

CULTURA E HIGIENE

PUBLICACION SEMANAL

AÑO IV

GIJON 30 DE OCTUBRE DE 1915

NÚM. 183

Perseverancia triunfante ⁽¹⁾

Se acrecientan cada día las predilecciones y los cariños que de antiguo sentimos por la Asociación popular de Cultura e Higiene de Tremañes. Es que la conducta social de esta colectividad meritoria nos simpatiza íntimamente. Han transcurrido nueve años desde que allá por el de 1906, nuestro querido amigo Dionisio Cuervo, acompañado por un núcleo de entusiastas tremañinos y con el decidido concurso de los elementos más activos de la Asociación gijonesa, iniciara los trabajos para organizar este Centro, solemnemente inaugurado el día 22 de Abril del referido año.

Desde aquella fecha hemos seguido atentamente la marcha, ora próspera, ora adversa, de esta Sociedad. Lamentables defecciones y desfallecimientos que siempre surgen en obras como esta, que imponen callados y constantes sacrificios a los que en ellas actúan, le ocasionaron crisis tremendas que llegaron a neutralizarla y a sumirla en la inacción. Pero esto obedecía a causas naturales de cansancio y a los grandes obstáculos que la indiferencia y hasta la hostilidad de muchos, crearon a aquellos primeros luchadores que habían acometido tan ardua y difícil empresa cultural. Mas apenas pasados algunos períodos de quietud, como el ideal seguía latente en el alma de aquellos buenos ciudadanos, la Asociación resurgía con más intensidad y pujanza. ¿Véis por qué nos simpatiza profundamente esta Asociación? Porque su vida de luchas y contrariedades corre parejas con las vicisitudes sufridas por la Asociación gijonesa, alma inicial de esta obra de cultura popular. Hay, pues, una identidad de orden moral que hermana a las Asociaciones gijonesa y tremañina. La lucha ha sido para las dos pródiga en tristezas y amarguras. Y las dos recogen por fin el fruto de su abnegación y constancia, llegando a alcanzar una vida estable y relativamente próspera en la actualidad.

La inauguración de este local magnífico al servicio de la Sociedad de Cultura e Higiene de Tremañes, patentiza nuestras palabras al afirmar

prosperidades y éxitos que vienen a premiar vuestra virtud y vuestra constancia. No seguiremos adelante sin resaltar el mérito grande de este triunfo, obtenido sin reclamos de relumbrón, y sólo a costa de luchar denodada y calladamente, alentados por una fe inmensa en el ideal.

Se acrecientan, sí, hemos de decirlo con entera sinceridad, nuestros cariños, simpatías y predilecciones hacia esta Asociación tremañina, porque en todo se identifica con nuestro espíritu. Primero ha sabido vencer las dificultades opuestas a su formación moral y consciente, estableciendo lo esencial a la colectividad: la consistencia y la fuerza que une espiritualmente a los hombres en las luchas por los grandes ideales. Una vez inculcados en el corazón y en la conciencia de la mayoría del vecindario de Tremañes, aquellos sentimientos y aquellas ideas que informan la razón de ser de la Sociedad de Cultura e Higiene, y orientada la comunidad en ese verdadero sentido cultural, su Directiva piensa en darle decoroso albergue dotándola de un local acondicionado a su carácter, a sus fines y a sus necesidades. Este criterio recto y este procedimiento constructivo con que se cimienta sólidamente la obra de Cultura e Higiene en Tremañes, no puede menos que acrecentar nuestra admiración hacia esos hombres sencillos, exentos de toda presuntuosa pedantería, y que así saben acomodar su labor a las modalidades que las circunstancias demandan.

Las Asociaciones de Cultura e Higiene han de inspirarse en ese recto criterio, en ese procedimiento constructivo y en ese espíritu de sinceridad. Nada de impacencias y afanes por obtener éxitos aparentes, sin eficacia, por procedimientos engañosos. Ello equivaldría a desvirtuar la obra, confundiéndola entre las mil mentiras convencionales con que se alimenta la frivolidad de una sociedad decadente que se muere en medio de la más triste esterilidad y en la más ignominiosa impotencia para el bien. Los frutos de esta labor empiezan a verse. Basta sólo reflexionar sobre lo que en Tremañes ocurre. Aquí existe una Asociación de Cultura e Higiene que constituye una fuerza indestructible al servicio de nuestros ideales. Habrá todavía quienes no estén absolutamente percatados del verdadero carácter y de la recta finalidad a seguir por estas Asociaciones, pero es indudable que existe un núcleo batallador, consciente e identificado que sabrá llevar la

(1) Leído en la Asociación de Cultura e Higiene de Tremañes, con motivo de inaugurarse su nuevo local.

obra por rectos derroteros, ya que en todos domina la más pura honradez de intenciones y un grande amor a la causa. Con elementos como esta Asociación, cuyas bondades nos complacemos en consignar, estrechamente hermanados y extendidos por todos los barrios y parroquias del concejo, creednos: el triunfo positivo de la cultura y la higiene no se hará esperar. Todo consiste, repitámoslo, en que las colectividades y los hombres que en ellas actúan, sepan acomodar su conducta social a ese criterio recto, a ese procedimiento constructivo, a ese espíritu de sinceridad, de disciplina moral, de fraterna armonía y cooperación de que tantos ejemplos nos ofrece este Centro de Tremañes, al que cariñosa y efusivamente saludamos en esta hermosa fiesta inaugural de su nueva casa, donde le deseamos crecientes prosperidades.

