

Cultura é Higiene

PUBLICACIÓN SEMANAL

AÑO II

GIJÓN 12 DE ENERO DE 1913

NÚM. 37

El invierno y la salud

VI

Medios de prevenir las enfermedades ocasionadas por el frío

Aquellos de nuestros lectores que no sepan cuánto ha hecho cambiar las ideas sobre la naturaleza de ciertas enfermedades el progreso de la Medicina, se extrañarán cuando les digamos que, según opinión de los médicos modernos, el número de los padecimientos determinados exclusivamente por el frío, es muy limitado.

La pulmonía, el grippe, el reumatismo agudo y otras muchas afecciones que antes se consideraban indiscutiblemente producidas por enfriamientos, son reconocidas como de naturaleza microbiana, y respecto de ellas no se atribuye al frío más que una acción ocasional ó predisponente, siendo el microbio específico respectivo, la verdadera causa eficiente ó determinante.

Estas ideas han llegado á tal extremo, que no ha faltado quien, dejándose llevar por exageraciones de doctrina, se atreva á negar que haya, sin intervención de los microbios, enfermedades á *frigore*, como las llamaban los antiguos. Este es un error. El frío, la humedad, y, en general, el conjunto de agentes meteorológicos que integran y dan crudeza al invierno son, y seguirán siendo, una causa directa, evidente, de enfermedad, siquiera puedan á la vez, en determinadas circunstancias, constituirse también en condición abonada y hasta indispensable para la explosión ó el desarrollo de ciertas infecciones.

Desde el punto de vista de la higiene, podemos, pues, dividir las enfermedades propias de la estación, en dos clases: las producidas exclusivamente por la intemperie, las determinadas por acción microbiana, en las cuales un enfriamiento parece ser condición necesaria.

Recordemos aquí sólo, que para enfermar por este motivo no influye tanto la mayor ó menor cantidad de calor sustraída al cuerpo, como la

circunstancia de que el individuo no pueda reaccionar bien en medio de una baja temperatura. Por esta razón, los cuidados higiénicos necesarios para precaver los padecimientos á *frigore*, varían tanto según la edad, según el sexo, el temperamento, la constitución, el ejercicio, la alimentación y demás condiciones individuales que hacen cambiar las energías orgánicas.

Cuando el efecto ejercido por una atmósfera fría y húmeda sobre la piel y la superficie mucosa pulmonar, no puede llegar á convertirse ó á transformarse, por falta de energías nerviosas vasos-motores, en una reacción fisiológica sana, sobrevienen primero la congestión, y después la inflamación de los órganos internos, singularmente los del aparato respiratorio, con todas sus consecuencias. Así se enjendran las afecciones catarrales, reumáticas, etc.

Para evitar éstas, y como precepto higiénico general, hay que precaverse de todo cambio rápido de temperatura que afecte á la piel y á la mucosa respiratoria, que al fin y al cabo son las dos superficies del cuerpo más extensas que tiene relación directa con el ambiente. El paso brusco, sobre todo, de una atmósfera caliente y seca, como la que se respira algunas veces en los teatros, cafés y casas particulares donde hay una calefacción artificial exagerada, y en donde la transpiración cutánea y la exhalación pulmonar llegan á estar en plena función, al ambiente destemplado y húmedo de las calles, constituye un inminente peligro de enfermar, si no se atenúa la transición con el abrigo apropiado, y tapándose la boca para no respirar más que por la nariz.

Lo más curioso en este punto de la higiene del invierno, es el papel que ejercen los enfriamientos en la presentación de ciertas enfermedades microbianas, muy comunes en dicha estación, como la pulmonía, grippe, cierta bronquitis, etc.

¿Qué ocurre al organismo para que, bajo el efecto de una brusca substracción de calor, se convierta de pronto en terreno abonado para el desarrollo de gérmenes morbosos que le hacen vícti-

ma de graves infecciones, cuando esos mismos microbios, momentos antes, vivían á su alrededor y aun sobre él, como amigos ó comensales totalmente inofensivos? El pneumococo, ó gérmen de la pulmonía, por ejemplo, vive de ordinario en la saliva, sin daño alguno para los individuos que le llevan en la boca. ¿Qué acontece para que un enfriamiento trueque ese pequeño ser en enemigo terrible? ¿Es que condiciones desconocidas exaltan la virulencia de los microbios comunes, transformándolos, como por encanto, de inocentes en peligrosos? ¿Es que el organismo, al enfriarse y experimentar por este motivo una disminución de su energía viva, pierde las armas de su ordinaria defensa, por debilitación de los recursos naturales que tienen normalmente á raya á los microbios virulentos que le rodean?

