi, ed altri innumerabili,
alla coſtanza de' quali iſtancabile dob-
biamo la maggior parte delle ſcoperte
in

(1) *Hiſtor. natural. Lib. IV.*

in quasi tutte le scienze, e le arti, che le sono andate a cercare con animo risoluto nel mezzo di mille azzardi, e di mille incomodità.

VII. Per queste istesse ragioni, non è in verun modo sorprendente, che le Nazioni, che vivono in mezzo mare, e che frequentano le Barche, amino sopra modo la guerra: e non ci recherà meraviglia se le ammiriamo dotate d'un coraggio inarrivabile, superiore a quello di qualunque altra, e capaci di mantenerlo sempre libero, ed indipendente. Chi non fa che i Popoli, che abitavano le riviere del Danubio, e del Reno, in tempo della potenza Romana, non ostante che viveffero allora senza legge, con il solo buon senso, unito alla robustezza del corpo, pure si conservarono sempre con ammirabile costanza contro una potenza sì terribile?

VIII. E che questo maggior vigore e robustezza dipenda ancora dall'aria ambiente, di cui attraverso si passa allorchè si va in Barca, non v'ha alcun dubbio: imperocchè dall'azione di un'aria

variante respirata , e premente la superficie del corpo , ne debbono ancora derivare quelle continue contrazioni , ed oscillazioni de' solidi , che influiscono a rendere i corpi equilibrati . Per questi stessi motivi i spiriti animali altresì si mantengono in una somma vivacità ; e la costante elasticità dell'aria , che nello stomaco introducefi , tritura con facilità gli alimenti più duri . Questa dunque è la ragione , per cui le carni de' quadrupedi , e quelle de' pesci salate , o indurite al fumo , o al sole , sono i quotidiani alimenti , di cui i naviganti si cibano più volentieri , e che ne sopportano più agevolmente la quantità esorbitante . Quindi ancora s'intende perchè i Veneziani , specialmente i Nobili , benchè menino una vita sedentaria , pure giungono non di raro ad essere ben vecchi , e robusti , e valevoli ancora ad esercitare il lor forte , e vigoroso temperamento . Tutto è per l' esercizio delle gondole , ch'essi usano frequentemente . La Barca adunque supplisce a qualunque altro esercizio , ed il moto da quella , in chi spesso l' usa , im-

pres-

presso, nella necessaria liquidità tutt' i fuggi, ed il sangue mantiene, e dalle materie superflue lo libera, e lo purga.

IX. Si domanderà forse da taluni, se sia meglio usar l' esercizio della Barchetta nell'acqua falsa del mare, o nell'acqua dolce dei fiumi: rispondo, che poco meno, poco più, purchè non vi sia acqua stagnante e palustre, sia ugualmente sano l' andare in Barca per fiume, che per mare. Ed è falso quelche si pretende da non pochi, che l' andare in Barca per mare sia dannoso per gli spiriti acidi marini; imperocchè l' aria del mare da tutte le più colte Nazioni si è stimata la più pura, e la più benefica per l' umana salute (1): anzi i venti marini in qualità sono più puri di quelli di terra (2): e perciò gl' Isolani rispetto agli abitanti dentro terra, vivono più lungamente; poichè vicino al mare ciò, ch' è sottile, e tenace viene ogni giorno dal calor del sole

(1) *Mare facit aerem tenuitate, & puritate commodum.* Plutarch. Sympos. IV. quæst. IV.

[2] Ebbe a dire il grande Ippocrate: *Maritimus locus ad sanitatem saluberrimus.* Præc. v. 139.

sole esaltato, rimanendo quello soltanto, ch'è di terrestre, e limacciofo (1). L'Isola di S. Giorgio nelle Bermude era stimata da tutt' il Mondo per la sua aria marina talmente buona, che vi si mandavano gli ammalati d' Europa per ristabilirvifi .

X. Non pochi di quei , che le prime volte usano la Barca , risentono qualche conturbazione di stomaco, vomite, e capogiro . Ciò malamente da taluni si attribuisce all' insolito odor marino, poichè se questo fosse vero, standosi sulla riva l'istesso effetto succeder dovrebbe; ma si dee piuttosto attribuire al movimento della Barca: imperocchè il nostro corpo qualora dalla Barca vien dimosso, riceve una sempre variata, irregolare, ed incostante agitazione, per cui gli umori contenuti in esso ondeggiar debbono, e agitarfi . In chi ad un tale sconvolgimento non è accostumato, la turbazione dello stomaco, il vomito, e il ca-

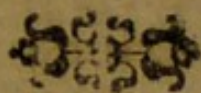
[1] *Neque apponat quisquam, eos debere esse propter salsuginem maris crassiores; natura enim terrestris salis non surgit in vaporibus. Verulamd. Vent. Cap. 229. num. 10.*

capogiro dee nascere , specialmente nelle donne , e ne' fanciulli , e molto più se nello stomaco fiavi materia atta ad ondeggiare . Quando poi la persona è affuefatta , nè la testa , nè il ventricolo patiscono , ma risentono volentieri i buoni effetti del variato , ed irregolare movimento nel sangue introdotto .

