

# CULTURA E HIGIENE

PUBLICACION SEMANAL

AÑO III

GIJÓN 28 DE FEBRERO DE 1914

NÚM. 96

## MONITOR SOCIAL

### De la Higiene del Trabajo

#### Las Pulmonías de Escorias

Se da el nombre de *escorias* a los productos de deshecho de la fabricación del acero por el procedimiento Gilchrist-Thomas. Son unos polvos ricos en ácido fosfórico y en cal, muy irritantes para las vías respiratorias y utilizados para la preparación de abonos. Los obreros empleados en esta última industria son a menudo atacados de una forma muy especial de neumonía debida a la inhalación de los polvos de escorias que presentan unos cristalitos muy agudos y punzantes.

Esta *neumonía de escorias*, es la que monsieur Gautret estudia en su tesis basándose en 12 observaciones, 2 de ellas personales recogidas en los hospitales de Nantes, y comunicadas por el Sr. Attimont.

Resulta de dicho estudio que la neumonía de escorias constituye un tipo morboso especial que se distingue tanto de la neumonía vulgar como de la neumokoniosis.

Desde el punto de vista clínico, dicha afección se halla caracterizada por una postración extrema que sobreviene bruscamente y persiste algunas veces durante toda la evolución de la enfermedad, por una albuminuria abundante, por una disnea muy intensa y, finalmente, por una facies y una expectoración especiales.

La tez del obrero presenta un tinte terroso, acentuado principalmente en el rostro y en las regiones expuestas a la acción de los polvos, los cuales acaban por incrustarse en los turgumentos. Los esputos son particularmente característicos. En vez de ser viscosos y mohosos como en la neumonía ordinaria, se presentan a menudo mucofibrinosos de un color gris negruzco, cargados de burbujas de aire y formando una masa que tiene la consistencia de la miel.

La neumonía de escorias es una afección sumamente grave: sobre doce observaciones reunidas por Gautret, 8 terminaron por muerte. En los casos que curan, la convalecencia es ordinariamente lenta, sobre todo si existía un derrame pleurítico concomitante.

Las recidivas son relativamente frecuentes; así, por ejemplo, un obrero sufrió tres ataques de neumonía, y otro cuatro. Desde el punto de

vista anatómico-patológico, las neumonías de escorias son las más de las veces bronco-neumonías pseudo-lobulares de hepatización gris con lesiones bronquiales recientes, muy acentuadas.

El examen bacteriológico de los esputos revela presencia unas veces del neumobacilo de Friedlander, otras veces del neumococo en estado de pureza, o bien la asociación de ambos microbios.

La gravedad de las neumonías de escorias parece depender, por lo demás, menos de la naturaleza del agente patógeno que del terreno especial creado por la inhalación de los polvos de escorias, los cuales, en razón a su poder cáustico, traumatizan la mucosa de los bronquios.

El tratamiento de las neumonías de escorias no ofrece nada de particular. Los medios profilácticos son los únicos realmente eficaces.

Hay, además, otras dos observaciones descritas con el nombre de *asma de Grinder* en que se trataba de la inhalación continua de polvo producido al afilar instrumentos de hierro y acero, pero de estas nos ocuparemos otro día por no hacer demasiado largo el presente artículo.

DR. AMBROSIO RODRÍGUEZ.

\* \* \*

### Un decálogo higiénico

1.º Recibe las cosas como son y no como las desea tu ignorancia, y no olvides que el pan, el agua, los alimentos sanos y frugales, con aire puro, luz y sol, engordan y dan salud.

2.º La templanza en la comida y bebida, y la sobriedad en los placeres, son el mejor elixir para conservar la salud y vivir largos años.

3.º La limpieza preserva de la carcoma, y las máquinas limpias son las que más duran; practica esto con tu cuerpo, y durará largo tiempo sin enfermedades.

4.º Los vestidos sirven para la decencia y necesidades de la naturaleza, no sacrifiques tu cuerpo a la moda, haz que sirvan al cuerpo y tráelos siempre aseados y limpios, que esto es alegría del alma y salud del cuerpo.

5.º La vivienda ventilada, limpia y alegre, hace el hogar agradable y aparta de los casinos y tabernas, donde se recoge no pocas veces la muerte moral y física.

6.º El suficiente descanso es reparador y tónico; el excesivo, enerva y embrutece, y no

merece vivir quien piensa que sólo ha nacido para comer y dormir.