Sea de esto lo que quiera, pues en este punto y hora los sabios no se han puesto de acuerdo para dar una explicación satisfactoria, lo que nos interesa es conocer las medidas que la higiene aconseja hoy para precavernos, hasta donde sea posible, de esas infecciones invernales.

(Continuará)

EL MONTE DE PIEDAD

La ilusión, es la dicha de la vida.

Es un sentimiento tierno, de delicadeza reservada acaso á los espíritus grandes, que hacen un culto interior de sublimidades.

Hasta el amor en estos tiempos modernistas es rara ave del mundo, porque carece de ilusiones, y aun cuando esta pasión no tuviese deseos de ternura, debían querer persuadirse de amar, para no dejar de ser amados, porque mientras conserva deseos el corazón, guarda ilusiones el espíritu. Esto deben sentirlo todos los que principian y los que decaen, porque vivir de ilusiones, es un hermoso vivir, y sino decidme, una vez borradas del corazón las ilusiones ¿qué sería la vida? El recuerdo perenne de la muerte.

Yo no quiero morir, no quiero dejar de ser, no puedo dejar de sentir los adornos que adquiere la existencia, cada día más adelantados, más bellos, más... encantado-

res. Vivir siempre con la admiración y la esperanza que se hallan secundadas perfectamente en esa edad, que el deseo y la melancolía nos ofrece á los diez y seis años. La inquietud de esa edad, sed del vivir, es la que yo ambiciono conservar, aunque sea un viñedo lejano... difícil de guardar.

Uno de los mayores encantos que para mí ofrece la mujer, es que es siempre una deidad. Yo la concibo como una creación transitoria entre el hombre y el ángel, por ser el principio de todas las grandes inspiraciones.

Todas estas consideraciones sujieren á mi cerebro en la gran fiesta infantil con que nos obsequió el Director del Monte de Piedad, mi amigo de toda la vida Calisto de Rato y Rocés, al prodigar el grito evagético: «Dejad que los niños, se acerquen á mí», porque mi predilecto y admirado amigo, siente como yo el delirio por la adolescencia, ese privilegio de proteger y defender el escudo de la inocencia, privilegio que se adquiere con atraer la mirada y la voluntad de todos hacia la querencia de esos seres, que bendecirán el mañana, lo que el hoy, fué sólo una impresión de pasajero regocijo.

Lewis, hizo la reseña cantando con su pluma pletórica de perfumes, y no puedo yo hoy más que bosquejar un deleite de mi paso por aquel recinto, rico en impresiones, deseando mayor amplitud del local, que ya es un proyecto que pronto se convertirá en realidad. Esa fiesta agrada en sus emociones, ocultando bajo el velo de la ilusión, las manifestaciones de la sorpresa. Sabias lecciones á la sensibilidad y al acierto que proporcionan las agudeces de la naturalidad que la infancia sabe proporcionar en sus manifestaciones externas y que perpetúa el atractivo de perseverarlas, ya que en principio son dignas del sincero aplauso que todos dedicamos al amigo Calisto, autor de esas grandezas juveniles.

MATIAS A. TEJERA

Torre Celeste, 6 Enero, 1913

COLABORACIÓN

¡HACER POLITICA!

Esta frase *hecha*, vulgarota, de un castellano ramplón, á diario repetida por muchos diputados y coreada por la multitud de caciques pueblerinos, adquiere en España el caracter de imperativo categórico; es el sobado tópico á que se acude para remedio de lacerias individuales y para entretenimiento y engaño de los sociales.

Hacer política es hacerlo todo y contar con todo por adelantado; el que hace política labora por su propia causa, aparentando esforzarse por los demás; al que hace política, si una puerta se le cierra, ciento se le abren; para el que hace política son los amigos y aduladores.