XI. Finalmente è da saperfi , che la gestazione in un Battello , fatta vicino la terra , e in tempo di calma , farà salutare per gli uomini deboli , ed infievoliti , come altresì per le donne . Questa gestazione provoca , come dicemmo , il vomito nel principio , ma indi a non molto vi si va affuefacendo , e se ne conosce l' utilità . La navigazione poi in alto mare è violenta , e può portare de' cangiamenti considerabili nell' abitudine del corpo : e questo accade massimamente , se lo spirito è tra il timore , e la speranza ; se il vascello risuona d' allegrezza , o se la presenza del pericolo getta l' equipaggio in una gran disperazione . Questi violenti turbamenti dello spirito son capaci di dissipar delle malattie , e di guarirle radicalmente ; ma
non

non è bene farne correr rischio a tutti quei, che son deboli, a' quali un'agitazione troppo violenta farebbe senz'altro pregiudiziale.

XII. L' uso, dunque della Barca è un composto di agitazione, e di riposo; ed è al pari di qualsivisia altro più valevole mezzo, assai proprio a fortificare il corpo, e la salute degli uomini; e con ragione dagli Antichi fu tenuto per uno de' migliori esercizi, come quello che farsi colle forze altrui, e senza dispendio delle proprie (1).



G CA-

(1) Quindi Platone. *In quo - - - - - significant corporibus omnibus motum, agitationemque non laboriosam prodesse, sive a se ipsis, sive in vehiculo, sive navi, sive aquis, sive quomodocumque aliter moveantur. De Legib. Lib. VII.*

CAPITOLO SECONDO

Degli effetti provenienti dall' esercizio della Barca per l' esalazioni marine.

I. **E**Saminati gli effetti del moto della Barca nel corpo nostro, egli è d' uopo passare a conoscere quei, che provengono dall' esalazioni dell' acqua marina. Io quì non voglio esporre gli effetti mirabili dell' acqua marina, nè dimostrare il di lei valore nel prevenire, e guarire le infermità della nostra macchina, avendone già altrove parlato (1). Mi basta solo per il presente argomento di mettere in veduta l' azione degli aliti marini sul corpo umano, allorchè si stà in Barca. Volendo dunque ciò dimostrare, fa di mestieri ammettere per certo prima d' ogni altro, che la circolazione de' fluidi ben regolata in tutt' i vasi, che sono sparsi nel nostro corpo, sia l' unico fondamento, che lo conserva, e lo difende dalla corruzione. Ne siegue quindi, che tutto quello, che
con-

(1) Veggasi il nostro Saggio de' Bagni marini.

conserva la fluidità del sangue , è il più conveniente , e necessario alla vita . Il seccarsi che fa il sangue , dimostra che in se contiene delle parti solide , di natura o solfuree , o viscoso , che non di rado si corrompono , e producono de' notabili sconcerti in certe parti , o in tutta l'intera macchina .

II. Egli è certo poi , che gli aliti marini penetrano nel nostro corpo , e si confondono col sangue ; poichè le particelle componenti cotesti aliti sono più picciole di quelle dell'aria , giacchè fanno talvolta introdursi dove le aeree non possono penetrare . Gli aliti s'insinuano nelle pelli degli animali , benchè secche , e convertite in cuoj . Ma affinchè seguano de' vantaggiosi effetti , si ha da supporre un certo grado d'elasticità nelle nostre fibre , altrimenti introdotti nel nostro corpo gli aliti marini raffredderebbero soltanto i nostri umori , senza aumentare la forza de' solidi , la quale è necessaria all'attenuazione di essi umori .