FRANCISCO SUÁREZ ACEBAL.



CONTRA-ALCOHOLISMO

.....

—El obrero debe abandonar la taberna y desterrando los licores, tomar leche, café, te o cacao; que son sustancias verdaderamente nutritivas.

—La profilaxis del alcoholismo consiste en grabar en la memoria los preceptos siguientes:

—La embriaguez alcohólica está en razón inversa del grado de inteligencia.

—Para las inteligencias rudimentarias la embriaguez alcohólica es una dicha inefable y una manera de burlar las necesidades nutritivas.

—El alcohol es el más brutal de los venenos de la inteligencia y de la reproducción de la raza.

—El vino sólo alimenta a los consumos y a las aduanas para empobrecer a los pueblos.

—Los ingleses dominan sus inmensas colonias, más con la fuerza del alcohol que con la de las armas.

—La apetencia para los vinos, aguardientes y licores, determina la inapetencia para los alimentos.

—Todos los intereses que representa en agricultura y comercio la industria del alcohol, son infinitamente pequeños ante la salud de un pueblo.

—El alcoholismo es gran enemigo del único capital del obrero: la salud.

—Además de la tiranía de los reyes sobre la vida de los pueblos, existe la tiranía del alcohol.

—El alcohol no es un alimento porque al verificarse la combustión en el organismo produce calor; el verdadero alimento aumenta la resistencia vital y se ha demostrado que el alcohol disminuye la fuerza muscular.

Por la infancia

La tos ferina

Abundan actualmente los casos de tos ferina o coqueluche, enfermedad que la mayoría de las personas conoce por la denominación de tos convulsiva.

Esto nos mueve a ocuparnos ahora de la preservación de la contagiosa dolencia y a exponer cómo, una vez adquirida, coadyuva la higiene a su tratamiento.

Aun cuando los estudios hasta hoy realizados no permiten definir con exactitud la naturaleza de la tos ferina, coinciden los clínicos con los bacteriológicos en considerarla de origen microbiano, por la analogía que en su aparición, curso, transmisibilidad y acción inmunizante para el que la padeciera ofrece, con las debidas a otros microbios patógenos; abrigando todos la creencia de que la serosidad y el moco que segregan la nariz, laringe y bronquios de estos pacientes son vehículos de los microorganismos, y por tanto agentes del contagio. En dichos productos han aislado los experimentadores diversas clases de gérmenes, asignando cada cual al que descubriera la acción especial productora de la enfermedad. Así Afanassieff, Koplick y Czaplewski la atribuyen a un *bacilo*; Ritter a un *diplococo*, y Darcker, Kurloff y otros a un *protozoo*, seres vivos extremadamente pequeños que difieren en su forma, reacciones y grado de jerarquía orgánica. Y aquí terminan los datos de laboratorio, pues ni se ha conseguido producir artificialmente la enfermedad en los animales, ni se ha obtenido ninguna otra noción positiva que haga entrever la resolución del problema. Contamos, pues, sólo con la observación de los enfermos y a ella nos ceñiremos para lograr deducciones de transcendencia práctica.

Demostrando la experiencia que la enfermedad de que nos ocupamos es muy transmisible y que, como ya hemos dicho, la serosidad y el moco citados son elementos directos de su propagación, se impone como primera medida profiláctica, la que es común a todas las enfermedades contagiosas: evitar que se relacionen los sanos con los enfermos. Mas esta precaución, relativamente fácil de cumplir cuando se trata de los males infecciosos que exigen la reclusión del paciente, presenta dificultades en lo que toca a la coqueluche, puesto que en la mayoría de los casos prescribe el médico a estos enfermos que permanezcan durante muchas horas al aire libre. Unase a lo dicho que la tos ferina casi no se padece más que en la infancia, edad en que la irreflexión y desconocimiento del daño que puede producirse a los sanos, no mueve a esquivar su compañía; y de otra parte, que algunos padres,

tutores o encargados de la custodia de los enfermos, por incuria o por ignorancia, no cumplen el humanitario deber de aislarlos y se comprenderá cuánto se multiplican las probabilidades de contagio. Así pues, cuando se presenta una epidemia de coqueluche, hay que extremar la vigilancia de los niños sanos, y separarlos de todo lugar en que, más o menos transitoriamente, se haga vida colectiva infantil.