7.º Sé amante del trabajo y nunca estés ocioso, porque la ociosidad es madrastra de la salud y nodriza de los ladrones.

8.º Acostúmbrate a ser hombre de orden: trabaja de día y duerme de noche; acuéstate temprano y no demores el levantarte pronto por la mañana; pues al que madruga, Dios le ayuda.

9.º Todo sér tiene su misión que cumplir; cumple tú la tuya en el estado que el deber te señale, y trabaja, para eso naciste; pero hazlo de tal modo, que el trabajo intelectual no aniquile los órganos del cuerpo, ni el trabajo material las potencias del alma.

10.º Aleja de tí la ignorancia; aprende tus obligaciones, y cúmplelas; vive alegre todos los días de tu vida, guardando estos mandamientos porque son condiciones esencialísimas para conseguir y disfrutar una buena salud.

### Los "Previsores del Porvenir"

#### Vatias noticias

La Casa de «Los Previsores del Porvenir» se levantará en Madrid en la Gran Vía, ocupando el solar en que se edificará una extensión de 350 metros cuadrados. Es autor del proyecto de edificio el distinguido arquitecto D. Luis Ferrero, entusiasta *previsor* que desde el año 1911 viene representando a la sección de Gijón en todos los actos y asambleas que se celebran en Madrid y que ha merecido calurosos elogios de los inteligentes en la materia.

El capital inalienable de «Los Previsores del Porvenir», asciende en esta fecha, según las últimas noticias recibidas de la Oficina central, a *veintitrés millones de pesetas*.

«Los Previsores del Porvenir», en nueve años y siete meses de ahorro, han logrado reunir un capital que produce *dos mil quinientas veinte pesetas* diarias de renta, sujeta a los impuestos legales de tributación.

En el cuadro de honor del Boletín Oficial correspondiente al presente mes, figuran las siguientes secciones asturianas: Gijón, con 561 asociados; Infiesto, con 143; Trubia, con 192; Luanco, con 141; Castropol, con 54, y Ablaña, con 40.

Durante el año 1913 han ingresado en «Los Previsores del Porvenir», 15.173 nuevos asociados y ha aumentado el capital social en *cuatro millones y medio de pesetas*.

En el mes de Enero del corriente año el ingreso de asociados ha ascendido a 2.300 y los

cobros en dicho mes se han elevado a setecientas mil pesetas.

La elocuencia de estas cifras es el mayor elogio que de la Asociación puede hacerse.

#### De la Sección gijonesa

La Sección de «Los Previsores del Porvenir» de esta villa ha elegido para su gobierno durante el año de 1914 la *Comisión local* que a continuación se menciona:

Presidente: D. Juan Menéndez Uría.

Vicepresidente: D. Adolfo Solares Cabal.

Secretario: D. Victoriano Sánchez y G. Valdés.

Vocales: D. Alberto Menéndez, don Arturo Truan, don Juan Donate, don José G. Pozueco, don José Soto La Roza, don Manuel Prieto y don Federico Rechs.

Gerente: D. Valentin Escolar.

Suplente: D. Sabino Muñiz.

Enviamos nuestra felicitación a la Sección gijonesa por el acierto tenido al designar los señores que han de constituir esa Junta de Gobierno, cuya actividad y entusiasmo son garantía de de nuevos éxitos para la meritísima Institución.

En el cuadro de honor del mes de Enero de 1914, figura esta Sección con 583 asociados efectivos.

Durante al año 1913 han ingresado en esta Sección 115 asociados, y han causado baja: por pase a otras secciones 47, a petición propia 8, por defunción 4; total 59.

Enviamos el pésame más sentido a las familias de los asociados fallecidos durante el año anterior, que fueron los siguientes: D. Gumer-sindo Escacho, D. Ramón Ituarte y Alonso de Celada, D. José Antonio Solares González y don Jovino Carvajal Carvajal.

En la actualidad existen en la Sección gijonesa 54 socios fundadores, que lo son los que se inscribieron en el año 1904.

Total recaudado el año 1913,	Ptas.	18.864,80
Id. « « 1912,	«	15.859,75
Aumento de la recaudación,		Ptas. 3.005,05

En la actualidad forman la Sección 583 asociados efectivos, hallándose un 15 por 100 adelantados y los restantes, sin una sólo excepción, al corriente.