III. I vapori dell'acqua marina innalzati nell'aria , mediante il calor del sole ,

fi attenuano col moto , e col calore , e per le vie ordinarie penetrano nel corpo, allorchè stiamo in Barca. Cotefti vapori agifcono allora con forza su de' noftri vifceri, ed aumentano fempre più la loro facoltà espulfiva in tal modo, che fi viene a comunicare energia a tutte le parti . Che quefto effetto dall' efalazione dell' acqua marina debba produrfi, lo dimoftrano a bafianza i marinari ftelfi , i quali quando fudano , tramandano dalla lor pelle un alito fimiliffimo all' odore dell' acqua marina . Nè fi può mettere in dubbio , che da' falii marini nel corpo introdotti , poichè quefti hanno il valore di animare le forze , e di coadjuvare le animali funzioni , ne debba nafcere nell' individuo di quelli, che frequentano l' efercizio della Barca , un numero infinito di effetti, che troppo lungo farebbe il rammentare . Per quefto fi può dire in generale, che il temperamento de' marinari è molto robusto , l' azion vitale più vigorofa , ed il corpo più nerboruto di qualfivoglia altra gente .

IV. Per effere i falii marini , qualora

loro sono introdotti nella nostra macchina, risolventi, ed attenuanti, debbono molto volentieri ajutare la nutrizione; facendo sì, che l'incremento dell'intera macchina sia proporzionato, e costante. Qual meraviglia dunque sia, se vediamo anche i Nobili, e i Signori, che spesso montano sulla Barca, godere più robustezza, il che gli fa vivere in una somma ilarità? Questo spirito giocondo arriva in alcuni a tal segno, che credono che la felicità consista nell'andar per mare continuamente. Io non voglio adesso asserire ciò, che dicono degl'Inglese, degli Olandesi, e de' Veneziani, cioè che se la maggior parte di essi godono robustezza, e che sono meno degli altri popoli ai morbi soggetti, ciò nasca perchè i loro corpi sono continuamente imbevuti d'aliti marini, mercè de' quali il lor sangue circola egualmente, e l'escreszioni si fanno regolarmente.

V. Nè minor forza di quella, che ricevono dall'efalazioni de' sali marini i solidi del corpo umano, riceveranno ancora gli umori. Il sal marino è attissimo a sciogliere le concrezioni, che si

fanno alle volte ne' nostri umori . Egli è quello , che ha l' attività di dividere, e attenuare perfettamente le parti eterogenee del sangue , e così ne impedisce la mutua adesione e conglutinazione . Il sal marino è pur quello, che scioglie quanto d' inutile vi trova e viscoso , e che s' imbeve di varie sorti di sali, e fuori del corpo le caccia per le vie convenienti . Dal che si vede, che la mancanza dell' esalazioni marine in certe Nazioni, per essere lontanissime dal mare , è il più delle volte la sorgente di mille infermità .

VI. L' esalazioni marine sono altresì vevoli a risvegliare in noi l' appetito : in fatti il sal marino è il più atto sciogliente degli alimenti, il più idoneo a destarne le parti chilose , e il più potente a far entrare, e condurre il fugo nutritizio ne' pori interni delle parti . Desso è il deterfivo per le mucosità viscosose e tenaci, che coprono le pareti glandolose dello stomaco , e del duodeno, dando così della facilità a' fughii dissolventi a poter mescolarsi in maggior copia con gli

gli alimenti, e ridurli in buon chilo. Adunque chi va per mare, quanto più riceve esalazioni d'acqua marina, altrettanto più vantaggio ritrarrà dall'esercizio della Barca.

VII. Mi resta finalmente a dimostrare, che l'uso della Barca conviene ad ogni costituzione di uomini, e ad ogni temperamento. Primieramente nelli soggetti sanguigni, i cui vasi si arrendono, e volentieri s'ingrandiscono, l'uso della Barca, per il moto ch' eccita, e per l'esalazioni marine, dee avvalorare in essi il giro degli umori, e così si anderanno a prevenire molti sconcerti, che sogliono derivare dalla lenta, e difficultosa circolazione. In quanto agli uomini biliosi, ne quali l'economia animale è continuamente irritata e sconvolta, l'esercizio della Barca, per le continue marine esalazioni, tempera il lor calore eccessivo, e rendendo la traspirazione più libera, fa sortir le parti irritanti per i meati escretorj della pelle, che sono allora aperti. Cotesto esercizio parimente riuscir profittevole dovrà a' melancolici, stemperando.

ne , a cagion del moto irregolare , che eccita la voga della Barca , il sangue fifico , e ne scioglie quindi le viscosità .

