



BOLETIN
 DEL
 COLEGIO DE MÉDICOS
 DE LA
 PROVINCIA DE CIUDAD REAL

SE PUBLICA EL DIA 1.º DE CADA MES



ROBORRENAL
ROBERT

(RECONSTITUYENTE)

PREPARADO POR

JOSÉ ROBERT Y SOLER
 INGENIERO-QUIMICO Y FARMACEUTICO

FARMACIA ROBERT · Calle 74
 BARCELONA.

Los Sres. Médicos la recetan en las tres formas

GRANULAR · ELIXIR · INYECTABLE





Sueros Antituberculosos S A T; previene y cura

OPOZERAPICOS "UNIVERSUS"

INFORMES: Felipe Plaza Martin, Practicante, Tintoreros, 6, Ciudad Real.

BOLETIN
DEL
COLEGIO DE MEDICOS
DE LA
PROVINCIA DE CIUDAD REAL

AÑO II

1.º OCTUBRE 1919

NUM. 15

SUMARIO

Acta de la sesión de la Junta de Gobierno. — Reales Ordenes del Ministerio de la Gobernación. — El Médico en la Escuela (continuación). — De interés para la clase médica. — Noticias.

Acta de la sesión celebrada por la Junta de Gobierno

Presidente

D. José Martín

Vicepresidente

D. Alejandro Colás

Secretario

D. Alfredo Badía

Tesorero

D. Julián Bonilla

Contador

D. Bernardo Mulleras

Vocales

De la capital

Ausente

De los nueve Distritos

restantes no asistió

ningún Vocal ni escu-

só su asistencia.

En Ciudad-Real á 19 Septiembre de mil novecientos diez y nueve, reunidos en segunda convocatoria los señores cuyos nombres al margen se espresan, en el salon de actos, bajo la Presidencia de D. José Martín con objeto de celebrar esta sesión para la que han sido citados en forma legal, llegada que fué la hora señalada, el Sr. Presidente declaró abierta la sesión y dada lectura del acta de la anterior fué aprobada por unanimidad.

El Sr. Presidente dió cuenta de un oficio del Sr. D. Luis López, Médico con ejercicio en Puerto-Lápiche, lamentándose de no poder cumplir el requisito de los sellos en los documentos médicos por no remitirlos el Presidente de la Delegada, recibiendo continuas quejas del Sr. Juez y en la segunda parte de su oficio denunciando un caso de intruismo, sin especificar nom-

bre alguno. Se acordó oficiar á dicho Sr. invitándole á que gestione del estanco de la localidad, se encargue del depósito de sellos y lo ponga en comunicación con este Co'legio, para intervenir directamente y respecto al segundo extremo, que esta junta deseosa de velar por los intereses de la clase médica, invitarle á que dé el nombre del que ejerce el intrusismo.

Dióse cuenta de una carta de D.^a Carmen García, Viuda de don Zacarías Fernández, dando las gracias, por el sentido pésame que se le dirigió por el Sr. Presidente del Colegio y se acordó constase en acta. Leída que fué la carta firmada por D. Angel de Lera médico en los Cortijos (Fuente el Fresno) se acordó oficiar á dicho Sr. significándole que no tiene derecho á cobro de 100 pesetas que dice le adeuda la Sociedad Benefica de Membrilla, ya que él por su cuenta y riesgo, abandonó dicha Sociedad y dejó incumplido el contrato y respecto á la quejas que formula á cerca del Sr. D. Jesús Herrera, Médico de Fuente el Fresno, por su relaciones profesonales, que con mucho gusto atenderemos su indicación, para lo que se oficiará al S. Herrera, rogándole ilustre á este colegio sobre los extremos motivo de molestia. No habiéndose presentado el Sr. Mosquera, de Alcolea de Calairava, despues del oficio de este Colegio, la junta acuerda dar por terminado el asunto de dicho Sr. con el Practicante señor Carretero, oficiándole cumpla lo que verbalmente ofreció al señor Carretero y caso de no llevarlo á efecto, conminarle con la publicación en el BOLETIN del asunto íntegro.

El Sr. Presidente dió cuenta de la anormal situación de los Médicos de Jeréz con relación al municipio que por falta de pago de haberes, habían resuelto la declaración de huelga y que solidarizando con dicha actitud, dió orden para que se dirigiera telegrama de adhesión á los compañeros y protesta al Sr. Gobernador civil de Cadiz, la junta aprobó y elogió dicha iniciativa.

Siendo de trascendental importancia el proyecto de Mutualidad que en forma de Circular se publicó en el BOLETÍN MÉDICO de este Colegio del mes de Junio y deseosos de conocer la opinión de todos los médicos, se creyó oportuno, antes de convocar a junta General, recomendar a los Presidentes de Distrito,

citasen a junta de Distrito y después de detenido y concienzudo examen, nombrasen á un delegado, que en la junta Provincial los representase evitando las dificultades constantes de la falta de número en las juntas Generales.

Por último el Sr. Bonilla da cuenta de una carta que le dirigió don Aurelio de la Fuente, de Almagro, interesándole para que vea el por qué de no aparecer en el *Boletín Oficial* de la provincia el aviso de creación de nueva plaza de Médico Titular de Almagro después de haberlo notificado por dos veces al Gobierno Civil. La junta acordó oficiar al Sr. Gobernador civil, recordándole dicha omisión y verbalmente rogarle su pronta publicación. No habiendo más asuntos de que tratar el Sr. Presidente levantó la sesión.

Ministerio de la Gobernación

EXPOSICION

SEÑOR: La promulgación de la ley de 4 de Julio de 1918, reguladora de la jornada de la dependencia mercantil, y el Reglamento provisional para su aplicación, aprobado por Real decreto de 16 de Octubre de 1918, han creado la necesidad de establecer la inspección sanitaria de los locales y establecimientos mercantiles destinados al internado y permanencia de los dependientes de comercio á quienes se refieren las citadas disposiciones legales.

La inspección de las oficinas y escritorios no está reglado en la ley de la jornada de la dependencia mercantil más que á los efectos del descanso continuo de doce horas, establecido en el concepto primero del artículo 1.º de la misma. No se ocupa la citada ley de la inspección higiénico-sanitaria de los locales ú oficinas donde prestan sus servicios los dependientes de escritorio ó de contabilidad. Hay necesidad de subsanar esta omisión teniendo en cuenta las aspiraciones legítimas de estos funcionarios particulares, manifestadas en la segunda conclusión del Congreso de empleados de escritorio, celebrado en Sevilla á

comienzos del mes de Mayo último, y elevadas inmediatamente á conocimiento del Gobierno de V. M., consistentes en pedir la higienización de los locales destinados á oficinas ó escritorios. Es de indudable justicia y conveniencia social atender esta demanda con verdadera efectividad, y como este servicio tiene mucha semejanza con el de la inspección de los locales destinados al alojamiento de la dependencia mercantil, debe someterse su ejecución á las mismas reglas.

Los servicios que á estos efectos han de ser prestados por los funcionarios de Sanidad en las diversas poblaciones de España son de carácter social; de consiguiente, la ejecución de los mismos se encomienda á los Inspectores municipales de Sanidad; y los honorarios compensadores de los trabajos que estos funcionarios practiquen deben guardar armonía con los señalados en otros conceptos afines de las tarifas sanitarias vigentes.

La Inspección general de Sanidad, en cumplimiento de la cuarta disposición general del Real decreto de 24 de Febrero de 1908, que dispone podrán ampliarse ó modificarse las tarifas sanitarias cuando lo impongan las necesidades del servicio, por disposiciones especiales, con informe del Real Consejo de Sanidad, ha presentado una propuesta á este Cuerpo consultivo, relativa á los honorarios que deben pagarse á los Inspectores municipales de Sanidad por los trabajos de inspección á establecimientos mercantiles ú oficinas de escritorio y de contabilidad, habiendo aprobado por unanimidad dicho Real Consejo la tarifa que, en unión del adjunto proyecto de Decreto, el ministro que suscribe tiene la honra de someter á la aprobación de V. M.