Conviene a este propósito recordar la facilidad con que se adquieren infecciones en tranvías y carruajes de alquiler; condenar la indiferencia que permite al niño beber en vasos de establecimientos públicos, y hacer presente que en los paseos y en los colegios es donde se establece más íntimo contacto entre los niños. Es también costumbre censurable el confiar la vigilancia de los pequeñuelos a niñeras, que con la imprevisión y descuido propios de su incultura, antes favorecen que evitan el contacto y relaciones referidos.

En cuanto a los colegios, doloroso es confesarlo, no ofrecen garantías higiénicas en este punto. En general, el maestro, peritísimo en concepciones especulativas pedagógicas y a veces en la función práctica educadora, apenas si tiene concepto de la higiene, y de seguro carece de ciertas nociones médicas rudimentarias, que le serían provechosas para alejar a tiempo de la escuela a los niños atacados de enfermedades transmisibles y para no admitir con lamentable anticipación a los convalecientes de dichos males. Estas deficiencias, por otra parte, no suelen llenarse por los municipios, organizando un buen servicio de inspección sanitaria de los centros de enseñanza elemental.

Hablando de aislamiento, no pasaremos adelante sin censurar a los jefes de familia, pocos en número por fortuna, que considerando a la tos ferina—y también al sarampión y otros males—como un tributo que ha de pagar la infancia a las infecciones, lejos de aislar al enfermo, favorecen su íntimo contacto con los sanos, a fin de que éstos contraigan y *pasen cuanto antes* la infección de que se trate. Somos conocedores de semejantes hechos, y hemos oído sostener la peregrina teoría, no sólo a gentes indoctas, sino a más de una persona que se picaba de culta. Nada más absurdo. No sólo suele estar inspirada esa conducta en el deseo de procurarse *cuanto antes* una tranquilidad egoísta que ahorre las molestias y cuidados que los deberes de previsión imponen, sino que la creencia de que dichas enfermedades constituyen fases por que forzosamente ha de pasar el organismo en esa edad, episodios evolutivos necesarios de la vida, como lo son, por ejemplo, la dentición y el destete, revela supina ignorancia y puede llegar a ser criminal, tratándose, como se trata, de males que pueden terminar fatalmente. Por el contrario,

de la casa en que se presente un caso de tos convulsiva, deben salir los niños sanos, evitándose toda relación con las personas y cosas que existan en ella, y no deben volver hasta que pase la enfermedad y la convalecencia, y esto, previa una desinfección escrupulosa.

(Concluirá)



De un Congreso

.....

El Congreso de las Ciencias recientemente celebrado en Valladolid, ha sido una grandiosa manifestación donde se revelara el profundo saber de las más altas personalidades de la intelectualidad española que heroicamente estudia y trabaja en los silenciosos laboratorios del pensamiento y en el incesante batallar por descubrir las verdades de la ciencia.

El índice escueto de las Secciones que a continuación anotamos dan idea de la grandísima importancia científica de este Congreso.

Son las siguientes: Sección de Ciencias Matemáticas; de Astronomía y Física del Globo; de Ciencias físico-químicas; Ciencias Naturales; Ciencias sociales; Ciencias Filosóficas, Históricas y Filológicas; Ciencias Médicas.

Por cientos se han contado las Memorias y las Comunicaciones admitidas por las Mesas de las respectivas Secciones en que el Congreso se ha distribuido con perfecta organización. Ello indica que en España existen numerosas falanges formadas por sabios varones, de por vida consagrados al estudio y por jóvenes meritisimos que llenos de entusiasmo emprenden con ardimiento la empinada senda que lleva a las cumbres del humano saber.

CULTURA E HIGIENE cumple en el campo de la publicidad una misión educativa de carácter popular. Pero en esa labor en apariencia sencilla y vulgar, no puede prescindir de las luces que descenden de las alturas de la ciencia. Por eso y por altas razones de amor al progreso, esta Revista acoge con inmenso júbilo aquella Asamblea verificada en la ciudad vallisoletana donde los sabios españoles practicaron una revisión de sus trabajos y estudios. Fué ello una gallarda ostentación de sabiduría. Un torneo que avivará el estímulo y la noble emulación de todos, acrecentando su esfuerzo y avivando sus ansias de elevar el nivel científico de nuestra patria.