Que un pobre diablo proclame el lema de *hacer política*, cuanto más maquiavélica mejor, y con la rapidez con que se forma el alud, adquiere el relieve y hasta la *curva feliz* de los personajes; que proclame, en cambio, el de *hacer cultura*, y se conquistará, no lo dudamos, la pública consideración del dómine Cabra, cuando no la blanca toga y el *inri* con que corona el mundo á todos los redentores.

Diariamente leemos en la prensa de todos tamaños y colores, artículos encomiástico-necrológicos de politiquillos de vigésima magnitud, es decir, de los que no se columbran ni con el auxilio del telescopio; se ocupan los rotativos en contarnos las cosas del toreo y hasta en reproducir las biografías de los criminales; pero se van de entre nosotros los émulos de Minerva, y su memoria se desvanece como el humo, y los recuerdos del bien que hicieran se marchitan y secan como las flores segadas.

Un día los diarios de la prensa provinciana publican una escueta gacetilla desconcertante por su absurdo laconismo: Luis Planas falleció repentinamente. Otro día es don Francisco Jarrín y Moro el muerto, y entre dos reglotes negros, también se inserta la consabida gacetilla, sin comentarios, á paso de puñalada y con un R. I. P. por apéndice.

Y nosotros, que en los días siguientes ojeamos con avidez las columnas de los periódicos, esperando hallar algún artículo laudatorio de la ciencia y virtud de los finados, sufrimos la mayor de las decepciones ante su extraño mutismo.

¿No se trata acaso de dos fundadores de Colegios en la provincia, donde cuentan por centenares los discípulos?

Sabemos que D. Luis Planas ha constituido por sí sólo una especie de Universidad libre, que bajo su acción pedagógica y docente alcanzaron la muce-ta muchísimos doctores y licenciados en las facultades de Derecho y Filosofía y Letras, y que muchos de ellos, catedráticos hoy, abogados, periodistas, y literatos, no le han dedicado un recuerdo póstumo. ¡Luis Planas no era un político, y además era un bohemio!

Si Luis hubiera vivido en los dichosos tiempos en que Aristóteles y el divino Platón conferenciaban en las plazas de Atenas, y Diógenes, bajo el sol zenital, las recorría con su linterna en busca del verdadero sabio; si hubiera disertado, como sabía hacerlo, en los Jardines del Academo, y muerto en aquella sociedad donde Apeles discutía con Crispín, y en la que el sentido estético y el sentimiento de lo bello constituían una razón de Estado, Planas hubiera tenido como los de su laya en la antigüedad una inscripción en los Propileos y una columna en la vía de los Trípodes.

Los que hemos escuchado á Planas en aquellas conferencias de Historia de la Filosofía en el Centro Católico, y en muchas otras sobre diversos asuntos, en distintos lugares y Círculos de instrucción, pues Planas era un verdadero enciclopedista; los que hemos leído *sus apuntes*, con los que muchos ganaron oposiciones, y sus artículos literarios, que no se cuidaba de firmar siquiera; y le veíamos después gozar y amoldarse á la discusión con un zapatero muy honrado, estudioso y socialista, en el *Casino* de Buznego, ó con el benemérito Presidente del Parnasillo en la *tonsojería* de la Bella Luna; hemos vaticinado su suerte, ¿Planas odiaba la política? Pues siempre sería un dómine y no llegaría ni á catedrático auxiliar de la Universidad, cuyo mejor alumno fué en su época.

Otro ejemplo: D. Francisco Jarrín y Moro, catedrático de Retórica y Filosofía en el Real Instituto Asturiano, fundador del Colegio de Jovellanos, por el que pasamos una generación de gijoneses, Magistral de Salamanca y profesor de su Universidad, episcopable por su ciencia y su virtud, no por obra y gracia de Romanones, muere siendo obispo de Plasencia; y en este Gijón le pasó lo mismo que á Luis Planas... ¡Esto es intolerable, paisanos míos!

Jarrín corrigió, aumentó y amoldó á las modernas circunstancias, la retórica del gran patricio gijonés, cuya oración fúnebre pronunció en la fiesta inaugural de su estatua, y sólo por esto merece el respeto y gratitud de los entusiastas hijos de la culta villa; pero lo que se dice.... Si Jovellanos no hu-

biera sido ministro, tampoco le conocía... ¡ni So-moza!