Madrid 20 Septiembre de 1919.—SEÑOR: A. L. R. P. de Vuestra Majestad.

MANUEL DE BURGOS Y MAZO

REAL DECRETO

A propuesta del Ministro de la Gobernación.

Vengo en decretar lo siguiente:

1.º De conformidad con el dictamen del Real Consejo de Sanidad, se aprueba la adjunta tarifa de los derechos que deben percibir los funcionarios de Sanidad por los trabajos de inspec-

ción que practiquen, con arreglo á lo dispuesto en los artículos 26, 27, 36 y del 51 al 56 del Reglamento de la jornada de la dependencia mercantil, así como por las visitas de inspección giradas á oficinas de escritorio ó de contabilidad.

2.º En consonancia con los artículos 51, 52 y 76 de la Inspección general de Sanidad de 12 de Enero de 1904, y la Real orden aclaratoria de 22 de Abril de 1905, los servicios de que se deja hecha mención serán desempeñados en las capitales de provincia de más de cuarenta mil almas, por los Subdelegados de Medicina; en las de menos de cuarenta mil almas, por los Inspectores provinciales de Sanidad; en las cabezas de partidos judiciales, por los Subdelegados de Medicina, y en los pueblos rurales, por el Médico titular, y caso de haber más de uno, por el de título académico superior, ó el de más antigüedad.

3.º Los derechos señalados en las tarifas adjuntas se entenderán adicionados á las tarifas vigentes, y se someterán en su cobro y liquidación á las formalidades legales establecidas para los demás servicios sanitarios, con arreglo á la ley de 3 de Enero de 1907, el Real decreto de 24 de Febrero de 1908 y las Reales órdenes complementarias.

Dado en Palacio á 20 de Septiembre de 1919.—ALFONSO.—
El Ministro de la Gobernación,

MANUEL DE BURGOS Y MAZO

Tarifa de derechos por la inspección sanitaria, autorizada por la ley de la Jornada mercantil de 4 de Junio de 1918, y aprobada por Real decreto de 20 del actual.

1.º Inspección sanitaria de las casas y locales destinados al alojamiento ó internado de la dependencia mercantil, que autoriza el artículo 15 de la ley de 4 de Julio de 1918.

Por la Inspección, informe, certificado, anotaciones en los libros, actas y oficios que se extiendan en estas visitas con arreglo á lo dispuesto en el Reglamento provisional para la aplicación de la ley de la Jornada de la Dependencia mercantil:

a) En poblaciones de menos de 50.000 almas.

Inspección de cada edificio donde se alberguen de uno á cinco dependientes, 5 pesetas.

Idem íd. íd. de cinco á diez dependientes, 10 pesetas.

Idem íd. íd. de diez en adelante, 25.

b) En poblaciones de más de 50.000 almas.

Inspección de cada edificio donde se alberguen de uno á cinco dependientes, 10 pesetas.

Idem íd. íd. de cinco á diez dependiente, 20.

Idem íd. íd. de diez en adelante, 50.

2.º Inspección sanitaria de los locales que en un mismo edificio se destinen á escritorios ó á oficinas de contabilidad donde presten sus servicios los empleados particulares de este ramo, á petición de las entidades parcnlares interesadas, ó según se disponga por las Autoridades competentes:

Por la inspección que se practique y el informe oficial que se emita por el Inspector municipal de Sanidad que realice este servicio:

a) En poblaciones de menos de 50.000 almae:

Inspección de cada oficina de escritorio ó establecimiento de crédito, donde trabajen de uno á cinco dependientes, 5 pesetas.

Idem íd. íd. de cinco á diez dependientes, 10.

Idem íd. íd. de diez en adelante, 25.

b) En poblaciones de más de 30.000 almas:

Inspección de cada oficina de escritorio ó establecimiento de crédito, donde trabajen de uno á cinco dependientes, 10 posetas.

Idem íd. íd. de cinco á diez dependientes, 20.

Idem íd. íd. de diez en adelante, 50.

Madrid, 20 de Septiembre de 1919. Aprobado por S. M.—Manuel de Burgos y Mazo.

Inspección General de Sanidad

Siendo varios los Jueces municipales de esa provincia que, no obstante lo ordenado por la Dirección general de los Registros en circular de 22 de Junio último, continúan enviando á este Ministerio los partes de defunciones por enfermedades infecciosas é infecto contagiosas á que se refiere la citada circular; para que la Real orden de 6 de Mayo próximo pasado pueda ser cum-

plimentada en todas sus partes, gestionará V. del Gobernador civil, si fuese necesario, á fin de que esta Autoridad se sirva interesarlo de quien corresponda, el cumplimiento por parte de los Jueces municipales de la repetida circular para que los partes de referencia se envíen á esa Inspección en vez de hacerlo é este Ministerio.

Los que indebidamente han sido remitidos á este Centro serán enviados á V. para que sean recopilados los datos en los correspondientes estados.

Al propio tiempo debe esta Inspección llamar la atención de usted respecto á los plazos marcados en que han de ser facilitados los trabajos estadísticos, a fin de que éstos se reciban con la debida oportunidad; pues el retraso tan considerable en este servicio y la falta absoluta de datos de algunas Inspecciones provinciales dificulta la publicación de los *Boletines* de la estadística sanitaria.

Dios guarde á usted muchos años. Madrid, 16 de Septiembre de 1919.—El Inspector general, Manuel M. Salaza.

Señor Inspector provincial de Sanidad de...

Trabajo premiado en los Juegos Florales celebrados por el Ateneo de esta capital y cuyo premio, concedido por el Colegio Médico, para el Tema El Médico en la Escuela, ha recaído en el Lema «*Meus sana in corpore sano*» del que es autor doctor Manuel Fernández Aldama (Almadén).

EL MÉDICO Y EL MENAJE ESCOLAR

Se denomina *menaje escolar* al resto de los medios circundantes del niño en la escuela y que no se refieren al local.

Comprende el menaje los muebles y objetos que son necesarios ó convenientes para la enseñanza y que exigen las necesidades propias de la vida escolar.

En este concepto, el menaje no solo es el *mobiliario* imprescindible en una escuela sino también el *material de enseñanza*.

Nos ocuparemos, á la ligera, de este, para detallar luego la cuestión importante de mobiliario, principalmente en lo que se refiere á los pupitres ó mesas escolares.

Los *tibros*, constituyen uno de los auxiliares más precisos para la enseñanza; de los incluidos en el material escolar, es quizá el de uso más fre-

cuenta; por esto deben determinarse cuidadosamente sus condiciones higiénicas.

El papel sobre que han de imprimirse, es la primera cuestión á tratar; debe ser recio, encolado, opaco, á fin de que no se trasluzca la impresión tipográfica del reverso. El color del papel, no es indiferente; los caracteres negros sobre fondos blanco brillante, fatigan la vista. Javal ha hecho prevalecer en Francia el principio de dar al papel de los libros, un color amarillo suave, color garbanzo, que da por resultado la absorción, mejor dicho, la supresión de los rayos de una extremidad del espectro, violeta, índigo y azul. En España, algunos autores de buen gusto y amantes de su arte, han seguido esta beneficiosa innovación que, por otra parte, es sumamente barata. Las letras rojas sobre fondo blanco, se recomienda mucho para los miopes á los que es altamente beneficiosa esta impresión. Las letras blancas sobre fondo negro parecen mayores que las negras en fondo blanco del mismo tamaño, pero éstas son más convenientes para la lectura á distancia; por esto van bien para los encerados, pizarras, etc.