Esta Sección a permanecido todo el año en el cuadro de honor ocupando el tercer lugar entre las de su categoría.

## La extracción de arena

El dignísimo Comandante de Marina de esta provincia, velando con verdadera solicitud por los intereses de Gijón, y demostrando un alto sentido de prudencia, dirigió al señor Alcalde una comunicación por la cual se fijan las concesiones para extraer arena de nuestras playas y consignando las debidas limitaciones a que se ha de sujetar la extracción en la de San Lorenzo.

Con sumo gusto reproducimos dicho oficio, congratulándonos del celo y el espíritu de justicia con que tan prestigiosa autoridad ha procedido en este importantísimo asunto.

La referida comunicación dice así:

«Los diversos comentarios que leo en la prensa diaria y revistas locales acerca de la extracción de arena en la playa de San Lorenzo para rellenar el muro que le limita, y el saber que hay proyectos por parte de ese Ayuntamiento que usted tan dignamente preside para llegar a una subasta o contrato de relleno a base de autorización por esta Comandancia para la extracción de cuanta arena se precise para ese caso, me obligan a manifestarle que, velando por los intereses de Gijón, para quien la playa es y será, cada día de mayor escala, un venero de riqueza a cuyo cuidado y conservación debo atender con toda preferencia, la autorización se limita a poner de nuevo en vigor la ya concedida en 5 de Septiembre de 1911 y 22 de Septiembre de 1912.

»Por la primera se autoriza para extraer arena de la dársena «El Fomentín», por acuerdo de sus propietarios, y de las de Aboño, Estaño y demás playas de la comprensión del concejo; y por la segunda se autoriza la extracción en la desembocadura del Piles en casos especiales en que por la acumulación de una gran cantidad de arena se estanquen o puedan estancarse las aguas de aquel río, constituyendo un peligro para la salud pública.»

Copiamos a la letra la precedente comunicación y sin comentarla, puesto que con claridad meridiana explica en qué condiciones se ha de hacer la extracción en la playa de San Lorenzo, quedando sentado que la arena se podrá extraer en la desembocadura del Piles, en casos especiales en que por la acumulación de una gran cantidad de arena, se estanquen o puedan estancarse las aguas del Piles, constituyendo un peligro para la salud pública.

Con lo cual no podemos menos de mostrarnos absolutamente conformes, holgando, por lo tanto, todo comentario.

\* \* \*

Cuando ya estaba ajustado el presente número, hemos recibido un escrito que nos envía *Un gijonés que de veras ama la playa*, cuyo escrito publicaremos, si lo creemos oportuno, en el próximo.

### MALES INTERNOS

## El alimento de los albuminúricos

El Dr. Robin ha formulado el régimen alimenticio que deben seguir los albuminúricos en las siguientes conclusiones:

1.<sup>a</sup> El régimen ejerce una gran influencia sobre los albuminúricos, cualquiera que sea el origen de la albúmina.

2.<sup>a</sup> Ninguna regla fija permite *a priori* aplicar indistintamente tal o cual régimen a un albuminúrico, aun cuando se haya establecido el diagnóstico de la variedad anatómica y clínica de la nefritis de que se trata; en otros términos, cada albuminúrico presenta una personalidad mórbida que no permite imponerle de antemano determinado régimen, cualquiera que sea el valor científico de que goce.

3.<sup>a</sup> Para cada albuminúrico es indispensable una experiencia previa que permita fijar el régimen más apropiado para disminuir la eliminación de la albúmina.

4.<sup>a</sup> El régimen lácteo absoluto y los lacto-vegetal y lacto-animal, dan generalmente menos albúmina que aquéllos en que la leche no entra.

5.<sup>a</sup> La albúmina aumenta cuando se sustituye el vino a la leche.

6.<sup>a</sup> La alimentación por los huevos da menos albúmina que la carne.

7.<sup>a</sup> Un régimen compuesto de huevos y de leche da con frecuencia menos albúmina que el régimen lácteo exclusivo.

8.<sup>a</sup> Entre las carnes, la ternera y el buey convienen más a los albuminúricos que el pollo y el cordero.

9.<sup>a</sup> El pescado aumenta la eliminación de albúmina casi siempre.

10.<sup>a</sup> Entre los vegetales, las patatas, las coliflores y el arroz son los que producen menos eliminación de albúmina.

11.<sup>a</sup> Es raro que la adición de pan a un régimen cualquiera aumente la eliminación de albúmina.