FARTICIO

Laviana, 1913

La educación consiste en preparar al hombre para la vida completa, despertando y desarrollando gradual armónica y progresivamente todas sus facultades, favoreciendo el desarrollo de sus disposiciones generales y aptitudes individuales, provocando su vocación y formando su carácter.—*Teófilo Gallego.*

COLABORACIÓN

HIGIENE

Por malicia ó por torpeza, se quiere suponer que higiene viene á ser un ideal egoísta, cuyo fin sea alcanzar el individuo material robustez y longevidad inacabable, de modo que «El amigo Fritz», novela en que se pone de manifiesto una graciosa sensualidad satisfecha, envidiable para las personas de muy cortos ideales, y el caso bíblico de Matusalén, son—según se quiere entender—los fines fatales de la higiene.

Bajo este supuesto, famosos escritores (!) condenaron la higiene, podemos decir chistosamente, que por antihigiénica, y en ese chiste está contenida la reputación, pues si la higiene fuera eso... no sería higiene.

De aquí se deduce que para entendernos los que anhelamos el triunfo de la higiene en el criterio y en las costumbres de la humanidad, lo primero á que estamos obligados es á definir categóricamente la higiene, determinando á la vez sus consiguientes fines.

Higiene, en general, es ciencia que tiene por objeto—conocido el funcionamiento normal de la Naturaleza, determinar las leyes para que ese funcionamiento se verifique en perfecta conformidad con sus respetables fines.

Así, pues, refiriéndose la higiene á todo lo que es vida manifestada en función natural, no habrá de reducir su objeto á una especie, siquiera sea la especie humana, pues habremos de admitir lo que pudiéramos llamar higiene del planeta, deduciendo que fuera de la higiene caemos en el desacorde

llamado estado patológico y que ese desacorde puede afectar hasta al planeta, debiendo, por ejemplo, designar ciertos fenómenos atmosféricos con el nombre de *patología del clima*.

La higiene, pues, en lo individual no conduce á la vana robustez del cuerpo, ni á más longevidad que la designada por la naturaleza á los individuos de cada especie; la higiene, en fin, si se redujera al individuo, sería cosa estéril y menguada y seguiría siendo menguada si no tuviera otro fin que el bienestar de una especie, y seguiría siendo cosa miserable si tuviera algún fin limitador, pues el objeto de la higiene es sencillamente infinito como el cosmos, grandioso como la razón suprema á que debe su obediencia.

Fuera de la higiene ¿qué debe haber?

¡Patología!

Patología del cuerpo: sin mentar la apoteosis de esta patología, enfermedades más ó menos asquerosas, notemos los aspectos innobles de los individuos, flacos ú obesos, hidrocéfalos ó microcéfalos, larguiruchos ó enanos, de tal manera, que esa triste realidad ya deja atrás á la caricatura.

Patología del sentimiento: egoísmo, envidias, fenómenos monstruosos de inhumanidad, el pesimismo, el odio á la razón, al amor, al bien...

Patología del apetito: vicios.

Patología de la inteligencia: exaltación fantástica, fanatismos, supersticiones... todo lo que nos supedita á la sugestión del mal.

Fuera de la higiene hay, pues, en el mundo en que agitamos nuestro dolor, este estado donde solamente pueden vivir sin protestar los ofuscados por esas múltiples maneras del egoísmo, que se llaman envidia, tacañería, sensualidades estériles.

Pero, es claro, la patología ha creado su mundo y los estados anormales se caracterizan por su arraigo rebelde á toda evolución y pedir higiene en tan crónico estado patológico, es el grito más subversivo que darse puede.

Este estado tiene sus autoridades *ad hoc*, su ciencia y demás manifestaciones de la vida creadas por él y para él, que renegarán de la higiene en todos los tonos, porque siendo la higiene lo único de quien con verdad puede decirse: «esto matará á aquello», ante ella, todo ese mundo que ella ha de derribar, exclamará alarmado: «La higiene he ahí el enemigo».

Pero ni la higiene debe conducir á la simple robustez individual y á la longevidad, ni la pato-

logía conduce á la debilidad física y á la muerte prematura; puede un hombre tener muy malas entrañas, muy malos sentimientos, muy mal corazón, muy mala sangre, muy malas ideas, y ser robusto, ágil y hasta sabio y elocuente y vivir luengos años.