Las letras que se empleen para libros escolares, no serán menores que las del tipo litográfico número 12; los espacios intervocabulares serán amplios y también los interlineales.

La impresión debe ser clara y limpia y los márgenes medirán cuando menos, en libros de cuarto menor, dos centímetros.

Tanto los libros, como los lápices, portaplumas, papel de escribir, etcétera, serán *individuales* y aun á trueque de recurrir á los más enérgicos correctivos (morales, ya que repugnamos los materiales por ser brutales, contra producentes, peligrosos y desmoralizadores) se evitará el intercambio de estos utensilios entre los niños, como también el que los lleven á la boca, los guarden en los bolsillos ó los destinen á otros usos que los directos y propios de cada uno.

No puede negarse que la desidia de estas reglas es causa de trasmisión de enfermedades entre la población escolar. Y ya que algo hemos dicho de lápices y portaplumas, añadiremos que éstos deben ser prismáticos y gruesos; no se permitirá que los niños *saquen punta* á los lápices, ni verifiquen el recambio de plumas. En las escuelas de párvulos, las plumas de acero deben ser proscritas y usar únicamente las de pato á estilo antiguo.

El *clarión* ó yeso de encerados, tiene el inconveniente de desprender mucho polvo; pero no faltará quien salga á la defensa del clarión, manifestando que el polvo del yeso, lejos de producir enfermedades, evita la terrible tuberculosis, como se ha demostrado en los caleros y yeseros (Fissac Congreso de la Tuberculosis—Barcelona 1.910).

Sin embargo, á esto solo opondremos dos razones; 1.^a que el polvo, sea de lo que sea es siempre perjudicial á los pulmones, sobre los que obra indefectiblemente mecánica ó químicamente ó de los dos modos á un tiempo. 2.^a que el polvo de yeso que pudieran respirar los niños en la

escuela, no es en la gran cantidad que lo hacen los caleros ó yeseros para inmunizarse ó curarse de sus lesiones tuberculosas por lo que estos beneficiosos efectos no tendrían lugar, pero quizá fuese suficiente para que las partículas duras del polvo del yeso, produjesen escoriaciones ó heriditas en la débil y ténue capa epitelial de los alveolos pulmonares infantiles, heriditas que serían otras tantas puertas abiertas á la posibilidad del contagio y á los peligros de la infección.

Por todo ello, creemos que el clarión debe suprimirse en las escuelas primarias.

Los *encerados* actuales, son por lo común dañinos para la vista de los escolares, no solo por el negro sucio ó pálido que tienen sino por el reflejo que producen, gracias al brillo que les comunica un barnizado equivocado y á su colocación inadecuada.

Estos inconvenientes podrían fácilmente, evitarse usando encerados de color negro intenso y mate y colocándolos al revés de como hoy acostumbra á hacerse, es decir con la parte superior separada del muro y la inferior adosada á él, de manera que encerado y pared, vistos en proyección perpendicular á sus planos mayores, formasen un ángulo agudo de vértice inferior.

La *tinta* debe ser suficientemente negra y mate, para que destaque bien la escritura; es importante que no contenga en su composición sustancias nocivas ni venenosas.

El *papel de escribir*, como el de dibujar, debe ajustarse á las condiciones que hemos dado para el de los libros, aunque algo más delgado el primero, evitando en absoluto la transparencia; de otras cuestiones referentes á la escritura, hablaremos en otro lugar.

Los *mapas geográficos, históricos, carteles, cuadros murales etcétera*, serán repartidos por las paredes de la escuela lo menos profusamente posible, ya que son casi siempre nidos de polvo y cajas de ahorro de microbios. Deben estar hechos sobre papel ó cartulina mate para suprimir el molesto reflejo y facilitar la visión desde cualquier punto de la sala.

El abigarramiento de matices, los colores chillones y ofensivos al ojo, la aglomeración de letreros ó indicaciones y los signos numerosos y diferentes, deben desterrarse en absoluto de los mapas.

No solo por el excelente resultado pedagógico, sino también desde el punto de vista higiénico, son recomendables los *mapas mudos*.

Sólo con estas condiciones se permitirá en las escuelas el uso de esos medios auxiliares de las diversas enseñanzas y que sirven para hacerlas intuitivas.

Tócanos ahora tratar del *mobiliario escolar*, punto exencial no en lo que respecta á armarios, vitrinas, etc., que deben relegarse al museo escolar, desembarazando así la sala de clase, ni en lo referente á graderías,

plataformas, etc., que deben ser desterradas en absoluto de las escuelas modernas é higiénicas, pero sí en el importante asunto referente á los pupitres ó mesas escolares, manantial inagotable de vicios de conformación, desviaciones del raquí, miopías, etc., proveentes de las actitudes viciosas que los niños adquieren necesariamente al tener que adaptar su cuerpo á los múltiples defectos de las actuales mesas-bancos.

En primer lugar estas mesas-bancos, subsistentes en todas las escuelas, están hechos todos con sujeción á un patrón, á un molde, á unas solas medidas, como si todos los niños fuesen iguales; además, estos anticuados artefactos, están contruidos para cuatro, seis y más plazas, lo que resulta antipedagógico y antihigiénico en sumo grado. Los niños, en estos muebles se molestan continuamente al entrar y al salir, al cambiar de posición, al escribir, leer, etc.,; se distraen con más frecuencia entablando conversaciones fácilmente, dada la vecindad; es imposible establecer una buena iluminación, pero más perjudicial que todo lo apuntado, es la imposibilidad de tomar y conservar una posición correcta que evite los inconvenientes de las actitudes viciosas.

Los defectos de construcción que pueden observarse en cualquier escuela, examinando los actuales pupitres escolares, son: 1.º Banco muy alto con relación á la longitud de las piernas del niño y muy bajo respecto á la altura de la mesa. 2.º Poca altura de estas y aquel con relación al cuerpo del niño. 3.º Una gran distancia entre la proyección vertical de la arista posterior de la mesa y la del borde libre del banco. 4.º Bancos estrechos y sin respaldo. Todo esto hace que los niños tomen actitudes viciosas que mantenidas durante la estancia en la escuela, forman hábito y son conservadas fuera de ella. No detallamos estas actitudes viciosas por que más que una explicación, por clara que fuese, hará un recuerdo de nuestra vida escolar en que todos hemos visto y aún adoptado estas posiciones deformadoras.

El mobiliario escolar debe, pues, satisfacer cuatro principales indicaciones

- 1.ª Para que el banco no esté demasiado alejado de la mesa, es preciso que la arista posterior de ésta se halle en el mismo plano vertical que el borde anterior del asiento.
- 2.ª Para que el pupitre no esté alto en demasía ni bajo con exageración, debe encontrarse á la altura ó ligeramente por encima del alumno, (sentado este en el banco) de modo que el antebrazo caiga sobre la mesa sin incomodidad ni esfuerzo.
- 3.ª El asiento estará á tal altura que los pies del niño descansen naturalmente en el suelo y mejor aún en una plancha inclinada y fija debajo de la mesa, unos 8 centímetros por fuera de la vertical del borde anterior del banco.
- 4.ª La anchura del banco será suficiente para sostener la longitud del muslo, menos 4 centímetros.
- 5.ª Se fijará un respaldo al borde posterior del banco, de modo que alcance las dos últimas vértebras dorsales del niño.
- 6.ª El tablero del

pupitre ó mesa será parcialmente giratorio alrededor del eje longitudinal correspondiente á la arista posterior de la mesa, de manera que pueda formar un ángulo máximo de 45 grados, sobre la horizontal de dicha arista, indicación la más favorable para los ejercicios de lectura y otro mínimo de 20 grados, para los de escritura. De éste modo, los ojos del alumno estarán siempre á una distancia de 30 centímetros del pupitre que es la más apropiada para trabajar sin fatiga. 7.ª Estas mesas serán individuales y estarán separadas de las más próximas por una distancia de 50 centímetros por cada lado y 30 en sentido antero-posterior.