Ahora una pregunta: ¿dónde han estado meditados los sabios de aquí, esos que tanto presumen y que todo lo miran con desdén; esos que tampoco nos ayudan en esta labor instructivo-popular? Hasta ahora les hemos tenido cierto respeto, creyendo que su gerarquía intelectual les alejaba de nuestra modesta, aunque transcen-

dental obra, para dedicarse a más difíciles estudios científicos y a empresas de alta cultura; pero al ver que en ese Congreso de Valladolid, a donde acudieron todos los hombres que en España estudian y trabajan para engrandecer el círculo de sus conocimientos, procurando con ello el progreso de las ciencias, no ha parecido nadie de aquí, francamente, se nos bajó el alma a los pies; y con estos habíamos de expresar lo que ante tal decepción sentimos... Mas nos revela hoy del comentario amargo, la circunstancia atenuante de no haber sido absoluta la ausencia de los sabios que aquí se alimentan; y mucho nos place decir, al hablar estas cuatro palabras del Congreso de las Ciencias, que a él concurrió un hombre que sin presumir de sabio, puede ser maestro de muchos que por ahí se las dan de tales. Este congresista es el notable químico y profesor mercantil don Nicolás Elías Ozalla. Sí; gracias a él, Gijón estuvo representado en el Congreso de Valladolid. En la Sección de Ciencias físico-químicas, leyendo ante la admiración de los congresistas una Memoria desarrollando el tema: «La plata coloidal eléctrica», el Sr. Ozalla ha dado una gallarda prueba de lo mucho que vale y de lo mucho que de su laboriosidad y su estudio se puede esperar. Así lo reconocieron hombres de gran autoridad en el mundo de la Ciencia como Rodríguez Mourelo, Julio Guzmán, Luna Noguerras, Lavilla, Muñoz Ramos, el padre Valderrábano, Giralt, Granell y otros muchos de envidiable reputación científica con quienes compartió el señor Ozalla en la correspondiente Sección, y de los cuales ha merecido tan cariñosas como efusivas felicitaciones a las que unimos la nuestra no menos cordial y afectuosa.



A Pin el Ajustador

.....

VIII

Amigo Pin: no diré que te he enseñado a moverte, pero sí a saber cómo te mueves. No habré alterado el modo de contracción de una sola de tus fibrillas musculares, pero sabes el esfuerzo y el aprendizaje que esas han hecho para llegar al dominio motriz de que estás poseído.

Y pues ya sabes cómo manda el cerebro; cómo caminan las órdenes motoras, y cómo los músculos obedecen o se resisten o acuden intempestivos, hora es ya de que sepas cómo se cansan esos músculos; cómo se embotan los nervios; cómo se aniquila el cerebro; cómo, en fin, se fatiga el obrero y se pierden las facultades de un buen mecánico.

Vamos a seguirle el camino a la fatiga, y por si en esos pasos pudieses encontrar penosos desencantos a lo que tú te figurabas de la humana resistencia: por si hallases demasiado pronto, topes, vallas u obstáculos al humano poder, he de atajar de antemano tal peligro, y he de darte un aliento inicial para que salves airoso esos topes o esas desilusiones.

Déjame antes—y a ver si sé—entonar un animoso canto al progreso motriz en el mundo viviente, y entre los áridos estudios a que te he sometido y los otros penosos que aún te esperan, tengamos un respiro y hagamos un deleitable *intermezzo*. Antes de ver cómo se oxida, cómo se entorpece y aniquila la máquina, veámosla funcionar y oigamos el ritmo que trae desde que empezó a moverse en los más lejanos tiempos de la vida.

Desde que aparecieron en la tierra las primeras células, los primeros organismos vivientes, diferenciáronse ya dos tipos o dos tendencias; el tipo activo, la tendencia a acometer, y el tipo resignado, de devoción a la defensa.

De este partió el reino vegetal, el de las células de envoltura resistente; el que se resignó a nutrirse y a vivir de substancias minerales, condenándose, a cambio de su pereza, a una quietud eterna. ¡Células que hacen madera; que rutinarias, dormidas o miedosas, fabrican ellas mismas su cárcel, y encarceladas mueren, siempre en los mismos rudimentos de la vida!

Del otro tipo; de la tendencia opuesta, salió el reino animal, el de las células que no se parapetaron, sino que salieron a la lucha, y fiando más a su movilidad que a su defensa, supieron aprovecharse de la substancia orgánica ya elaborada por los otros.

Ya en el reino animal, el rumbo de los seres sigue marcándose según su tendencia a atacar o su tendencia a la defensa, y la naturaleza sigue premiando los esfuerzos motrices y sigue encarcelando a los miedosos. Repara en los moluscos, que al fabricarse sus fuertes murallas de protección, quedaron aplastados entre ellas.

Los que en el mar primero, o en la tierra, después, soltaron sus corazas buscando siempre mayor movilidad viéronse siempre premiados en el perfeccionamiento de sus formas y en mayores dominios. Los peces que trocaron las conchas por las escamas, dominaron los mares; de los animales terrestres que se hicieron más ágiles, fueron los montes y los valles.

El humano progreso; la evolución de los pueblos, sigue el camino de los esfuerzos motrices; de la mayor movilidad. Mientras el hombre atendió a su defensa en las cavernas, era como una fiera; mas cuando echó el cuerpo fuera y se decidió al ataque supo dominar las fieras y se hizo dueño de los campos y los montes.