La grave consecuencia de la patología, son las manifestaciones transcendentales de la vida, viciadas por su origen y condición.

Fuera de la higiene, no hay ni puede haber cosa que no vaya ásquerosamente manchada de miseria, porque la patología, formando estado, impondrá su tatuaje á todo cuanto de ella brote.

Así mismo, en higiene lo de menos es el bienestar del individuo; la existencia de la higiene habrá de florecer y manifestarse en las emanaciones metafísicas de la vida: en vez de una ciencia ó de un arte miserables, en vez de sabios que defiendan la inquisición, y de artistas que adulan al mal ó le atacan llorando, brotará lo metafísico sano, imponiéndose con el desenvolvimiento de su libre grandeza generosa y fecunda, y en vez de una humanidad de mendigos enfermos, sugestionables á todo mal, brotará el hombre con su dignidad divina y en vez de un mundo de esterilidad patológica brotará un mundo de infinita fertilidad normal, desenvolviendo riquezas que ahora ni siquiera pueden imaginarse.

Esto es, esto debe ser y esto será la higiene.

FÉNICO

Que hay que cultivar el valor... Convenido. Pero, ¿qué valor? ¿Qué valor?—preguntamos.—¿Qué valor, señores panegiristas ó excusadores de la guerra? Hay que cultivar el valor, sí; pero es el valor humanitario y humanista, altruista, idealista..., ista..., ista, fraternal, sociológico, progresivo. Hay que cultivar el valor, sí; pero es el valor progresista del sabio que, arrostrando impávido del sol para estudiar las costumbres de los himenópteros, muere de una insolación, ó el valor sociológico del aviador que, buscando por los cielos nuevos horizontes en la ciencia, cae de su aeroplano y va á estrellarse contra la torre de una iglesia ó se queda ensartado en el pararrayos de un cuartel. ¡Este; este es valor!—Miguel de Unamuno.

PENSAMIENTOS

La muchedumbre tiene algo de la alondra, porque padece fascinaciones y espejismos. Algo de la mariposa que ama la intensa luz y el mucho brillo. Algo del salvaje aficionado á todos los ruidos. Y además cabeza de crueldades y cola de ingratitudes.

El hombre no encuentra en el mundo una voz más animosa que aquella que canta sus alabanzas.

Aun cuando á las mujeres se abriesen todas las puertas de todas las libertades, se resistirían á entrar por ellas las prudentes y las dignas.

El valor del estado no es otra cosa más que el valor de los individuos que lo componen.

La mala mujer es un animal peligroso.

La gran estatua del gran escultor no es más que un recuerdo, porque le faltan los tres elementos de la vida: el color, la palabra y el movimiento.

Pensar, para la mujer, es un martirio intolerable. Sentir, en cambio, es su mayor voluptuosidad. Para su cerebro, las ideas son martillazos y las sensaciones son caricias. Hasta en las sensaciones dolorosas halla embriaguez.

La vanidad es el recurso del que vale poco.

EFEMÉRIDES

ENERO 1902

Día 4.—El Juez de Instrucción del Hospicio (Madrid), exige á la Compañía de los Ferrocarriles del Mediodía, la indemnización de 35.000 pesetas para cada una de las familias de los obreros muertos en la línea de circunvalación, en desgracia ocurrida el 7 de Noviembre de 1901, y 500 para los obreros heridos.

Día 6.—Muere en Santander, el notable escritor montañés D. Amós Escalante.

D. Juan Sanz de Ayala, párroco de Rivaforado (Navarra), recibe á quemarropa un trabucazo que le produjo la muerte.

Día 8.—Dentro de un tunel del Ferrocarril Central de Nueva York, un choque de trenes ocasiona quince muertos y muchos heridos.

Día 10.—Muere en Madrid el ilustre jurisconsulto D. José Garnica Díaz, Presidente de la Sala del Tribunal Supremo y diputado á Cortes.

BOTANICA MEDICINAL

PLANTAS CURATIVAS

Tilo

Grandes árboles que florecen en julio. Las fl. y hoj., empleadas en *inf.* (10 gr. p. 1.000) son una bebida agradable, antiespasmódica y calmante. Se bebe sólo *por gusto*; como el té. Es de uso vulgar contra las crisis nerviosas, vómitos, indigestiones y escalofríos febriles. La corteza, con agua de llanten, es un buen lenimento para las quemaduras.