Algunos pedagogos, varían algo las condiciones expuestas, sobre todo en lo que se refiere á la distancia existente entre el borde anterior del banco y la proyección vertical de la arista posterior de la mesa y definen que esta distancia sea negativa, es decir, que el banco penetre más bajo el tablero de la mesa. En nuestra opinión, esto tiene algunos inconvenientes como son la dificultad para entrar y salir y la demasiada proximidad de la arista de la mesa á la porción inferior del esternón del niño á que priva de todo movimiento. Claro que estos inconvenientes podrían en parte subsanarse haciendo giratorio el tablero sobre la arista anterior de la mesa, pero esto aumentaría el precio de coste y debe hermanarse lo bueno con lo económico, siempre que sea posible.

Las condiciones higiénicas de las mesas escolares, son en cierto modo hipotéticas ó ideales, puesto que es imposible construir una mesa para cada niño y hacer que las medidas de aquella vayan aumentando en proporción al crecimiento del escolar; tampoco es admisible lo hoy existente, que iguala en absoluto á todos los muchachos; sería de desear que se construyesen mesas del modelo propuesto y de cuatro tamaños distintos que podrían subvenir á todas las necesidades y, á todas las condiciones higiénicas en todos los niños.

Con esto quedaría resuelto el complicado problema del menaje escolar, que, en la actualidad, tantos quebrantos produce en los organismos de los niños que asisten á nuestras olvidadas, por parte de los poderes públicos, escuelas de primera enseñanza.

Creemos ya agotado el tema en las partes referente al Médico en relación con el local escuela y el menaje escolar.

EL MEDICO ESCOLAR

Hemos visto, en cuanto llevamos expuesto, que el médico escolar es pésimo, higiénicamente considerado, ya que no se cumplen en ninguna escuela la mayor parte de las reglas dadas por la ciencia para la construcción del local y para el material de enseñanza y mobiliario escolar.

Y es evidente que este medio, malo para el niño, es peor para el maestro.

La atención constante y sostenida que el educador intelectual ha de poner en su labor, las privaciones físicas que los actuales irrisorios sueldos

le imponen, los estados deprimentes morales en que continuamente se halla, los esfuerzos laríngeos necesarios y sostenidos, unido todo esto al polvo, á las atmósferas viciadas, al cansancio corporal é intelectual, á las temperaturas extremas, á la falta de descauso racional, á todas las causas á que la clase media del *quiero y no puedo* deben su decadencia y degeneración, son otros tantos motivos para que el maestro, si no lo era ya, se haga tuberculoso ó adquiriera cualquier otra enfermedad no menos terrible que luego siembra entre sus educandos unas veces inconscientemente, otra sabiendo toda la terrible verdad, espantándose de su obra, sufriendo remordimientos por lo que bien puede llamarse *crimen de todos*, ya que entre todos hemos podido evitar estos cataclismos morales y sociales y no lo hemos hecho.

Porque el arruinamiento físico del maestro, es un crimen de lesa humanidad y se ha consentido; porque se ha tolerado que los maestros tengan hambre, vistan mal, vivan en infectos tugurios, estén desprovistos no ya de lujo y confort, sino de la más imprescindible para la vida, sean tratados como parias sociales, ya que sus sueldos eran tan pequeños, que no bastaban ni para el alimento cotidiano, ni para el vestir decente y exigido por su condición social, ni para alquilar y amueblar una casa amplia ventilada y soleada; y nadie ha protesta lo.

Claro es que las condiciones de hoy son mejores, pero no lo es menos que los resultados del ayer triste y mísero, se tocan en la actualidad, terribles y fatales.

Es horroroso decirlo, pero es cierto; en España hay muchos maestros tuberculosos que tuberculizan á muchos niños y estos á su vez contagian á sus familias.

¿Porqué esos maestros no abandonan la escuela? ¿Porqué no se jubilan? ¿Porqué no apartan de sí á los inocentes pequeñuelos? preguntarán muchos quizás indignados.

¿Porqué esos maestros no disfrutan de los beneficios de la Ley de accidentes del trabajo? ¿Porqué no se conocen pensiones ó retiros á los enfermos y á los inutilizados? ¿Porqué la sociedad, el Estado, los Gobiernos, que contribuyeron á su ruina fisiológica y fomentaron su debilidad orgánica no los amparan y protegen? ¿Preguntamos nosotros, no menos razonablemente y también indignados.

¿Es que el maestro, como el médico, son solamente, pueden serlo siquiera, como un limón que todo el mundo estruja y se aprovecha de su zumo y cuando está ya exhausto, plácido y sin rendimiento posible, se tira á un estercolero?

Es natural, moral y humano que así no sea; pero desgraciadamente así es. El médico escolar, si la creación del Cuerpo se hace como es preciso, podrá hacer mucho en este particular. Para ello, se impone que los aspirantes al Magisterio sean reconocidos prolija y minuciosamente, antes de

ser admitidos al ingreso en la carrera y al terminar ésta. Los que al pretender ingresar no sean sanos, serán desechados. Aquellos Maestros cuyas condiciones de salud no sean una garantía firme, los que tengan afecciones que reduzca su labor pedagógica, serán destinados á localidades y cargos compatibles con su estado. Los que padezcan enfermedades transmisibles y contagiosas, serán retirados ó jubilados con medias pensiones que le permitan vivir decorosamente, pero ayudándose con otras profesiones ó negocios.

Los maestros que después de algunos años contraigan enfermedades crónicas contagiosas, peligrosas para los niños, serán jubilados con pensiones iguales á los cuatro quintos del sueldo de que disfrutaran, siempre que se demuestre que la causa, no exclusiva pero sí primordial de su afección ó enfermedad, fué la labor pedagógica realizada por ellos.

Mientras esto no sea un hecho es fantástico suponer que un maestro enfermo, que quizá envejeció en la enseñanza y que no tiene más medios de vida que su sueldo, va á retirarse voluntariamente de la Escuela, sabiendo que fuera de ella le aguarda la miseria más espantosa.

La labor á realizar por el médico cerca del maestro sería esa; prevenir, vigilar, reconocer y cuando hubiere causa justificada, instar y hasta obligar al maestro á dejar su escuela, ya que fuera de ella, con la pensión concedida le sería más fácil atender á su salud y, sobre todo, se evitaba el contagio del maestro al niño, más frecuente de lo que se sabe y se cree.

Cuanto afirmado queda, se refiere á la relación entre el médico y el maestro enfermo. En lo que respecta á la íntima relación diaria que debe existir en la escuela, entre uno y otro, solo diremos que ambos deben fijar su norma de conducta atendiendo principalmente á cuanto sea beneficioso para la población escolar; y tanto la distribución de horas y materias, como cuanto respecta á la higiene intelectual y lo que se refiere á mejoras por adoptar, debe ser resultado de un intercambio de ideas, de una labor común, de un fin de orientación, de una comunidad de objeto y de una cooperación de principios y fundamentos.

Los maestros deben ver en el médico escolar no al enemigo intruso que va á arrebatarles su autoridad, sino al compañero amigo que les ayuda en su penosa tarea, comparte su difícil labor y aumenta su prestigio.