VIII. Cotesto esercizio conviene altresì in tutte l'età degli uomini . Si sà per la cotidiana sperienza , che a' giovani assai convengono i rimedj stemperanti , per la quantità abbondante del lor fugo nutritizio , da cui ne vengono molti mali . Ne siegue da ciò , che l'uso della Barca non è per essi men utile , poichè affottiglia gli umori , e ajuta le secrezioni . Nè l'istesso esercizio perde di sua virtù nel conservare la sanità nell'età virile , ch'è soggettissima a' mali infiammatorj , e ai moti repentini . E nella vecchiezza finalmente l'uso della Barca è di un buonissimo e prestantissimo giovamento in ogni tempo .

IX. Fatte queste riflessioni , mi par sempre più che si possa assicurare , che qualche m'ho preso l'incarico di sostenere , sia divenuto presentemente una verità incontrastabile ; come potrà meglio giudicare chiunque faccia riflessione alle Nazioni , che abitano in luoghi marini . Ho già di-

mo-

mostrato, che gli aliti del fal marino son quelli, che introdotti nel nostro corpo, ne variano i moti, e possono volentieri disporre quelli dell'animo ad alcune abituali disposizioni. I Fenicj, ed i Cartaginesi erano una volta debolissimi, infingardi, ed oziosi, ma le guerre, che furono obbligati a sostenere per mare, contro alcuni loro vicini inquieti, gli resero meno oziosi, ed ispirarono loro più coraggio.

IX. Qual Nazione è stata più oziosa della Russa? Eppure dopo che incominciò a navigare, ajutata dalle istruzioni, che da' suoi Principi le furono somministrate, s'è resa oggi il terrore de' popoli. Gl'Inglese, gli Olandesi, i Svedesi, i Francesi, i Scozzesi, ed altri umili una volta popoli infingardi e deboli, per il continuo uso della navigazione, ch'essi fanno, hanno estirpata quella naturale lor costituzione, ed oggi sono comunemente vigorosi, vermigli, e di buonissimo aspetto. Ma che cosa mai ha potuto produrre in essi sì solenni mutazioni? Io ho per certo, che si possa sicuramente asserire,

rire, che fiasi prodotta questa variazione per la miftione, che in effi fi è fatta degli aliti marini col fangue.

XI. Sarebbe quì il luogo di fare mille altre confiderazioni in vantaggio dell'efercizio della Barca; ma per non oltrepassare i limitati confini d'un picciol Saggio, fu del valore del moto della Barca, il più opportuno farà, che io paffi ad altre cofe, che convenienti fieno al breve profeguimento del propofto argomento.





PARTE SECONDA

CAPITOLO PRIMO

Delle malattie, alle quali giova l'esercizio della Barca.

I.



ESSENDO la Medicina una scienza, la quale non contenta di rimanere ne' confini della cognizione speculativa, passa altresì ad applicare alla pratica i suoi documenti, sarà convenevole, che dopo di avere esposti tutti gli effetti, che provengono dal moto della Barca, io passi ad esa-

esaminare quelle malattie, che da cotes-
to esercizio possono ritrarre alleviamen-
to, e guarigione. La debolezza de'
solidi del nostro corpo è il più delle vol-
te una forgente di varie, ed infinite cro-
niche malattie; perciò l'uso della Bar-
ca può essere utile a fortificarli, af-
frettando soavemente il moto di quegli
umori, ch'essi rinchiudono: e per l'esa-
lazioni marine, che inumidiscono, e am-
morbidiscono i nostri stami, l'istesso eser-
cizio può altresì riuscir vantaggioso nella
rigidezza soverchia di alcune parti del cor-
po umano.

II. Traendo origine la maggior parte
delle febbri croniche dalla soverchia pre-
stezza del moto del cuore, congiunta ad
un'eccessiva rigidezza de' vasi capillari, l'
esercizio della Barca può essere in esse di pro-
fitto: imperocchè si vengono, specialmente
per l'esalazione de' sali marini, a sciogliere le
tenacità, e per la lor virtù purgativa, e diu-
retica, si coadiuva lo scolo degli umori,
che si trovano coagulati, e fuori si espello-
no. Quando poi vi sia negli umori no-
stri una disposizione corruttiva, e che
qual-

qualche piaghetta de' polmoni , e d'altro viscere abbia tramandato nel sangue de' fermenti sottili , propriissimi ad ingenerare una tifica , o tabida corruzione , non ci è forse cosa migliore dell' esercizio moderato della Barca ; poichè la virtù degli aliti marini rintuzza la forza del fermento , e ajuta maravigliosamente l' espulsione delle impurità , senza cagionare l' effervescenza del sangue .