X Es preciso leer para instruirse, para corregirse y para consolarse.

Cristina de Suecia

# EL HILANDERO

«Juventud sin amores no es juventud»

Frío intenso se difunde  
por la aldea solitaria,  
el torrente se despeña embravecido  
y en las crestas de los montes reverberan tocas albas.

Tocas albas, que la nieve  
lentamente extiende y cuaja;  
tocas albas, que semejan en la altura  
de un gigante envejecido la corona de sus canas.

Duerme el río aprisionado  
de los hielos por las garras,  
ruje el viento con salvaje algarabía,  
y sacude el abanico gigantesco de sus alas.

Es la noche febrerina  
muy oscura, noche helada,  
tracletean las madreñas por las losas  
y se sienten los ladridos del mastín en la majada.

Entre riscos y entre breñas  
ululando el lobo vaga,  
suenan lejos el *rum rum* de los cencerros  
y el mujido quejumbroso plañidero de las vacas.

La cocina tiene fuego,  
que levanta rojas llamas,  
y a los bordes de ese fuego, que da vida,  
juguetonas hilan lino, se divierten las muchachas.

Hilan, hilan rubio lino,  
hilan, hilan blanca lana,  
y escuchando de sus novios los sentires  
gira el huso entre sus dedos y el amor prende sus almas.

Todos ríen dulcemente,  
todos gozan, todos charlan,  
y en idilios inocentes las mozuelas  
sus quereres dicen locas, fuertemente enamoradas.

Ellos cantan amorosos  
de la tierra las tonadas,  
y procuran con sus cantos distraerlas,  
con el ansia de que el huso de las manos se les caiga.

Porque saben que al cogerlo,  
cuando rueda por la falda  
de la joven, que lo suelta por descuido,  
da derecho a una sonrisa, y calor a una esperanza.

Ellas miran a los mozos  
y les roban las miradas,  
y entre risas y agradables cuchicheos  
de la rueca en las costillas va acabándose la lana.

Son las doce y canturreando  
se retiran a sus casas,  
tracletean las madreñas por las losas,  
cae la lluvia lentamente y adormece el son del agua.

Se detienen en la calle,  
y se escuchan tiernas charlas,  
callan luego mas de pronto se renuevan  
y se dicen quedamente: «Ya es muy tarde, hasta mañana.»

Así pasa, allá, en mi tierra  
los inviernos la mozada,  
al arrullo de monótonos hervores  
del caldero suspendido de la amplísima campana.

**Ricardo Alonso Montiel.**

## SECCION INFANTIL

### Contra las guerras

¿Quién no sabe lo que es la guerra?  
Voy a daros una idea de lo que es: es la bar-  
barie mayor que existe, ya no debía de existir,  
porque este no es el siglo de los cartagineses,  
sino el de la civilización.

Defender la patria es noble, pero no a ma-  
chetazos, ni con los fogonazos de los cañones,  
etcétera, sino con los chispazos de la ciencia.  
Alemania no se puede decir que está civilizada  
mientras se matan unos a otros; España, Italia,  
etcétera, no son cristianas, porque Jesucristo nos  
dijo: «Amaos los unos a los otros».

Los *salvajes* que piensan en la guerra son  
los que no tienen nada que hacer, porque sino  
no pensarían en mandar hombres al otro mundo.

Figuraos un pobre padre, por ejemplo, es  
viudo, pero tiene hijos, va a la guerra y... ¡adiós!

¿No valdría más que en vez de esas máqui-  
nas destructoras se hiciesen instrumentos de  
agricultura, plumas, etc.?

Y esos hombres que en la guerra sucumben,  
¿no hacían más falta trabajando?

¡Europeos, protestad contra las guerras!

¡Mueran las guerras! Repito otra vez que las  
naciones no se salvan a cuchilladas, sino con la  
ciencia.

RAMÓN NOGUERA DELGADO.