Tusilago

Uña de caballo.—Muy común en los sitios húmedos y terrenos arcillosos. *Hoj. y fl.* en *inf.* (20 gr. p. 1.000). Útil como dulcificante y expectorante (una de las flores pectorales) en las bronquitis y toses pertinaces; «madura» los romadizos y cura los eccemas. Se aspira por un embudo el humo de las *hojas* y las *flores* secas, quemadas sobre carbones incandescentes, cuatro veces al día. Las hojas se fuman como el tabaco.

Valeriana

Hierba de los gatos.—Florece de junio á agosto. Se emplea la *cepa*, que esparce un olor especial estimado por los gatos. Es uno de los mejores antiespasmódicos que se prescribe contra la epilepsia, histeria, crisis nerviosas, corea y enervamiento. Es también *vermífugo*. *Inf.*, 10 gr. por 1.000: *polvo*, 10 á 15 gramos. *Polvo antiespasmódico*: polvo de valeriana, 50,0 gr.; óxido de zinc, 0,10; polvo de belladona, 0,02; para un paquete; 2 á 3 paquetes por día. El *valeriano amónico* es un excelente antineurálgico (50 centigr. en poción ó lavativa).

Zarzaparrilla

Arbusto de raíces muy largas y fibrosas; hojas anejas, flores amarillas, bayas rojas. Numerosas variedades, más activas las que proceden de América. La *zarzaparrilla* de Europa es común en Provenza.

La *tisana* (*inf.*, 60 gr. de raíz para 1.000), administrada muy caliente, es depurativa, sudorífica y diurética.

✕ Más son los poseídos de las riquezas que no los que las poseen. Todo lo puede el dinero: las pequeñeces quebranta, los ríos pasa en seco; no hay lugar tan alto que un asno cargado de oro no lo suba.—Rojas.

DE COSAS VARIAS

¿Por qué nos hacen sufrir tanto nuestros dientes?

Las enfermedades dentarias se reducen á cuatro géneros: traumáticas, pulpitis, periostitis y orgánicas. Las *traumáticas*, provienen del desgaste mecánico y químico, del bamboleo, que se manifiesta por la coloración gris ó azul indeleble; de la fractura por golpes y caídas, de los cambios bruscos de temperatura. Las *pulpitis* afectan á la pulpa después de la desorganización de los tejidos duros; marcadas al principio por una vaga dentera, producen bien pronto dolores lancinantes por crisis, sobre todo nocturnas, y afectan al ojo, al oído, y á la cara; éste es el dolor de rabia de las muelas. La *pulpitis* aguda puede terminar en la gangrena. La *periostitis* es la inflamación de la membrana peridentaria que provoca la necesidad de apretar los dientes, los que parecen de caucho, y dolores intensos al menor choque; el síntoma inmediato es el enrojecimiento de la encía alrededor del punto enfermo.

Las periostitis crónicas pueden terminarse por la supuración; las quísticas radicales pueden dar lugar á la fistula inagotable. Por último la fluxión, que pone tumefactas partes blandas y que no es más que una complicación de vecindad, indica la gangrena y la infección pulparia. Pero debe fijarse nuestra atención con un cuidado especial sobre las enfermedades llamadas *orgánicas*, porque de ellas se derivan muy á menudo todas las demás; comprenden las diferentes especies de caries.

La caries dentada es una desorganización progresiva de los *tejidos duros* por la acción quimicoparasitaria, que torma en una destrucción muy variable del diente; su proceso es de tres grados: destrucción del esmalte, caries llamada de primer grado; destrucción parcial del marfil, de segundo grado; destrucción del marfil con denodación ó gangrena de la pulpa, denominada caries penetrante. Cuando la caries se hace sólida, amarilla ó parduzca se la apellida seca; esta es la caries curada espontáneamente. Esta lesión orgánica proviene de la presencia de microorganismos que, dando lugar á reacciones químicas, corroen y destruyen; pero proviene, sobre todo, de microbios en número de cinco ó seis, que parecen gozar de propiedades distintas; hay uno en forma de bastoncito, que será el microbio específico de la caries, no siendo los otros más que los subagentes. Según últimos y notables trabajos, no habrá microbio *específico*. Lo que más importa saber es que la caries, y podría añadirse las enfermedades dentarias de todas clases, son de origen externo. Sin duda alguna, el estado general influye

sobre la vulnerabilidad; el raquitismo, la tuberculosis, la tifoidea, la ataxia, el histerismo, el embarazo y la latancia, enfermedades todas que interesan la nutrición, determinan un empobrecimiento calcáreo y, por consecuencia, los pequeños conductos del marfil son más accesibles á las infecciones; pero, en tesis general, esta descalcificación sería remediable si se observara severamente la higiene.