Los pueblos que se aislaron; los que fabri-

caron murallas defensivas en vez de salir al mundo, quedáronse atrasados, dormidos, semi-muertos en su encierro: los que ágiles, intranquilos y esforzados, salieron en éxodo o correría, fueron los amos y los dominadores, y de ellos fué el progreso.

En la historia de las guerras, las más pesadas armaduras, las corazas de hierro, fueron efímeras; venció la agilidad, la ligereza, la movilización rápida, la soltura para el ataque.

En esta guerra que presenciamos hoy, la más grande del mundo, seguimos viendo que no sirven parapetos ni murallas, ni fuertes, ni corazas; no es de la defensiva la victoria, sino la mayor movilidad en la tierra, en el aire y por la superficie o por los fondos de los mares.

Vence el audaz; evoluciona y progresa el que se esfuerza, el que más y mejor se mueve hacia una finalidad práctica, el que no satisfecho del movimiento de sus brazos, mueve unas herramientas, y si no bastan, busca las fuerzas de la naturaleza para que mueva volantes y rodillos y piñones, y así gana dominio en la naturaleza, gana trabajo y gana mejor vida.

Y hoy como siempre, los pueblos que se encastillan, que se amurallan en la rutina, o en la tradición, y que no salen de las puertas en busca de nuevas herramientas, de nuevas ideas, de nuevos métodos; los que sienten horror por la novedad, los *misoneistas*, los que se obstinan en los mecanismos viejos, en las máquinas antiguas, en ideas muertas, mueren entre sus murallas, entre la miseria de sus talleres, o se condenan a una vida somnolenta, como la de una ostra entre sus valvas.

En esos puede como una reminiscencia, aquel atractivo a la defensa, a la mayor quietud; el atractivo de la pereza o de la debilidad, incapaces de buscar innovaciones o de adaptarse a ellas. Aún perduran en el hombre las tendencias de aquellas células de los albores de la vida, que por inercia se quedaron a formar el reino vegetal; aún resucitan en la especie humana los instintos de aquellos primeros animales que por no arrostrarse, por no innovar, se encerraron en su caparazón e hicieron su propia cárcel.

No seas tú, Pin, de los que se encierran y parapetan: sé tú de los audaces, de los no resignados a todo lo que sea rémora, torpeza, dificultad en el trabajo o imperfección de mano de obra. Súmate a la falange de los innovadores, de los que buscan y adaptan los procedimientos nuevos, las herramientas más perfectas, la maquinaria más precisa y complicada. Sublévate contra la rutina y arrostra nuevas dificultades. Sal a la competencia, no te atrincheres; busca siempre mayor movilidad mecánica y de pensamiento. No mires hacia abajo, hacia los fondos barrocos, donde por haberse quedado a la defensa pasa la ostra su vida semidurmiente; mira

hacia arriba, hacia donde vuela el águila ágil y altiva; hacia donde ya vuela el hombre con alas que le dieron todos los audaces que por la vida animal han desfilado.

Puedes; podrás llegar a todas las perfecciones; tienes alas en tu cerebro, y dominio de tu mecanismo motriz robusto y delicado; no deben desanimarte los obstáculos; debes, precaviéndote de la fatiga física agotadora, dar abrigo a todas las ilusiones en la exquisitez de tu trabajo.

He aquí mi canto, mi aliento antes de comenzar el estudio de la fatiga. Si te hablo así es porque además de esa fatiga física, hay otra llamada *inercia psíquica*, agotamiento del ánimo más que del cuerpo; la que hace ver insuperables los obstáculos, enormes las dificultades del camino, y débiles las facultades propias para lograr vencerlas.

Hay días, también en la vida juvenil, en que todo se ve negro, en los que el más entusiasta de una labor, de una carrera, de un estudio emprendido, se cree incapaz, se cree inepto, se conceptúa en desventaja entre todos los hombres, desespera de todo lo que hasta entonces ha hecho, y desconfía de lo que pueda hacer. Hay días en los que el cielo de todos los ideales se viene abajo; en los que se derrumba la torre que el hombre se había fabricado con todas sus ilusiones; en los que aplana, no el cansancio de los músculos, sino el del alma; horas de fatiga psíquica en los que se ahogan los más nobles impulsos, en las que el más audaz parece rendirse y entregarse.

Contra esas horas, contra esos días te escribo yo estos párrafos, pues siendo sugestiva esa sensación de ineptitud que a veces abrumba el alma, nada mejor que un canto a la movilidad y a la obstinación de espíritu que dé fuerzas preventivas.