Alumno de la Escuela de Santa Doradía, núm. 1 (10 años)

\* \* \*

### ¡Libertad indefensa!

La civilización ha producido esa monstrosi-  
dad del acuartelamiento en los colegios, y a  
nosotros toca combatirla. Es inconcebible que a  
la edad en que nuestros hijos están más necesi-  
tados de cuidados y consejos cariñosos se les  
secuestre lejos de la familia, privándoles de las  
grandes enseñanzas que lleva consigo la vida,  
la cual no se les muestra sino como una amena-  
za y un peligro. ¿Qué tiene de extraño que el  
niño abandonado a sí mismo, sin el apoyo de  
los afectos que le ayudarían en su trabajo, sienta  
perplejidades y temores, y falta de protectores y  
de amigos caiga en el descorazonamiento? Fácil  
es comprender que si los adultos carecen a me-  
nudo de la energía necesaria para afrontar las  
contrariedades de la existencia, con menos razón  
podrá exigírsele al niño entregado a su propia  
suerte, que sea el varón fuerte de que le hablan  
continuamente sus maestros, sin darle los me-  
dios, ni infundirle el aliento necesarios para que  
llegue a ser una voluntad.

Por eso rompiendo vanos convencionalís-  
mos, y convencidos de que así prestaremos un  
buen servicio a la causa de la infancia y a su

libertad, indefensa en estos tiempos liberales, debemos combatir esa absurda reclusión a que se somete a los niños, atrofiando prematuramente sus facultades nativas, a cambio de engendrar en sus débiles cerebros incomprensibles temores y tristezas y una visión fatal de la vida que empequeñece el espíritu y el carácter de los hombres de mañana.

¡Sea, pues, nuestro grito de guerra contra el pesimismo; de libertad para la infancia!

\* \* \*

## Fisiología de los sentidos

### El oído

El sonido es el resultado de las vibraciones de los cuerpos que se comunican entre estos por medio del aire. Este comunica a la membrana del tímpano del oído los sonidos externos y esta membrana a los nervios auditivos que transmiten al cerebro todas las sensaciones acústicas.

El pabellón de la oreja es una trompetilla acústica natural que tiene por objeto recorrer y concentrar los sonidos para conducirlos dentro del conducto auditivo externo. La supresión de esta membrana cartilaginosa, disminuye notablemente la potencia auditiva; y, aun cuando no se suprime, tan sólo se llaman sus repliegues con una sustancia blanda dejando lisa la superficie, también disminuye de modo muy sensible la audición.

Los pelos de la entrada del oído tienen por objeto evitar la introducción de insectos y partículas de polvo que perjudicarían la facultad de este sentido.

La secreción de *cerumen* sirve también para aumentar la fuerza conductora del sonido cualidad propia de toda sustancia resinosa.

Los violentos impulsos del aire, producidos por grandes explosiones, descargas de cañón o eléctricas muy cercanas producen, muchas veces, la sordera (1).

Así como algunas personas quedan ciegas por haber recibido súbitamente una impresión de luz demasiado intensa, otras ensordecen también por la violencia de una detonación cercana.

### Los auxiliares del oído

El sentido del oído se ha amplificado con la maravillosa invención del *micrófono* y del *teléfono*. El primero para aumentar la intensidad de los sonidos; y el segundo para trasladar a grandes distancias la voz humana. El instrumento que realiza este prodigio se llama *teléfono*, palabra formada del griego por dos voces griegas: *tele*, que significa lejos, y *phone* que quiere decir voz. El autor de este gran descubrimiento fué

M. A. Graham Bele, natural de Edimburgo. El profesor Bele se había consagrado primeramente a la educación de sordosmudos. La primera experiencia de su teléfono se efectuó el 13 de Noviembre de 1877, entre la costa inglesa y francesa y a la distancia de 34 kilómetros, dando los más sorprendentes resultados.

El oído humano, gracias a los progresos científicos, posee, como el ojo, su microscopio y su telescopio admirables.

Los tres sentidos restantes, de que nos ocuparemos, carecen de tan poderosos auxiliares, hasta la hora presente.



COLABORACIONES

## Influencia personal

Existe en nosotros una cualidad latente, desconocida para la mayor parte de la humanidad, pero que, sin darse cuenta, muchos la emplean con gran ventaja sobre los demás.

Los que conocen esta filosofía son verdaderamente sorprendidos al observar los efectos de su poder sutil, que vence los mayores obstáculos, dirigido con verdadero acierto y energía.

Ningún hombre podrá negar que ha hecho en este mundo cosas que otro le ordenó; solamente los que poseen esta ciencia saben con habilidad evadirse de llevar a cabo mandatos que no tienen por qué realizar; pero téngase en cuenta que cuando el hombre no está prevenido, puede ser influenciado por aquel que, instruido en el asunto, vaya al logro de alguna cosa.