III. L' esercizio della Barca per il moto irregolare , che induce ne' nostri umori , dee parimenti nelle febbri quartane , terzane , semplici , e doppie , ed in tutte le intermittenti riuscire utilissimo ; imperocchè in queste febbri il fegato , o gli altri visceri addominali sono ingombriati da umori densi , e coagulati , e le prime vie da crudesse ; perciò cotesto esercizio dissolvendo , ed attenuando gli umori arrestati , ed inducendo forza alle intestina per evacuarli , merita fuor d' ogni dubbio la preferenza sopra degli altri laboriosi corporali esercizi . Ed in oltre per l' esalazioni marine introdotte nel sangue si viene a mitigare il calor febbrile , ed a dissol-

diffolvere , e a renderfi fluido tutto ciò , ch'è denfo , coficchè nel tempo che fi fermano i movimenti intefтини di cotali moti febrili , fe ne correggono altresì le cagioni .

IV. V' ha nel fangue di taluni una tal viscofità , che il più delle volte degenera in concrezione acrimoniofa , producendo quindi de' dolori reumatici , o artritici . Il noftro efercizio può molto riuſcire per efeguire la purgazione degli umori viſcidi , sì perchè eccita del moto , che ſcioglie tutto ciò , ch'è tenace , sì ancora per gli aliti marini , i quali operano come altrettanti ficuri , facili , e men pericolofi rimedj purganti , mercè de' quali fi poſſono quindi cacciar fuori dal corpo gli umori condenſati .

V. Se l' ufo de' rimedj nervini produce una robuſtezza per qualche tempo , l' intervalli di tali effetti ſono ordinariamente paſſeggieri ; laddove gli effetti del moto della Barca ſembrano più durevoli : e da ciò ne ſiegue , che l' ufo moderato della Barca può alle volte riuſcir profittevole per mitigare i periodi convulſivi ,
pur-

purchè la persona sia già alla voga della Barca affuefatta, nè da quella riceva disturbo di stomaco, o capogiro; ed è forse il migliore, che si possa adoperare nelle convulsioni periodiche. I più saggi Medici dicono, che chiunque troverà un rimedio atto ad aiutare la digestione, contribuirà più a prevenire, o a mitigare almeno se non altro le convulsioni; imperocchè quei fughi, che derivano da una mala digestione, ristagnandosi, diventano talmente acri, che irritando, producono gli spasimi. Perderebbe il tempo chi pretendesse di fare ostacolo alle convulsioni con rimedj farmaceutici, perchè questi nell'atto che porgono qualche sollievo al sintoma, rinforzano volentieri la causa immediata delle convulsioni; ma piuttosto ritroverebbero qualche sollievo dall'esercizio della Barca, come quello, che inducendo scotimento nel corpo nostro, può facilmente, aiutando la digestione, mitigare la forza de' periodi convulsivi.

VI. Essendo i nervi gli organi della sensazione, ne siegue, che i loro moti convulsivi possono in altri mali mascherarsi.

Così

Così gli accidenti ipocondriaci, e isterici nascono dalla contrazione spasmodica, che s'introduce negl' intestini, e nell' utero, e che si comunica a tutto il sistema de' nervi, per la corrispondenza, che v'ha tra queste parti. Or quello che alle convulsioni conviene, può altresì in cetefti mali giovare. Il nostro esercizio, che racchiude in se un grado de' rimedj corroboranti, e solventi, farà di grand' ajuto per alleviare i periodi ipocondriaci, e isterici; poichè ha valore di fortificare l' armonia delle parti nervose, dissolvere, con l'ajuto degli aliti marini, i viscidum umori, e di acchetare con tal mezzo gli spasimi.

VII. Nella melanconia parimente l'uso della Barca, adoperato nel principio, può far buonissimo effetto, raddolcendo validamente, e calmando le contrazioni spasmodiche eccessive delle fibre. Nè credo che vi sia cosa più utile di cotesto esercizio ne' dolori continui di testa, prodotti da debolezza de' visceri di essa testa, o da stupidezza degli organi de' sensi; perchè rinvigorisce, e rianima coll' odore dell' acqua marina le animali funzioni, e
vale

vale meglio di tutt' i rimedj nervini ; e corroborando lo stomaco, facilita la digestione de' cibi.