El médico debe tratar al maestro como el cooperador de una obra grande y beneficiosa para la humanidad, considerarlo como hermano suyo en la tarea de regenerar la especie, considerando su actual estado oficial y mejorándolo, siempre que sea posible, con acertadas disposiciones y justos y razonados ruegos.

Los principios de la igualdad absoluta, de la fraternidad universal, deben ser entre el educador intelectual y el educador físico algo más que palabras; por una estrecha y afectuosa unión debe llegarse á una penetración íntima, estructural, de fondo, de sentimientos, no superficial, hipócrita ó de palabras.

Y ¡quién sabe si esta unión tal como la soñamos y la deseamos, no fuera la piedra de toque, la varita mágica que tuviera la virtud de redimir de su estado actual, vergonzoso é irresistible por más tiempo, á las dos castas de hombres que á pesar de su labor callada pero fructífera, modesta pero eficaz, humilde pero esencial, despreciada pero importantísima, son y están dejados de la mano torpe de nuestros gobernantes!

¡Quién sabe si la unión en re médicos y maestros, no traería como consecuencia grata la realización de las esperanzas, la conquista de lo ideales, la revolución necesaria de las leyes y de las conciencias de los que las fabrican, haciendo unidos lo que solos no pueden realizar!

¡Quién sabe si la conciencia pública, anestesiada, dormida ó inconsciente, no resurgiría, despertaría ó volvería á la realidad y secundaría á los que pudiera llamarse «hombres de buena voluntad»!

Piensen en tal y tan importante cuestión los dignos médicos de la Junta de Gobierno de este Colegio Provincial; ¿buscan soluciones para resolver pronto y bien la situación precaria de los médicos rurales? Allí va una que quizá no tenga más méritos que los pocos que puedan darle la originalidad de la idea y la buena voluntad del anónimo exponente.

Piensen en las probabilidades del triunfo y en las dificultades de la empresa; mediten los tiempos pasados, plenos de promesas pero horros de realidades; re-capaciten en la urgencia de solucionar el problema, cada vez más intrincado, más complicado cada día; adopten ó no este procedimiento que creemos hacedero, enérgico y pleno de resultados benéficos y de admirables enseñanzas para el vulgo, en la seguridad de que no iremos á pedir nuestro puesto entre los vencedores, ni exigiremos satisfacción alguna por esta idea que desde ahora ya no es nuestra sino del Colegio de Médicos á quien se la brindamos; á nosotros, nos basta con la satisfacción del deber cumplido.

Y á otra cosa.

EL MEDICO Y EL NIÑO EN LA ESCUELA

Réstanos por desarrollar, la última parte del tema, siquiera esta sea también la más importante.

El papel primordial, esencial, particularísimo, que el médico puede y debe desarrollar en la Escuela, porque nadie más que él debe y puede hacerlo, está en la educación física del niño, en cuanto se refiere á la edad á que el niño debe ingresar, al reconocimiento ó examen médico que ha de preceder á este ingreso, á la defensa de los niños sanos contra los múltiples enemigos pertenecientes á los mundos mácro y microscópico, á los cuidados personales del niño escolar, al desarrollo en este de cualidades que le són ó serán precisas, á una recopilación de datos, cifras y medidas que darán más tarde sus resultados útiles comparativos, á la divulgación de la Puericultura y de la defensa contra las infecciones, etc., todo ello referente al niño normal.

«Pero, desgraciadamente, en la escuela ingresan niños normales, débiles ó defectuosos que es preciso devolver á sus familias en mejor estado e que lo entregaron, por lo menos, si la curación completa es imposible.

«Verdaderamente extensa es la labor apuntada, pero sería incompleta y por tanto de efectos débiles ó contraproducentes en algunos casos, si de todo esto, no se ocupara intensa y constantemente, el médico escolar.

«La *edad de ingreso* en las escuelas, es punto descuidado por los padres y aún por los maestros.

«Aquellos, por comodidad, por un cariño paternal mal entendido ó por egoísmo, apenas el niño puede sostenerse en sus piernas, (quizá torcidas por debilidad congénita y por haberle obligado antes de tiempo á servirse de ellas), es enviado á la escuela para que aprenda lo que su cerebro á un incompletamente desarrollado es incapaz de comprender y retener.

«El maestro, por compromiso, por amistad, por recomendación, por aumentar el número de matriculados, por atraerse simpatías, por estas y otras causas, cede al primer ruego y admite en su escuela á niños que no han cumplido la edad escolar y que van á recibir más perjuicios que beneficios de su precoz entrada en la Escuela.

«Precisa contra estos abusos, verdaderos atropellos del Código Biológico, el poder moderador del médico, que en todos los casos, dulce pero enérgicamente, prohíba el ingreso en la escuela á los niños que no hayan cumplido los 5 años.

«A esta edad, el niño habla lo suficientemente claro para poder entenderlo, siente sus necesidades físicas con precisión y posee un cerebro capaz no del raciocinio, el juicio y la contrastación y valoración de las ideas pero sí de la asimilación de los primeros rudimentos, de la *digestión cerebral* de las elementales bases sobre las que ha de ampliarse su instrucción; su intelecto es, á esa edad, *perfectible*, susceptible de educación; está en las condiciones de un campo preparado para sembrar en la seguridad recojer una cosecha directamente proporcional á las mejores ó peores condiciones del terreno receptivo que, en este caso, es el cerebro infantil.

Los experimentos de Jastrow en la Escuela Superior de Milwaukee, los de Max Lobien en Kiel, los de Stanley Hall en Londres los de Halls en Boston, los de Catalina Dodd en Inglaterra, los de Brittain en América del Norte y los más recientes de Sikorsky y Hartwell, muestran su conformidad en varios puntos esenciales y recalcan la mayor inteligencia, memoria y facilidad para la deducción é inducción, en los niños de ambos sexos que comenzaron su vida escolar á edad prudencial, sobre los que fueron á la Escuela precozmente, antes de tiempo.

«Por tanto, ningún niño antes de cumplir los 5 años, debe ser admitido en la Escuela; á los 7 pasará á los segundos grados y á los 9 á la enseñanza superior; la segunda enseñanza no debería comenzar hasta los 11 años. Para esto, aparte el requisito indispensable expuesto, será preciso que los

niños se sometán á un detallado *reconocimiento* practicado en presencia del maestro y de la familia del escolar; durante este reconocimiento se buscarían de preferencia los signos, señales ó síntomas de enfermedades contagiosas y así, sobre todo el cuero cabelludo, ojos, boca y garganta, fosas nasales, superficie externa de todo el cuerpo, columna vertebral, ano y órganos genitales serán someramente examinados, deteniéndose á la menor señal de lesión ó enfermedad; luego, con fonendoscopio ó estetoscopio, se observarán los pulmones y corazón sobre todo los primeros y apenas en uno ú otro lugar, en cualquier órgano que sea, se encuentre algo anormal ó defectuoso ó lesionado, se hará notar á los padres y maestros para que ni puedan alegar ignorancia, ni achaquen á la Escuela culpas que no tiene, ni puedan protestar si el muchacho; por su mal estado físico, no puede ser admitido en la Escuela.

De este exámen se hará constar el resultado en un libro especial que llenará otras indicaciones de que luego hablaremos.

Además, lo esté ó nó, el niño deberá ser vacunado en este acto, preliminar de su entrada en la Escuela.

Las *horas de clase* es punto delicado á resolver en unión del maestro; las vigentes disposiciones señalan como periodos de permanencia en la Escuela, 3 horas por la mañana y otras 3 por la tarde.

Con la reglamentación y organización actual, nos parecen muchas horas; quizá puedan desenvolverse las facultades intelectuales del educando, pero quedan sin cultivo las facultades físicas, cuya importancia está ya encarecida y demostrada en los comienzos de este trabajo.