Tal estado pasa, en su mayor parte, cuando nuestras facultades objetivas no racionan, siendo muy aptos entonces a obedecer lo que en nuestro estado normal no haríamos.

Se puede hacer esto en estado despierto, y se lleva a cabo todos los días. Cuántos se quejaron y se quejan de que tienen días desgraciados para sus negocios, y no se fijan que ellos son los culpables por no desarrollar hábilmente ese poder, innato en todos, y que nos capacita para rechazar lo malo y acatar lo bueno con determinación.

No importa cuanto usted sepa ni el esfuerzo que pudiera hacer en contra de esta influencia cuando no se sabe el secreto; el estudio de esta ciencia le pondrá a usted en condiciones de resistir su influjo y de obrar a su antojo sobre los demás.

Dos cosas importantísimas se derivan del desarrollo de esta cualidad: saber que usted no está dirigido por ninguna otra persona, porque su tacto y sentido común le ponen a cubierto de

(1) Considerando la suma importancia que tiene la higiene del oído nos proponemos tratarla oportunamente en sección aparte de esta revista.

todas las tramas en que quisieran envolverle, y, por lo tanto, reunir condiciones para dirigir a los demás, sin que ellos se den cuenta, porque esa es la habilidad, dirigir, y los dirigidos crean que lo hacen por su propia iniciativa y conveniencia.

G. LAVANDERA.

— — — — —  
DIVULGACIONES  
— — — — —

## Contagio en las peluquerías

.....

La «Sociedad de Profilaxia» de París, ha estudiado el informe presentado por el Dr. Fouquet acerca de los riesgos de contagio que corre el público en la mayor parte de las peluquerías, por razón del poco o ningún esmero que se pone en la asepsia de las navajas, tijeras y aparatos de cortar el pelo. Con este motivo se ha llamado la atención del Consejo de Higiene, instándole a ocuparse en el asunto para atajar ese mal y el Consejo se propone dictar disposiciones para reglamentar la limpieza y esterilización de los instrumentos de las peluquerías.

Se prohibirá el uso de la piedra de alumbre llamada antiséptica, puesto que el Dr. Remlienger ha encontrado 68.250 bacterias por centímetro cúbico de agua en que se ha lavado dicha piedra después de usarla, y en su lugar deberá emplearse alumbre calcinado en polvo, que se aplicará al cutis con un poco de algodón en rama. Del mismo modo se aplicará el polvo de arroz, cuidando de tirar el algodón después de cada servicio.

Los instrumentos cortantes, navajas, tijeras, etc., deberán ser bien lavados en una solución de carbonato de soda al 1 por 100, bien enjugados después con un paño muy limpio y por último pasados por una llama de alcohol antes de servirse de ellos.

Las brochas, peines, cepillos y aparatos de cortar el pelo se guardarán en un mueble que cierre herméticamente y en cuyo interior se colocará una taza o platillo con una solución de formol al 40 por 100: antes de usuarios se meterán en agua hirviendo, y cada noche se desengrasarán con agua de jabón amoniacal.

Se recomendará además a los barberos que no repasen la navaja en la palma de la mano, pues se ha probado que este instrumento contiene 7.000 bacterias antes de esterilizarlo; 14.000 después de pasarlo por la correa de afilar, y 26.000 después de repasarlo en la palma de la mano.

Algunos despreocupados tal vez considerarán lo expuesto como un exceso de precauciones; pero en realidad todas son pocas cuando se

piensa en el número de personas de todas clases y condiciones que frecuentan las barberías y peluquerías, y entre las cuales puede haber alguna que padezca tal o cual enfermedad contagiosa que, por medio de los instrumentos, pueda propagarse a otros parroquianos. ¡Cuántos hay que, sin otra causa que el contagio adquirido en esos establecimientos, se ven atacados de esa afección que vulgarmente se llama «pelada» y que les deja redondeles sin pelo y de mal cariz en el cuero cabelludo!

Lo más seguro fuera que cada cliente tuviese sus instrumentos (peine, tijeras, etc.), particulares, que sólo se usasen para su servicio: de no poder hacerlo así, el único recurso que queda es exigir que se tomen las precauciones antisépticas que arriba se han indicado.

— — — — —  
**PENSAMIENTOS**  
— — — — —

No hay en el mundo exceso más hermoso, que el del agradecimiento.

*La Bruyère*

Natural es de pobres contar muchas veces el caudal.