VIII. Le idropisie son messe nel numero delle malattie o più difficili a sanarsi, o quasi fra le incurabili. Se però vi ha luogo ancora alla guarigione, non evvi specifico maggiore dell' esercizio corporale, adoprato sul principio: rimedio dagli Antichi decantato oltremodo, che fa risolvere i nodi già ne' visceri formati. Il frequente, e lungo uso della Barca dee essere uno de' soccorsi per queste malattie, perchè cotal' esercizio possiede una proprietà atta a risolvere i nodi, a fortificare il tuono de' solidi, e la forza delle loro fibre, le quali rilassate si trovano. E siccome in tali mali si debbono sospingere gli umori per la traspirazione, e destare l' orina, così niuna cosa si può meglio usare della Barca, che tali effetti produca.

IX. In questo clima lo scorbutto a dì nostri si può stimare una malattia universale. Quasi tutti vi siam soggetti, e dal più al meno quasi in tutt' i mali ve n'entra. La cachessia è a un di presso d'una stessa spe-

cie dello scorbuto; poichè dalle stesse cause procede, e va con gli stessi sintomi accompagnata, che sono in tanto numero, e cotanto diversi, che si può valutare lo scorbuto per una cacheffia generale, che infetta tutta l'abitudine del corpo umano. Si sà benissimo, quanto sia difficile la cura di uno scorbuto invecchiato, e quante volte diviene incurabile sotto de' più vevoli rimedj, talchè noi siamo obbligati a variarli, e mutarli, secondo i diversi periodi del male. L'uso della Barca può sciogliere, per il moto, ch' eccita, il sangue, e le concrezioni della sua parte fibrosa; e gli aliti marini, che s'introducono nel nostro corpo, possono altresì struggere l'acredine ulcerosa degli umori, e come deostruenti aprono, e rinettano i vasi, ristabiliscono la loro forza, rinvigoriscono la digestione, i cui vizj erano causa principale dello scorbuto.

X. Son persuaso, che l'uso della Barca riuscir potrebbe salubre agli uomini, che comodamente vivono in questa Città, i quali poichè rade volte vanno all'aria aperta, nè fanno molto esercizio, af-
fai

fai perciò vantaggioso per essi farebbe ,
 come il migliore equivalente dell' una , e
 dell'altro, l' uso di cotesto esercizio . Nè pic-
 ciolo ajuto arrecherebbe altresì alle no-
 stre donne , la maggior parte delle quali
 sono pallide , smunte , ed oggimai divenute
 vittime dell' indigestione , e de' vapori .

XI. Chiunque esaminerà con attenzio-
 ne il fin quì detto , conchiuderà facil-
 mente, che l' azione de' vasi sopra de' fluidi
 in essi contenuti, indebolita che sia , tutte
 esser possono danneggiate le funzioni del
 corpo ; imperocchè la forza di tutte le fun-
 zioni , siccome dicemmo , dipende dall' azione
 de' solidi sopra de' fluidi , e di questi su
 de' solidi ; e che questa è la vera sorgente
 delle malattie . Or tosto , che gli ef-
 fetti de' morbi si scoprono ai nostri sensi ,
 non v' è difficoltà a conoscerne la causa .

XII. Pare , che tener non si possa in
 Medicina una condotta più saggia , quan-
 do si tratti di guarir le malattie , che
 di aver sempre sotto degli occhi la pri-
 ma cagione , da cui tutto il resto pro-
 viene : perocchè da quest' unico fonda-
 mento ottener si possono de' possentiaju-

ti. Ma se si vuole efficacemente badare alla guarigione de' pericolosi mali provenienti da debolezza de' solidi, il rimedio più sicuro e più pronto da adoperarsi si è l'uso della Barca; specialmente se la cura è intrapresa a tempo, se il malato è in istato di praticarlo, e se osserva il regolamento che conviene; imperocchè non v'ha quasi abbattimento, da cui non possa l'esercizio moderato della Barca sollevare il corpo; e produrrebbe ben'esso altri effetti, già divisati, se prevenuto non fosse il Pubblico dal pregiudizio, che oggi è troppo familiare presso tutti, di avere avversione per l'uso della Barca nelle malattie, perchè non viene dalle farmacopee.

XIII. Quelli, il temperamento de' quali è mal sano, e minacciato da distruzione di qualche viscere importante del basso ventre, e che hanno provato inutilmente gli altri rimedj immaginabili, non da altro sperar potranno qualche sollievo, che dall'uso della Barca. Mi ha più volte testificato l'esperienza, che questo esercizio non lascia giammai di produrre

durre de' buoni effetti, e di diminuire notabilmente la violenza de' sintomi: nè vi è stata differenza riguardo al tempo, essendo taluni guariti più presto, ed altri più tardi, secondo l'ostinatezza del male di ciascuno.