No, no, titán querido; cuando ante los libros, ante las herramientas, ante la pizarra o ante una labor dificultosa, te amenace ese decaimiento, esa merma en el impulso inicial que pueda malograr tu empeño, piensa en que el fenómeno es pasajero, un día de fatiga psíquica, el que seguramente se desvanecerá con un descanso. No rasgues los papeles, no borres los cálculos, no rompas el dibujo o el modelo; descansa, toma aliento, no desmayes de tu capacidad, ten fe en ti mismo, coge alas, pues ya ves que Icaro al fin tiende el vuelo, y ya los hombres se acercan a los dioses.

Y ahora, si no olvidas esta lección preventiva, vamos a estudiar esos obstáculos, esas dificultades, los límites humanos fisiológicos a la labor de un obrero mecánico, lo que son el surmenaje, el agotamiento y la fatiga.

Y da recuerdos y recibe un abrazo de tu amigo

Vigo, Octubre de 1915.

MARIO GÓMEZ.

“Cultura e Higiene” de Tremañes

En el número del pasado lunes reseñó el diario local *El Pueblo Astur*, la fiesta celebrada el domingo, 24 de Octubre, en Tremañes, para inaugurar el nuevo domicilio de la Asociación de Cultura e Higiene de esta parroquia. Siendo aquel trabajo informativo fiel trasunto de la referida fiesta, nos complacemos en reproducirlo aquí. Con ello nos proponemos que nuestros lectores se enteren, por un periódico imparcial, de la solemnidad, el carácter y la brillantez de dicha inauguración, y así evitaremos que, de ser nosotros quienes reseñásemos la hermosa fiesta, se atribuyera al excesivo amor que sentimos por las Asociaciones de Cultura e Higiene, las frases que en elogio de la de Tremañes pudiéramos consignar, aun siendo esta expresión de la verdad. Véase, pues, como *El Pueblo Astur* refleja el acto del pasado domingo en la reseña que transcribimos a continuación:

«INAUGURACION DE UN NUEVO LOCAL

A las tres de la tarde de ayer, tuvo lugar en Tremañes, la inauguración del nuevo local que ha de ocupar la simpática sociedad de Cultura e Higiene de aquellos barrios.

El salón de actos estaba ricamente adornado con guirnaldas y flores, resaltando la ornamentación de la puerta principal, en la que flameaba la hermosa bandera de esta sociedad cultural.

Presidió el acto don Severino Valdés, Presidente de «Cultura e Higiene» de Tremañes, y profesor de instrucción pública.

Asistieron los miembros de las sociedades de «Cultura e Higiene» de la Calzada, Natahoyo, Ceares, Llano, Granda y Gijón; representaciones del Ateneo Casino obrero y de otros centros gijoneses.

Numeroso público llenaba el salón.

La fiesta Inaugural comenzó con un prelude musical, ejecutado por la rondalla infantil de la Asociación.

A continuación, hizo uso de la palabra don Manuel Ríos, dando expresivas gracias al joven artista don Mariano Moré, quien desinteresadamente pintó el telón de boca del Teatro de la Asociación, notable obra, en que revela su autor condiciones escenográficas excepcionales.

También tuvieron frases de agradecimiento para los vecinos de aquella parroquia don Alvaro Suárez, don José María Morán y don Manuel Díaz, por la desinteresada cooperación que prestaron en los trabajos de instalación que se efectuaron en el nuevo local.

En representación de la Sociedad de Cultura e Higiene de Ceares, dirigió la palabra a los asistentes, don Silvestre Trabanco, quien resaltó

la positiva eficacia de la acción social de estas instituciones de cultura popular.

El presidente de la del Llano, D. Miguel Ciurana, combatió el alcoholismo que embrutece y degrada a los hombres y cantó un himno al arte y a la cultura que los ennoblece y dignifica.

«Pachín de Melás», leyó un cuento muy oportuno, ingeniosamente escrito y de gran moraleja.

Don Miguel Díaz, profesor de instrucción primaria del Ateneo de la Calzada, sucursal del Casino Obrero de Gijón, dió lectura a un notable trabajo basado sobre la cultura popular que realizan estas sociedades, creadas por la iniciativa popular y que tan notoriamente contribuyen a la reforma de las costumbres y educación del obrero.

Seguidamente pronunció un discurso elocuentísimo de afirmación de la confraternidad de de estas entidades culturales, el presidente de Cultura e Higiene de la Calzada.

El niño José María Suárez, recitó admirablemente un poema de inspirado autor que agradó muchísimo.

Acto seguido, la rondalla nos deleitó con varios números de música selecta.

El Presidente de Cultura e Higiene del Natahoyo, leyó a continuación unas cuartillas y el Secretario de las Sociedades hermanadas, de este mismo carácter, D. Gerardo Lavandera, pasó a la tribuna para darnos cuenta de un hermoso trabajo, alusivo al acto.»

NUESTROS APUNTES

Terminan aquellas notas informativas refiriéndose benévolamente al cariñoso escrito enviado por nuestro director y leído por el entusiasta miembro de la directiva de la Asociación de los Barrios Nuevos de Ceares, D. José María Suárez, cuyo escrito figura en la primera plana de este nuestro número.