*Séneca*

El oprobio está en el crimen y no en el cadalso.

*Corneille*

Sé lento en resolver y pronto en ejecutar.

*Isócrates*

Las falsas amistades son más dañinas que las enemistades declaradas.

*Morrice*

Las personas muy susceptibles son muy poco susceptibles de conservar una larga amistad.

*Gouper*

Los escrúpulos sirven para el crimen, jamás para la virtud.

*Confinhall*

La mayor sabiduría del hombre consiste en conocer sus locuras.

*La Rochefoucauld*

Tener muchos criados no es más que ser criado de muchos.

*Zabaleta*

## DE COSAS VARIAS

### Peligros de los aperitivos

Se hace preciso repetir a esos «burgueses», a esos empleados, a esos comerciantes que pasan muchas veces su jornada en un espacio reducido, escaso de aire y luz (al contrario del obrero, que trabaja de firme al aire libre y que resiste mejor porque elimina más), hay que repetirles, decimos, que tratándose de aperitivos, no hay nada comparable al ejercicio físico metódico y moderado, a la vida higiénica y regular, y que si las bebidas llamadas «aperitivos», no han excitado jamás el apetito en los que sólo excepcionalmente lo toman, en cambio llegan a destruirlo bien pronto en el que los usa a diario. Además, ocasionan graves desórdenes digestivos y nerviosos, preparan el terreno para todas las enfermedades, «forman el nido» a todas las infecciones, anulan toda resistencia vital... ¡Cuántas tisis, cuántas neurastenias, diabetes, gotas, parálisis, reblandecimientos, lesiones del hígado o albuminarias han sido originadas y sostenidas por el repetido uso del *licor verde!* y también cuántas pneumonías, gripes, fiebres y anginas de curso completamente benigno se convirtieron en funestas para el sujeto fiel al *vermouth* o al *amargo*, en vez de curarse bienamente como sucede al que posee órganos que no se han desgastado por los pretendidos alcoholes higiénicos!

### Agua de quina (tónico para el cabello)

Corteza de quina.....	60 gr.
Sal de tártaro.....	6 —
Alcohol.....	150 —
Esencia de tuberosa....	2 —
Esencia de Ylang-Ylang.	3 —
— de azahar.....	1 —
Agua hirviendo.....	1 litro

Verted el agua sobre la corteza de quina y pasad por tamiz al cabo de dos días. Añadid en frío las demás sustancias y filtrad.

#### Agua dentífrica

Tintura de quina.....	15 gr.
— de canela.....	5 —
Agua de flor de naranjo.	50 —
Alcohol.....	500 —
Esencia de menta.....	20 gotas

Mezclad. Para los cuidados de la boca verted algunas gotas en medio vaso de agua hervida.

### Curiosidades

El prurito senil, picazón de los viejos, se alivia o se hace desaparecer cepillando las regiones de la piel atacadas de esa molesta picazón, descamando de la epidermis las capas prurigerosas.

Así lo afirma, después de prolijas experiencias, el Dr. Janicke, médico del hospital de Santa Isabel, en Breslau.

Se atribuye un consumo anual del azúcar por habitante en kilogramos: a Gran Bretaña, 44; Estados Unidos, 32; Francia, 17; Alemania, 14; España, 8; Noruega, 5 1/2.

El gasto de cerveza se calcula igualmente por litros y habitante en la siguiente proporción: España, 0,57; Italia, 4,50; Canadá, 18; Francia, 27; Holanda, 36; Suiza, 63; Estados Unidos, 67,50; Dinamarca, 108; Alemania, 121; Gran Bretaña, 135.

Consumo anual de carne por habitante en kilogramos: Estados Unidos, 67; Inglaterra, 45; Francia, 35; España, 30; Italia, 24.

## ECOS Y NOTAS

### Gracias

Enviamos las más cumplidas gracias al Sindicato Católico de oficios varios, «La Unión», domiciliado en el Centro de Acción Social, Cables, 49, por la invitación con que nos ha obsequiado para asistir a dos divertidísimas veladas teatrales, celebradas durante las fiestas del Carnaval.

### Visita

Hemos sido honrados con la visita de «La Reconquista», semanario científico-literario, de información y órgano de la Asociación de Maestros de Cangas de Onís, donde se edita tan interesante publicación.

Muy gustosos correspondemos a la atención, estableciendo el cange con el simpático colega.