La continua labor semanal ha de considerarse como innecesaria y excesiva para la instrucción del niño, insoportable y fatigosa para el maestro, contraria y perjudicial á la salud de ambos.

Obligar al niño de corta edad á guardar silencio, prestar atención y moverse con rigorismo absoluto durante 6 eternas horas, día tras día, de domingo á domingo, es contrariar abiertamente las Leyes de su desenvolvimiento, amortiguar la vivacidad de sus facultades, hacerle desagradable el estudio y despertar en él una profunda aversión á la Escuela.

Es preciso, pues, disminuir las horas de clase, podría hacerse un plebiscito entre los maestros y la unanimidad sería completa; todos afirmarían que por reducir á dos horas la sesión de la tarde no habría de resentirse la enseñanza pero ganaría mucho la salud de los niños.

¿Igualmente sería deseable que la tarde de los jueves fuera dedicada á paseos y excursiones escolares, en los que las lecciones ocasionales ó de cosas, las visitas á monumentos históricos cercanos, á industrias ó fábricas etc. obrarían favorablemente sobre el intelecto infantil, del mismo modo que el aire puro, el sol, el campo, el ejercicio moderado que estos paseos suponen, redundarían en provecho de la parte física.

Otro problema en el que deben intervenir por igual el médico y el maes-

tro, es el referente á la *distribución de tiempo*. Porque si el maestro conoce las circunstancias, condiciones y necesidades de la escuela y alumnos, el médico debe darle la pauta porque solo él, está impuesto en lo referente á la *higiene intelectual*, tan necesaria como la higiene corporal y escolar, pero más retrasada aún que éstas, en nuestras escuelas, con estarlo tanto, que más que retrasado es abandono delictivo y criminal.

Está fuera de duda que el niño no puede fijar mucho tiempo su atención sobre el mismo asunto; esta dificultad está en relación inversa de la edad y va desapareciendo con el crecimiento del niño. Por tanto deben variarse con frecuencia las materias de los estudios é interrumpir el trabajo á menudo para conceder á la inteligencia el necesario reposo, que será más prolongado cuanto más joven sea el alumno.

Para obtener el rendimiento máximo con el mínimum de esfuerzo, hay que colocar las más absorbentes y difíciles en las primeras horas de clase porque la experiencia ha demostrado que esas son las más adecuadas para que el niño pueda sostener por más tiempo su atención.

Algunos maestros rigoristas y anticuados, se quejan de que los niños, á media mañana, no atienden, no trabajan, y toman por pereza, apatía ó escasa voluntad lo que no es más que cansancio intelectual, fatiga cerebral, con todos sus síntomas y consecuencias. Y así se ven en muchos alumnos, esas cefalalgias, ese abatimiento, esa depresión nerviosa, esos verdaderos trastornos neurasténicos que hacen imposible todo trabajo útil y que no pueden atribuirse á defectos orgánicos ó á falta de cualidades intelectuales, sino al abuso de las facultades cerebrales que ha traído una verdadera *vonosis*, una sobrecarga imposible de soportar, lo que los franceses llaman *surmenage*.

Todo esto que el médico sabe, le sirve de base para guiar al maestro por los sanos derroteros de la justa é higiénica distribución de tiempo.

El maestro, por una parte, no debe ceñirse á los *cuadros*, cómodos quizá, pero imposibles de merecer una generalización absoluta, en los que se señala con rigurosidad cronométrica lo que ha de hacer cada minuto de cada hora de cada día de la semana, como si la iniciativa propia del maestro no tuviera valor ó como si los niños no fueran más que autómatas móviles siempre por los mismos kilos ó tuvieran supeditadas sus necesidades de todo orden al absurdo rigorismo de horario erróneo.

Claro es que no quiere decir esto que el médico y el maestro hayan de proceder sin norma alguna en este asunto; precisa tener en cuenta algunos preceptos generales que en modo alguno significan el minucioso y coercitivo reglamentarismo á que aludimos antes.

Estas reglas pueden reducirse á las siguientes:

- 1.^a El maestro debe pasar revista diaria á todas las secciones en que haya dividido su escuela.
- 2.^a Las asignaturas que constituyan el grupo de obligatorias, deben darse por lo menos dos veces en semana.

3.^a En las clases de la mañana se introducirán ejercicios físicos y descansos que no durarán menos de una hora. En las clases de la tarde habrá por lo menos media hora destinada á juegos y recreos.

4.^a Las lecciones del día deberán disponerse de manera que á una difícil siga otra más fácil y se procurará que entre todas pongan alternativamente en juego las diversas facultades mentales.

5.^a Los ejercicios que exijan mayor atención, se tendrán en las primeras horas, dejando los menos absorbentes para las últimas horas.

Con estas reglas y en atención á las circunstancias, necesidades, edad, ecétera de los alumnos, ya pueden el maestro y el médico hacer una buena distribución del trabajo escolar.

EL MEDICO Y LA EDUCACION FISICA DEL NIÑO EN LA ESCUELA

Tema es este de por sí, tan amplio é importante, que podría aisladamente desarrollarse extensamente; aquí, no es el único punto de vista á tratar, por lo que nos reduciremos á unas consideraciones generales y á exponer el esquema de la lección de gimnasia escolar.

La educación física en su más amplia acepción, es una ciencia de observación muy compleja; resume la vida física y psíquica del individuo, de la sociedad y de la raza; comprende, no solo todo acto muscular voluntario, sino también todo acto consciente ó reflejo que pone en función el agente del movimiento, es decir, el músculo bajo la acción del influjo nervioso emitido por los centros psíquico-motores del cerebro ó reflejo motores de la médula espinal.

La educación física se impone para los niños y niñas; es para ellos tan necesaria como el aire que respiran, el sol que les calienta, el alimento que los nutre y el suelo que los soporta; á las primeras les proporcionará no solo encanto y belleza, sino el desarrollo corporal indispensable al cumplimiento normal de su misión maternal; á ellos les dará la fuerza y energía que la regeneración de la raza exige; á ambos proporcionará las condiciones fundamentales de la dicha humana y el lema antiguo, *mens sana in corpore sano*, volverá á refulgir sobre nuestra decadente sociedad actual y producirá sus ópimos frutos.

La educación física, es un hecho científicamente establecido y su necesidad no se discute ya en parte alguna; sus conveniencias y favorables resultados, son axiomáticas y más que en organismo alguno precisa implantar formalmente la educación física en las escuelas de ambos sexos.

El método á seguir, el procedimiento á usar, es lo único que subsiste en litigio, pero ya el método sueco se ha impuesto de tal modo que sus adversarios se baten en retirada y sus ataques son cada vez más débiles.

La importancia de la enseñanza y práctica de los ejercicios físicos en la escuela para desarrollar el vigor y endurecimiento, perfeccionar las cualidades morales, templar los caracteres, fortificar la salud é inculcar el sentimiento de la disciplina, no necesita demostración.

El objeto de la educación física es el perfeccionamiento humano.

Los ejercicios físicos deben ser siempre considerados en relación con los efectos á obtener, que son *higiénico, moral, estético y económico*, es decir, con relación á una influencia sobre la salud, sobre el psiquismo, sobre la forma corporal y sobre la mejor utilidad del esfuerzo muscular.

El efecto higiénico del ejercicio depende de la *cantidad* de trabajo que exige, es decir, de la dosis de ejercicio y de su intensidad.

El efecto higiénico comprende también el efecto moral y depende del entusiasmo, de la alegría, que el profesor sepa comunicar á sus alumnos.

El efecto estético depende de la *naturaleza* del ejercicio y de la distribución de los esfuerzos sobre las diferentes partes del cuerpo, que se modifican y desarrollan según su grado de actividad; así es como la repetición de movimientos mal escojidos ó ejecutados puede dar lugar á deformidades, en tanto que una buena gimnástica debe contribuir á conservar en el niño su forma anatómica normal y contribuir á la belleza corporal.