XIV. Ma il maggior vantaggio, che si ottiene dall'uso della Barca nelle malattie, si è, che seguendolo non si espone la nostra macchina ad essere fieramente alterata, e sconvolta. Convien dunque a questo esercizio attenersi, e questo è un mezzo sol conveniente per conservare le funzioni in uno stato di libertà, e di sveltezza, e d'impedire l'unione delle pareti de' vasi capillari, donde poi nascerebbero infinite malattie, massime quando la costituzione sia assai depravata.

XV. Se la dottrina da noi stabilita è su di chiare ragioni fondata, possiamo liberamente affermare, che il moto della Barca mantiene, e ajuta l'escrezioni, e che la sua virtù consiste in buona parte, anzi principalmente in tale operazione; imperocchè abbiamo già notato, che quando le salutari evacuazioni si fer-

mano, e quelle impurità, che doveano fuori uscire, fanno riflusso nell' interno del nostro corpo, allora si somministrano de' fomiti maggiori alle malattie.

XVI. Ogn' uomo attento a conservar la salute s' istruirà tra l' altre cose della natura degli esercizi corporali, specialmente dell' uso della Barca, come il più confacente per ogni sorta di persone. Non si deve ricorrere ai rimedj chimici, quando si può guarire il male coll' esercizio della Barca. Ho veduto molte persone perfettamente guarite, o considerabilmente migliorate, le une dall' Ipocondria, da cui erano tormentate, e le altre dalle Convulsioni per avere usata la Barca; senza parlar di quelli, che sono stati liberati collo stesso mezzo da crudeli malori, dai quali erano afflitti già da gran tempo; nè di quelli, in cui ha per lo meno diminuito la violenza de' mali, o si è accorciata la durata degli accessi de' medesimi.

XVII. Quindi possiamo finalmente conchiudere, che il moto della Barca sia il più conforme alla nostra sanità, e il più capace per coadjuvare le animali funzioni.

zioni . Mi lusingo però , che non vorrà altri conchiudere , che l'esercizio della Barca sia da me stimato universale, e infallibile rimedio ne' mali tutti, e quel solo, a cui si debba aver ricorso . Non solo protesto, che non ho questa opinione, ma sinceramente confesso, che l'ho qualche volta veduto fallire : e generalmente non conosco rimedio veruno, che non possa far male a taluni, rispetto a certe circostanze, in cui si trovano certi altri, che vengono affaliti dalla medesima malattia, nella quale utilissimamente viene adoprato : e farebbe anche un errore di rimetterfi del tutto all' uso della Barca , e trascurare gli altri ajuti, che si sogliono adoperare utilmente in diverse circostanze di malattie dai savj , e prudenti Medici .

CAPITOLO SECONDO

*Delle cautele da osservarsi nell' uso
dell' esercizio della Barca.*

I. **N**ON convien credere, che quando si fa uso della Barca, per recuperare la sanità, allorchè è perduta, non occorran più gli altri ajuti interni, destinati a correggere le cagioni morbifiche; poichè la virtù specifica di questi, unita al moto della Barca, è quella, che affretta vieppiù le curagioni. Bisogna però che l' uso del nostro esercizio sia regolato da metodo conveniente per modo, che il Medico non solo conosca il tempo da praticarsi, ma sappia a puntino quanto tempo s' abbia da continuare, e qual maniera di vivere sia conveniente, quando per la cura delle malattie s' intraprende l' uso della Barca; imperciocchè queste riflessioni intorno allo stato dell' infermo importano molto, per poter pervenire al fine desiderato, purchè il male non sia tale, da resistere agli effetti di cotesto esercizio

II.

II. Non si può determinare giustamente la maniera di servirsi della Barca ; se di quella a remi, o a vele ; se vicino al lido debba camminare, o in alto mare ; ma conviene regolarfi sempre colla natura del morbo, e collo stato dell'infermo. Le persone di un corpo forte, pletorico, grasso, ricercano una navigazione a vele in alto mare : e a' remi poi vicino al lido la esige quell'uomo, ch' ha il corpo molle, delicato, infievolito, e magro oltremodo . Egualmente sembra difficile determinare, quale stagione più convenga per far uso della Barca ; ma generalmente parlando nell'estate conviene, che s' intraprenda l'uso della Barca nelle ore più fresche ; nell'inverno poi, se pure il mare è in calma, si anderà nelle ore più calde, rispettivamente al tempo, con cautelarsi bene dall'ambiente freddo. Si avverta però di tenere in tal tempo ben custodito il corpo. Adunque secondo l'affuefazione, ed i comodi, che provengono dalle circostanze del mare, convien ridursi a praticar l'uso della Barca in una stagione più che in un'altra.