También se dedican muy merecidos elogios al ilustrado maestro de Tremañes, D. Severino Valdés, que presidió el acto, pronunciando al final un sentido discurso de elogio al Centro de Cultura e Higiene de Tremañes, y de exhortación a aquel vecindario para que preste en todo momento su asistencia y su concurso a la gran obra de educación popular que estas Sociedades están llamadas a realizar, en unión de la escuela de enseñanza primaria.

* * *

La Rondalla infantil formada por alumnas de la Academia de solfeo e instrumentos de cuerda perteneciente a la Asociación gijonesa de Cultura e Higiene, dió una de las notas más sugestivas de la reseñada fiesta. Las pequeñas artistas amenizaron los intermedios interpretando hermosas obras de concierto, siendo calurosamente

aplaudida su difícil labor por todo el público que llenaba el salón donde el acto se verificó.

* * *

Entre la numerosísima concurrencia que asistió hemos visto al presidente, en funciones, de la Asociación gijonesa don Antonio Alvarez García, al vocal de la Antiflamenquista don José María Marqués al bibliotecario de la de los Barrios Nuevos don Santiago Rodero, al director del Colegio Agrícola Jovellanos don José María Palacios, al joven pintor escenógrafo don Mariano Moré y al ex concejal don Gerardo Alvarez, sintiendo no recordar con exactitud los nombres de otros muchos culturales que asistieron en representación de las Asociaciones hermanas, Ateneos y demás Centros similares.

De cosas varias

El aire se introduce en nuestros pulmones a razón de 15 inspiraciones de medio litro por minuto. Pasan a nuestra cavidad torácica 7 litros y medio de aire por minuto, o sea 450 litros o próximamente medio metro cúbico por hora.

Este aire inspirado en las proporciones de 79 de nitrógeno y 21 de oxígeno, sale en la espiración cargado solamente de 15 a 16 de oxígeno. Las 4 o 5 centésimas de oxígeno que han desaparecido se han transformado en ácido carbónico. El hombre exhala, pues, en una hora próximamente 20 litros de ácido carbónico, 480 litros en veinticuatro horas, más de medio metro cúbico, formados a expensas del carbono de nuestro organismo. Se demuestra por un experimento muy sencillo esta producción continua de ácido carbónico en la respiración. Basta soplar por medio de un tubo de vidrio en un vaso lleno de agua de cal para ver que se enturbia el líquido por la formación de carbonato calcio. En una sala completamente cerrada, la respiración humana concluye por hacer el aire impropio para la vida, si por medio de una ventilación enérgica no se elimina el ácido carbónico y se renueva la provisión de oxígeno.

* * *

El agua muy cargada de zumo de limón es muy buena contra los dolores de cabeza y contra el reumatismo.

—Para limpiar los espejos empléese una pelota de papel de periódico bien seco, pero apretada.

—Antes de hervir leche debe enjuagarse la cacerola con agua fría. Así se evita que la leche se pegue.

Ecós y Notas

En la Asociación de Cultura e Higiene de los Barrios Nuevos se celebró ayer viernes una importante reunión de propietarios convocados por la Directiva de aquel Centro popular para darles cuenta de los trabajos practicados para ver de construir una sección de alcantarillado en la parte oeste de aquellos dilatados Barrios.

En la reunión se obtuvieron las adhesiones de gran número de propietarios y se dió cuenta de otros muchos que desde los primeros momentos ofrecieron su decidido concurso a la obra proyectada. Esta no tardará en ser un hecho para bien de la higiene y el ornato de aquellos populosos Barrios interurbanos.

* * *

El domingo 7 del mes entrante se verificará el acto de instituir las Banderas, aplazado por causas que impidieron celebrarlo en la fecha acordada.

El programa diferirá muy poco del ya publicado. Se celebrará una fiesta oficial en uno de nuestros teatros durante la mañana, yendo después en corporación a saludar al Ayuntamiento como primera representación del pueblo donde las comisiones serán recibidas por los señores Alcalde, concejales y otras personalidades.

Después si el tiempo no está lluvioso se organizará una fiesta popular al aire libre en una extensa finca próxima a Gijón.

En la prensa diaria se publicarán por la Comisión ejecutiva detalles definitivos y concretos de este programa, aquí levemente esbozado a guisa de información preliminar que damos a nuestros lectores y a las muchas personas que esperan con gran interés la celebración de aquella fiesta.