Limpieza

(1) Las manchas de los suelos, incluso los de madera, se quitan con una fuerte disolución de pergaminato de potasa en agua hirviendo. Cuando está todavía caliente, se unta con ella el suelo y se lava luego en la forma ordinaria.

(2) Para quitar las manchas de tinta, échese en una parte de agua destilada ácido oxálico, y cuando esté bien disuelto añádase media parte de ácido cítrico. Frótese la mancha con un poco de muselina mojada en la disolución, y lávese con agua clara cuando haya desaparecido la mancha.

(3) Si se quieren limpiar los impermeables, méntanse en agua fría, y con un cepillo de uñas y jabón moreno se los frota bien por todas partes extendiéndolos sobre una mesa. Cuando las manchas de grasa han desaparecido, se enjuagan los impermeables en varias aguas, pero sin restregarlos. La grasa y la pintura desaparecen con trementina y luego con jabón común. Evítese durante estas operaciones el sol y el agua caliente.

Universidades antiguas

La Universidad más antigua del mundo es la llamada «El Asbai», en el Cairo, que fué fundada en el año 998; sigue á ésta la de Parma (Italia), cuya fundación data de 1205; después las de Oxford y Cambridge (Inlaterra) fundadas en 1200 y 1257, y que hoy tienen 3.813 y 3.500 estudiantes respectivamente.

Entre las españolas son de fama mundial las de Salamanca y Valladolid, la primera creada en 1263, y la segunda en 1346.

Merecen también citarse las de Coimbra y Roma, y entre las de Sud América la de San Morcos de Lima, que data del año 1551, y la de Córdoba, en la Argentina, fundada en 1713.

Para tapar las hendiduras ó grietas de las estufas

Esta es la estación del año en la que zumban las estufas y á veces se agrietan. Una estufa agrietada produce tufo y queda inutilizada si no se remedia y se tapa la juntura con una almáciga resistente á muy alta temperatura, diluyendo en una solución de silicato de potasa ó de bórax una parte de sulfato de barita y dos partes de arcilla.

Contra las chinches

La mejor y más eficaz de las soluciones es la siguiente: disolver un gramo de sublimado corrosivo en un litro de agua hirviendo é inyectar, por medio de una jeringuilla, la solución fría en todos los sitios en que se escondan con preferencia las chinches. Para ahuyentarlas de las camas de madera, la esencia de trementina, extendida con una pluma de ave, es muy eficaz.

Cerveza casera

Sacar del horno 4 ó 5 kilos de cebada ó de avena, que se muele después *grosso modo*; se echan encima 20 litros de agua muy caliente, pero no hirviendo; se deja sentar durante tres horas y se pasa. Se vuelve á echar 15 litros de agua fría, se deja sentar una hora y media y se pasa de nuevo. Mezclar esas dos infusiones en 6 kilos de melaza, desleída en 30 litros de agua tibia, añadir 250 gramos de lúpulo y bracear mientras el lúpulo sobrenade.

Después se añade la levadura y se deja fermentar. Cuando ha dejado de fermentar se echa la cerveza en un barril, tapando la abertura al cabo de tres días. Se puede beber la cerveza al cabo de quince días de estar en el barril.

Para destruir los gusanos que se meten en los muebles viejos

Si conserváis viejos muebles antiguos, á los cuales profesáis cierto cariño por los recuerdos que evocan ó el valor que han adquirido con el transcurso del tiempo, ved si tienen agujeritos apenas perceptibles que revelen la presencia de esos gusanos roedores que se comerían silenciosamente todo el mueblaje. En caso afirmativo, mezclad cuatro gramos de sublimado corrosivo con medio litro de alcohol de 90°, introducid esa solución en los escondites de los gusanos por medio de una jeringuilla de cristal y tapad los agujeros muy visibles con cera amarilla.