III. La continuazione poi di cotesto esercizio dee esser proporzionata alla natura, e pertinacia del male. Un male di anni ricerca più tempo di un mal fresco; e quello ch'è grave più di quello ch'è leggiero. Le affezioni nervose, e le debolezze più di quelle, che risiedono nella massa del sangue: è l'esercizio si dovrà continuare, fintanto che siesi perfettamente guarito. Finchè il male principale, o quello, che serve di base agli altri mali, sussiste in qualche modo, e che si riceve del giovamento da questo esercizio, fa di mestieri continuarlo: ma nel caso che riesca contrario, e che produca de' vomiti, o capogiri, è più sicuro il tralasciarlo. Quando poi siesi avuta la sorte di liberarsi dal male, non farebbe imprudenza, siccome succede nell'uso di tutti quasi i medicamenti, di servirsene a suo piacere, come semplice e puro divertimento: imperocchè cotesto esercizio non affoggetta quei, che l'usano, a gran fatica, o a dispendio di forze, nè a perdita di ore per l'economia animale; anzichè stando in Barca chi che sia, potrà a suo bell'agio dormire.

mire , nutrirsi , e riposar come gli piace , nel tempo che la Barca fa il suo cammino .

IV. Considerate le cautele da offervarsi nell' uso della Barca , quando si va in cerca di ricuperar la già perduta sanità , resta in ultimo luogo a parlare del danno , che potrebbe cagionare , se mai in certi mali si adoprasse . Egli è cosa evidentemente chiara , che l' uso della Barca è estremamente nocivo , a chi soffre mali e disturbi positivi di capo , massime negli vertiginosi , ed in tutti coloro , che hanno della lesione nel cervello ; poichè colla Barca si potrebbero cotali malattie accrescere molto volentieri .

V. E' contrario altresì il nostro esercizio a tutti quei , che soffrono delle emorragie ; perchè l' esalazioni marine potrebbero volentieri stimolare il sangue , ed accrescere per conseguenza il di lui sbocco : e suole altresì nuocere a chi soffre de' sputi sanguigni ; imperocchè può cotesto esercizio per i sali marini mettere a pericolo la vita dell' infermo . Nè dee giammai prescriversi a quei , che son soggetti
all'

all' emorroidi , come neppure alle donne gravide .

VI. Questo è quanto ho creduto più importante per dimostrare l' efficacia dell' uso della Barca nel corpo nostro ; per cui ho stimato convenevol cosa , che il metodo d' adoprarfi per la cura delle malattie , sia bene esaminato secondo la natura , situazione , e temperamenti degl' infermi . A tal fine ho creduto ben fatto di prescrivere le generali precauzioni , che osservar si debbono nella cura de' mali , che costituiscono la parte più importante della Medicina ; ed ho nel tempo istesso procurato di mettere questa materia nel suo vero lume , perchè ognuno sia in istato di giudicarne .

I L F I N E .

INDICE ¹²⁵E

Delle materie delle quali si tratta nel
presente Libro.

DEGLI EFFETTI DEL MOTO A CAVALLO NEL CORPO UMANO.

Prefazione Pag. 3

PARTE PRIMA

Capitolo Primo

*Dell' Origine , e progresso dell' uso del
Cavalcare.* 7

CAPITOLO SECONDO

*Degli effetti provenienti dal Caval-
care.* 21

PARTE SECONDA

Capitolo Primo

*Delle Malattie Croniche , alle quali gio-
va l'esercizio del Cavalcare.* 38

§. I.

§. I.

Delle Malattie, che attaccano le funzioni Animali. 39

§. II.

Delle Malattie, che attaccano le Facoltà Vitali. 51

CAPITOLO SECONDO

De' danni, che può arrecare in alcune occasioni il Cavalcare, e delle cautele da osservarsi nell' uso di questo esercizio. 62

DEGLI EFFETTI DELL'USO DELLA
BARCA NEL CORPO UMANO

Prefazione. 83

P A R T E P R I M A

Capitolo Primo

De' vantaggi dalla Voga della Barca. 85

CAPITOLO SECONDO

*Degli effetti provenienti dall' esercizio
della Barca per l' esalazioni marine.* 98

P A R T E S E C O N D A

Capitolo Primo.

*Delle malattie, alle quali giova l' eser-
cizio della Barca.* 107

CAPITOLO SECONDO.

*Delle cautele da osservarsi nell' uso del-
l' esercizio della Barca.* 120

№ 26

321