### Alargando el Carnaval

El mal tiempo reinante en este último período fué causa de que se aplazara para mañana domingo el festival interrumpido por la lluvia el pasado martes.

Bien puede ser esto un precedente para que, lo que hasta ahora se limitaba a tres días de jolgorio carnavalesco con el epílogo del entierro de la sardina, se llegue a prolongar toda una semana y *aínda mais*.

Porque resistencia y ánimos para ello los está demostrando nuestro pueblo.

¡Y luego diráse que decaen las energías de la raza!

## EFÉMERIDES

Día 26 de Febrero de 1903.—Se conmemora en Roma el XXV aniversario de la muerte del célebre astrónomo Padre Secchi, recibíendose adhesiones de los Observatorios astronómicos y Universidades, Academias y Centros científicos de todas las naciones.

Un grupo de capitalistas ingleses, italianos y brasileños forman un «trust» para acaparar el comercio de los cafés del Brasil, proyectando aumentar el precio del producto en un 30 por 100, por lo menos.

Día 27 de Febrero de 1851.—R. O. disponiendo que los que pretendan incorporar en España título extranjero, de cualquiera de las profesiones médicas, acompañen a sus solicitudes el título original o el testimonio de él, completamente legalizado, y, además, los certificados o documentos legales que prueben los estudios y prácticas que hayan hecho o seguido para obtenerlo.

Día 28 de Febrero de 1844.—Real orden autorizando la construcción de una casa de baños, con fondos y recursos del Hospicio provincial de Oviedo, en el manantial de Fuensanta, de Buyeres de Nava.

### FECHAS NOTABLES

Año 1798.—Ministerio Saavedra-Jovellanos.

Año 1808.—Constitución de Bayona (25 de Julio).

### HOMBRES CÉLEBRES

**Farnesio** (Alejandro).—Tercer duque de Parma, pariente de Felipe II; fué uno de los más distinguidos generales del siglo XVI; en la jornada de Lepanto, en la toma de Amberes, de Breda y de otras varias ciudades mostró todas las cualidades propias de un buen general y de un príncipe digno de su nombre. Vivió 47 años y murió en 1592.

**Herrera** (Alonso).—Autor de un tratado de *Agricultura general*, por el cual ha sido reputado por mucho tiempo el Columela de la España moderna.

**Rosa** (Salvator).—Pintor, poeta, músico, comediante y bandolero, que nació en 1615, cerca de Nápoles. Su vida fué una serie de aventuras. Su genio satírico le ocasionó serios disgustos; sus pasiones fueron impetuosas, hasta mezclarse en la revolución con Massaniello. Dejó cuadros muy buenos y escritos satíricos de gran mérito. Murió en 1673.

## LECTURAS FESTIVAS

—¿Sabéis, le dijo uno al insigne filósofo Sócrates, sabéis que fulano habla mal de vos?

—¿Y qué me importa que no haya aprendido a hablar bien?

### En un examen de física

El Profesor.—La máquina neumática. Trace usted su figura.

Comienza el discípulo a tirar líneas, cuyo trazado va recordando la figura de un cajón. Se detiene, se vuelve al tribunal y mira al profesor, como quien dice: Ya está.

—¿Ha terminado usted?

—Sí, señor.

—¿Del todo?

—Sí, señor.

—Pero si eso es un cajón y nada más.

—Sí, señor; un cajón.

—Si yo le he dicho la máquina neumática.

—Sí, señor, la máquina neumática

—¿Pues cómo se entiende eso?

—Es que la máquina va dentro.

### Humoradas

Fernanda, pienso en ti con tal empeño, que si duermo, no duermo: engaño al sueño.

Serás feliz si metes con prudencia en un saco el amor y la conciencia.

Después de bien pensado, fué mi tiempo perdido el más ganado.

*Campoamor.*

### En un tribunal

El Juez.—Señora, ¿conoce usted al demandante?

—No, señor.

—¿Pues no es usted su mujer?

—Sí, señor; pero si le conociera, no me hubiera casado con él.

A una señora muy parlanchina se le caían los dientes.

Un médico explicaba el fenómeno diciendo: —Eso se debe a las continuadas coces que arrima a su dentadura con su lengua.

—¡Señorita! ¿Este perrito es de usted?

—Y de usted.

—Gracias. Lo digo porque acaba de mordirme.

—Eso no importa; otro día le morderá usted a él y quedan en paz.