El efecto económico del ejercicio depende de la *cualidad* de su ejecución, cualidad que consiste en la coordinación perfecta de los movimientos, que permite obtener un rendimiento máximo en trabajo útil con el mínimo de gasto.

Además todo movimiento que no está científicamente determinado en su causa y en sus efectos anatómicos y fisiológicos, en su principio y en sus consecuencias, no es un movimiento gimnástico. Además debe producir, por lo menos, uno de los efectos precedentemente citados.

La lección de gimnasia debe componerse exclusivamente de estos movimientos, pero además ha de ser completa, útil, graduada, interesante y dirigida con orden y energía.

Nunca se practicarán los ejercicios físicos inmediatamente después de las comidas ni se llevarán á cabo en lugares cerrados, sucios, mal ventilados ó poco resistentes. En la Escuela moderna, existe un patio cubierto á piso firme que es el lugar ideal para la lección de gimnasia, excepto en los días crudos del invierno.

Los movimientos de fuerza deben estar proscritos y alejados de la gimnasia escolar; no hay que confundir la gimnasia con el atletismo y acrobatismo profesionales, ya que entre unos y otros hay la diferencia que existe entre la pura desmesurada por amor y la hetaira que se dá por dinero.

Las contracciones demasiado enérgicas detienen el crecimiento y no deben practicarse más que en la edad adulta.

En el ejercicio físico y durante él, la respiración tiene una gran importancia. Las inspiraciones profundas y prolongadas, se recomendarán á los alumnos, con exclusión de las inspiraciones bruscas y precipitadas que conducen á la sofocación.

Durante los ejercicios cadenciosos y prolongados, como la carrera, se aconsejará ritmar la respiración; de las condiciones en que ésta debe producirse hablaremos al tratar de los *adenoides*.

Para la lección de gimnástica los niños se agruparán atendiendo, no á la edad ó estatura, sino á su constitución y aptitudes físicas.

La gimnasia femenina, en la escuela, se diferencia poco de la masculina, sin embargo la primera será más armoniosa, más suave, en relación con las condiciones de la futura mujer y madre, al paso que la segunda será algo más enérgica, más intensa como corresponde al futuro soldado y en gen- drador de nuevos seres. Las malas aptitudes de los alumnos, muy corrien- tes en casi todos los niños, serán corregidas inmediatamente por el profe- sor-médico.

La intensidad del ejercicio puede gradarse perfectamente, primero, por una posición fundamental de una dificultad progresiva; 2.º por la fuerza desplegada en la ejecución; 3.º por la intensidad del movimiento; 4.º por la rapidez en la ejecución; 5.º por la repetición y 6.º por la combinación de dos ó más ejercicios.

Acercas del plan general de la lección de gimnasia escolar, de una hora de duración incluidos los descansos, damos un esquema claro que nos evi- ta detallar en muchas páginas las condiciones esenciales, efectos á con- seguir y ejercicios que á ellos nos llevarán, de las siete partes en que di- vidimos ese plan.

Un programa detallado de los ejercicios á colocar en cada una de esas partes, nos llevarían muy lejos y haría interminable este trabajo. Por otra parte apremios de tiempo nos lo impiden.

Solo añadiremos que el método á elegir, será el *sueco*, ya que entre to- dos los que actualmente se disputan la hegemonía, es el más racional por reunir, entre otras, las grandes cualidades siguientes: 1

a) Fin social elevado, cual es el mejoramiento físico de la juventud, paralelamente a su cultura intelectual y á su nivel moral.

b) Homogeneidad perfecta en todas sus partes, adaptables al fin que se persigue.

c) Es una composición de medios sencillos, pero de un efecto intenso y que puede ser aplicado á gran número de alumnos á la vez.

Además, para verificar completamente, racionalmente un curso de gim- nasia sueca, no se precisa aparato alguno pues como dice el Doctor Tir- sié, de Fau, «el mejor aparato es el cuerpo humano».

El método sueco, tiende y procura el desarrollo de los órganos y fun- ciones segun su valor intrínsec; en los métodos empíricos, el músculo y su desarrollo (su hipertrofia, diríamos mejor) figura en primera línea; en la gimnasia sueca se atiende 1.º á la *inervación*, por la propia vida de to- dos los órganos; 2.º á la *respiración*, para la mejor oxigenación de los mismos; 3.º á la *circulación* para proporcionar sangre nutritiva á los teji- dos; 4.º á la *digestión* para la mejor constitución del plasma sanguíneo nu- tritivo; 5.º las *articulaciones*, por ser el punto de apoyo de las palancas; 6.º á los *huesos* que constituyen los brazos de palanca y resistencia y 7.º á los *músculos* por la potencia que representan.

Los efectos generales del método sueco alcanzarán un conjunto de funciones y perfecciones parciales que const tuyen el total armónico del hombre y que pueden reunirse del modo siguiente:

1.º SALUD O EFECTO HIGIENICO

- a) Educación de cada función en particular.
- b) Conservación de la armonía de las funciones.
- c) Aumento del capital de energía.

2.º BELLEZA O EFECTO ESTETICO

- a) Desarrollo normal y armónico del cuerpo.
- b) Educación de la forma y de la actividad.

3.º VIRILIDAD O EFECTO MORAL Y PSIQUICO

- a) Educación de las cualidades viriles en el hombre.
- b) Dirección social de la energía humana.

4.º DESTREZA O EFECTO ECONOMICO Y

EDUCACION DE LOS SENTIDOS

- a) Educación de las sensaciones y las percepciones.
- b) Perfeccionamiento de la vida de relación.
- c) Educación de los sentidos.
- d) Aprovechamiento económico de la energía humana.

Los ejercicios físicos, se dividen en dos grupos extensos: *metódicos* y *libres*.

Los primeros son razonados, correctores, y disciplinados; se caracterizan por su valor higiénico-fisiológico, educan, desarrollan y moralizan estos son los empleados en la gimnasia educativa y racional.

Los del segundo grupo son emitidos y agradables, tienen valor higiénico-social; satisfacen el instinto y deleitan; constituyen los *juegos escolares* y los *deportes*, ampliación necesaria y favorable de los efectos de la gimnasia educativa.

Por esto son los *juegos escolares* necesarios en los niños de ambos sexos, á condición de que sean vigilados por el maestro y reglamentados por el médico escolar.

El establecimiento, en todas las escuelas, de las *cantinas escolares* ó por lo menos de la *merienda escolar*, serían de gran importancia, desde el punto de vista de la mejor nutrición del niño, aspecto muy de tener en cuenta para conseguir el mejoramiento físico de la raza.

Igualmente puede afirmarse de las *colonias escolares de vacaciones*, de las *excursiones escolares* y de tantas y tantas otras magníficas ideas, que aspiran á la perfección del alumno, considerada en todos los aspectos; pero no es momento de detalle los beneficios, organización é individuos

sobre quienes deben recaer estos privilegios, ya que atendiendo á la extensión del tema y al escaso tiempo hábil para desarrollarlo, hemos de contentarnos con citar estas importantes y beneficiosas cuestiones.

Las *escuelas al aire libre* y *las escuelas-bosque* que tanto predicamento han alcanzado entre una parte no escasa de nuestros pedagogos é higienistas, para su plantación, para que los efectos correspondan á los ideales, para que las consecuencias estén acordes con las intenciones y deseos, requieren un clima especial, templado, sin grandes fríos ni lluvias, sin vientos casi continuos ni perennes nieves; por esto su aplicación es restringida y casi irrealizable en estos climas de la Mancha, fríos en exceso ó ardorosos en demasía; y claro es que á lo nuestro hemos de referirnos. Por eso no insistimos sobre este punto.