* * *

La circunstancia del tiempo inseguro y con tendencia a lluvia en que nos hallamos durante el actual período, ha determinado un aplazamiento de la fiesta con que se ha de inaugurar oficialmente y solemnemente la Asociación popular de Cultura e Higiene de los Barrios Nuevos anunciada para mañana domingo. Y ha contribuido también a dicho aplazamiento la proximidad de los actos que se organizan para instituir las Banderas de las Asociaciones hermanas, y que una vez celebrados podrá ya lucir la enseña de la de Barrios Nuevos en su fiesta inaugural, como desean con el mayor entusiasmo todos los asociados. Así pues tan pronto como la institución de dichas Banderas se verifique, llevarase a cabo la aplazada fiesta, luciendo en ella la hermosa bandera que ostenta el título de la Sociedad de los Barrios Nuevos.

Miscelánea

Hombres, frases y hechos célebres

Anibal Carraccio.—Hermano del famoso pintor del mismo apellido, llamado Agustín y discípulo de su primo Luis Carraccio. Nació Anibal en 1560. Después de haber sido sastre y platero, se dedicó a la pintura y sobrepujo en talento a su hermano y a su maestro. Murió a la edad de 49 años.

Poderoso caballero es don dinero.—Frase intencional, originaria del estribillo de una letrilla de Lope de Vega.

De los grandes tratados de paz.—París: pactado en 1856; *Partes contratantes:* Francia, Rusia, Turquía, Inglaterra, Prusia y Cerdeña. *Cláusulas esenciales:* integridad del Imperio otomano; neutralidad del Mar del Norte. *Consecuencias:* Reglamento provisional de la cuestión de Oriente.

Hombres y mujeres

¿Extrañas, bella mía,
que aún ame con locura?
¡Qué quieres! Mi pasión por tu hermosura,
puede más que mis años todavía.

Modelos de los grandes sacrificios,
y tipos tan honestos como bellos,
no he visto nunca una mujer con vicios
ni hallé jamás hombres de bien sin ellos.

Campoamor

Adagios

- Juzga por las acciones, no por los doblones.
- Más vale un amigo que pariente ni primo.
- En la boca del discreto, lo público es secreto.
- Los dineros del sacristán, cantando se vienen y cantando se van.
- Asqueroso os habéis tornado, pues ya comisteis de ese guisado.
- La murmuración pasa y el dinero queda en casa.
- Primero son mis dientes que mis parientes.
- Alquimia probada, tener renta y no gastar nada.
- En arca de avariento, el diablo yace dentro.
- De los leales, se hinchan los hospitales.
- Huye del que mal te aconseje, antes que él te deje.
- A quien no le sobre pan, no críe can.
- Si el pez sale del agua, luego acaba.
- Bolsa sin dinero, llámola yo cuero.
- Dios no se queja, mas lo suyo no lo deja.
- Abad avariento, por un bodigo pierde ciento.
- Ni todo ha de ser miel, ni todo hiel.
- Desnudo nací, desnudo me hallo, ni pierdo ni gano.
- Si quieres ser Papa, pónitelo en la testa.

Lo que se ha escrito

Cuando un hombre está muy malo de algún mal que sea furioso y trenético, si por acaso vienen al tal enfermo alegrarse algo y dar grandes risadas de súbito, es gran señal que morirá presto. También se escribe del hombre que está malo de algún humor melancólico, es a saber, que huelga estar a solas en lo oscuro, triste y callado, que si el tal enfermo se pone a mirar a otro de hito en hito, es muy evidente señal que morirá presto. También se escribe del hombre o mujer que pasan de los ochenta años, que si les viene de súbito hambre canina, que a cada hora quieren comer, es gran señal de que se quieren morir.

A. de Guevara

Lecturas festivas

Un individuo muy ambicioso, se queja de que el gobierno no le haya dado nunca una gran cruz, y a este propósito le dice un amigo:

—Tienes razón, y no comprendo lo que te sucede. Han condecorado a tantos imbéciles que no sé cómo se olvidan siempre de tí.

* * *

Había echado un borracho su chaqueta sobre la burra que llevaba delante. Al poco tiempo se le cae la chaqueta, y cogiéndola el borracho, la echa sobre la burra, diciendo: ¡ridiez! una chaqueta más!

A los cinco pasos se le vuelve a caer y exclama muy utano: ¡ridiez! otra chaqueta; a la burra con ella.

Habiéndose repetido la operación 10 o 12 veces, se le cayó por última vez en un puente, y dice: ¿Pa qué quiero tanta chaqueta? Y cogiéndola ¡zás! la tiró al río.

* * *

Dos señoritas sensibles a los efectos del frío, se dirigieron a un almacén de leña para hacer provisiones.

—¿Qué desean las señoras?—les preguntó el carbonero.

—Veinte arrobas de leña.—dijo una de ellas.

—¿De encina o de álamo?

—Mejor será de palosanto—objetó la otra.—De ese modo hará juego con la sillería.

* * *

Entre amigos:

—¿Qué noticias tienes de Enrique?

—Malas. De resultas de una caída ha quedado casi imbecil.

—Tanto mejor.

—¿Cómo!

—Sí; porque antes de caerse lo era completamente.