Economizar para amontonar dinero, es cosa miserable; economizar para conservar la independencia es justo y varonil.—Lubbock.



ECOS



Nuestro pésame

Ha fallecido en esta villa la virtuosísima señora D.^a Antonina Ozalla, sumiendo en dolor inconsolable á una estimada familia que cuenta en esta casa con profundos afectos, muy singularmente nuestro distinguido amigo D. Nicolás Elias Ozalla.

Los apenadísimos hijos que hoy lloran la pérdida de aquel ser que idolatraban, hallarán únicamente el levitativo á su desgracia, pensando en lo efímero de la existencia humana, fortalecidos por aquellas creencias que ligan el alma á lo infinito, donde el espíritu se eleva sobre la vil materia, y donde aquella santa madre tendrá un vivir imperecedero.

En este concepto renunciamos á emplear frases de humano consuelo, que no bastarían por sí á mitigar la honda pena de los hijos de la finada, limitándonos á testimoniarnos, con tan luctuoso motivo, nuestra consideración, y cuán sinceramente nos asociamos á su duelo.

Solicitud

En reciente sesión, nuestro Ayuntamiento acordó solicitar del Estado la concesión del manantial de Nava, para el abastecimiento de aguas de nuestra villa.

Contra la pornografía

Una comisión de damas bilbainas, pertenecientes á la Asociación contra la pornografía, ha visitado al gobernador civil, para pedir que se tomen serias medidas contra los abusos inmorales que dicen cometerse en los cinematógrafos que funcionan en la villa.

El abuso de la pornografía y lo terrorífico en los cines, llegará á hacer antipáticos estos centros de espectáculos que tanto están perjudicando al novilísimo arte del Teatro.

LECTURAS FESTIVAS

LAS GOLOSINAS

Cierto duque de Duras dijo á Descartes, viéndole comer un plato delicado:

—¿Qué es eso? ¿También los filósofos gustan de esas golosinas?

—¿Por qué no?—le respondió Descartes—¿Creéis que la Naturaleza no produce buenas cosas más que para los ignorantes?

*
**

LA RECOMENDACION

El general en jefe detiene á un soldado que huye en una acción, y dice á su ayudante:

—Que le peguen cuatro tiros, por cobarde.

—Mi general, ¿sabe S. E. que ese hombre es el recomendado del Ministro?

—¡Ah! ¡Es el recomendado! Pues que le peguen uno solamente.

Tortilla á las finas yerbas

Fué Gaspar el de Melchor á Oviedo á dar un recado á don Justo el diputado, de quien es gran elector.

Y don Justo, que es amigo muy atento y muy llanote, al tal Gaspar, que es un zote, le llevó á almorzar consigo.

Se sentaron á la mesa de la fonda, y en seguida salió á luz la consabida tortilla á la francesa.

Sirvió á su huésped don Justo, y Gaspar, que es un *famión*, se zampó su gran ración relamiéndose de gusto,

—¿Quiés más?

—Si usted me lo dá...

—Ponte todo lo que queda

—Voy á comer cuanto pueda.

¡Demontre! ¡Que bueno está!

Ye una gloria esti sabor.

—¿Pues sabes tú de qué *ye* esta tortilla?

—¿De qué?

—¡De yerba!

—¿Qué *diz*, señor?

—La *verdá* pura, Gaspar.

—¿*Fáenla* con yerba?

—Sí.

—¡Pues, señor, créame á mí, Comíame un *balagar!*

VITAL AZA

*
**

ALCALDADA

Estalla un incendio en una aldea.

Los vecinos corren en tropel á la alcaldía en busca de la bomba que el municipio acaba de adquirir.

El alcalde se niega á facilitarla, y dice á los concurrentes:

—No puedo complacerles y la bomba no se moverá de aquí.

—¿Pero por qué?

—Por que es nuevecita, y temo que me la echen ustedes á perder.

*
**

EL TAMAÑO...

—Deme usted un *mapa mundi*.

—¿De qué tamaño lo quiere usted, caballero?

—Pues... ¡me gusta la pregunta! Tamaño natural, hombre, tamaño natural.