(Se continuará).

De interés para la clase médica.

Se ha recibido en este Colegio la siguiente comunicación:

COLEGIO PROVINCIAL DE MEDICOS

SANTANDER

Acordado por este Colegio elevar á 25 pesetas por familia y año la cuota que satisfacen al Médico las Sociedades de Socorros, se han comenzado las gestiones conducentes á este fin.

Como pudiera ocurrir que alguna de esas Sociedades pretendiera traer médicos de fuera para burlar este legítimo y necesario acuerdo, ruégole en evitación de posibles engaños, prevenga á los compañeros de esa provincia, que no deben solicitar ni desempeñar dichas plazas, sin antes informarse de esta Junta de Gobierno, debiendo añadir que los acuerdos relacionados con las Sociedades, han sido tomados unánimemente en Junta general extraordinaria y reforzados con el compromiso por su honor y bajo su firma, de todos los compañeros que en la ciudad ejercen. para cumplir cuanto se ha acordado y en lo sucesivo se acuerde, en persecución del fin apuntado y sin daño de quienes en la actualidad desempeñan esos cargos.

Espero de V. que en obsequio al compañerismo y al apoyo recíproco que los Colegios deben prestarse, atienda nuestro ruego.

Dios guarde á V. muchos años. — Santander 25 de Septiembre de 1919. — Por acuerdo: El Secretario, *N. Rolando*. — El Presidente, *M. Sánchez Saráchaga*.

Sr. Presidente del Colegio de Médicos de Ciudad Real.

Igualmente se ha recibido del Comité ejecutivo la siguiente carta:

Sr. Presidente del Colegio de Médicos de Ciudad Real.

Distinguido compañero: Los médicos de Jerez de la Frontera (provincia de Cádiz) han acudido á este Comité Ejecutivo, dando cuenta que para cobrar los haberes que le adeudan y que asciende á una cantidad próxima á 25.000 duros, se han visto obligados á amenazar á aquel Ayuntamiento con el abandono de los servicios médicos, si en el plazo de 8 días no le son pagados el todo ó parte de dichos atrasos; á la vez solicitan el apoyo de este Comité.

Este Comité Ejecutivo, ha deliberado y considera que es hoy de gran importancia dar una muestra de solidaridad de la clase y en su consecuencia y siendo justo el apoyo que los compañeros de Jerez solicitan rogamos á ese Colegio de Médicos que á semejanza de lo hecho por el de Madrid, dirija el siguiente telegrama: «Jerez de la Frontera. Arranz Médico. Contad apoyo moral materia! Colegio de Médicos de. si obligados por falta pago abandonan servicios. Damos cuenta nuestra actitud Gobernador Provincia» y otro en los mismos términos al Gobernador que puede ser redactado como sigue: «Excmo. Gobernador Cádiz. Colegio Médicos de. apoyará compañeros Jerez si en reclamación pago haberes hicieran abandono de servicios».

* Este Comité Ejecutivo espera se dará cuenta de la importancia que en estos momentos tiene esta prueba de solidaridad que se pide ejecutará lo que se le ruega con mayor urgencia; también conviene se haga público en la Prensa local el ofrecimiento del apoyo que se hace á los compañeros de Jerez.

Madrid 13 de Septiembre de 1919. — Por el Comité Ejecutivo: El Secretario, *F. Coed*.

NOTA.—El 15 de Septiembre se depositaron dichos telegramas en la Central de esta capital y se anunció en los diarios de la misma.

NOTICIAS

Por la Tesorería de este Colegio se advierte á los Sres. Colegiados se ha puesto al cobro el recibo correspondiente al tercer trimestre del año actual, pudiendo hacerle efectivo al señor Presidente de la Junta de Distrito á que pertenezca ó remitiendo su importe á esta Tesorería en la forma que crean más conveniente.

Para no entorpecer la buena marcha administrativa, se ruega á los Sres. morosos se pongan al corriente abonando las cuotas que adeudan en la forma indicada anteriormente.

Se ruega se expidan las certificaciones facultativas en papel del Colegio á fin de contribuir al sostenimiento del mismo en beneficio de los Colegiados, pues haciéndolo en papel común ó del Estado, privan al Colegio de una peseta por certificación que expidan.

NECROLOGIA

Tenemos que comunicar á nuestros compañeros, la triste noticia del fallecimiento de D.^a Joaquina Forcallo, esposa de nuestro querido compañero D. Gerardo Salmerón médico de la Prisión provincial, ocurrida en esta capital, después de recibir los Santos Sacramentos.

Este Colegio al lamentar tan sensible pérdida envía su más sentido pésame al estimado compañero Sr. Salmerón.





Jarabe ORIVE

A base de tiocol, heroína, Arrhienal, corteza de naranjas amargas y savia de pino marítimo.

Es recetar á ciegas específicos, tanto extranjeros como españoles, si no conocéis su composición: el JARABE ORIVE, netamente español, no es un medicamento secreto.

Dados los componentes que integran el JARABE ORIVE, inútil creemos indicar a la ilustrada y competente Clase Médica los casos en que debe ser prescrito.

Toleradísimo por los estómagos más débiles.

Muestras gratis á la Clase Médica, suplicando indiquen estación de destino

Laboratorio Bioquímico VILBA

AMETLLA (Tarragona)

Productos opoterápicos, vacunas y *Levaduras de Uva y de Cerveza* en cultivos puros que, contenidas en frascos de tapón rosca, conservan indefinidamente sus propiedades curativas en los casos de anginas, antrax, forúnculos, etc.

SE VENDE EN TODAS LAS FARMACIAS DE CIUDAD REAL

SOLUTO VITAL

Reconstituyente general del organismo

ELIXIR INYECTABLE

Preparado por **J. ARRANS** Farmacéutico

Fórmula: El elixir en cada cucharada grande (20 gramos) contiene: Glicerofosfato de cal y de sosa ^a 0'05 gramos Arrhenal 0'02 gr. Hipofosfito de quinina 0'01 gramos, Fósforo 0'001 gramos. El inyectable se presenta en cajas de quince ampollas 1 c. c. perfectamente dosificadas y esterilizadas, conteniendo cada una de las mismas dosis de la fórmula anterior, sustituyendo en ella el hipofosfito de quina por medio miligramo de Cacodilato de Estricnina.

Depósito: LABORATORIO ARRANS.—ADUANA, 21.—SEVILLA.

CERÉALES CHELVI (VITALINA CHELVI)

Extracto coloidal de cereales y leguminosos. Alimento vegetal hipotosico. Sustituye con ventaja á la leche, caldos y extractos de carne. Resuelve á la clase médica el problema de alimentar á sus enfermos, que se nutren perfectamente con los cereales sin necesidad de otro alimento, por largo que sea el plazo que tenga que estar sometido á tratamiento el paciente.

USOS:—Para adultos una cucharada con agua, té ó manzanilla, cada tres horas. Para niños, cucharada pequeña.

Agentes exclusivos.—LABORATORIO ARRANS.—SEVILLA

JARABE ARRANS

DE

Amapolas fosfo-creosotado
MEDICAMENTO ESPECÍFICO

DE LAS

ENFERMEDADES DEL PECHO Y VIAS RESPIRATORIAS

FÓRMULA

POR CUCHARADA GRANDE

Fosfo-Creosota soluble.....	0'25	Gramos
Codeina.....	0'005	>
Cloruro Cocaina.....	0'001	>
Alcoholaturo Raíces Acónito.....	2	Gotas

Depósito: LABORATORIO ARRANS
Aduana, 21.—SEVILLA