

CULTURA E HIGIENE

PUBLICACION SEMANAL

AÑO II

GIJÓN 22 DE FEBRERO DE 1913

NÚM. 43

Lo fundamental

.....

Cuando en aquel tristísimo período epidémico las fiebres infecciosas hacían estragos en la salud y la vida de este vecindario, creímos que el pueblo, tan cruelmente aleccionado, despertaría a nueva vida y que, en lo sucesivo, por instinto de conservación siquiera, se preocuparía seriamente de evitar probables repeticiones de análogos males.

La moderación que nos impusimos al crear esta Revista, nos impide calificar con merecida dureza la culpable indiferencia que se observa ante una situación que imperiosamente reclama estudios y adecuadas soluciones de quienes a ello están obligados por inexcusables deberes. Y nada queremos decir de esos elementos que explotando el señuelo de los festejos y las diversiones populares van distraendo a la muchedumbre y ofuscando a la juventud con livianos atractivos de fáciles placeres, absolutamente condenados por la Higiene, así como aquellos espectáculos universalmente reputados de incultos. Pero sépase que hay disconformidad latente, que se manifestará cualquier día, contra esas bárbaras costumbres y esa infecunda y perniciosa frivolidad.

Porque lo que aquí está ocurriendo en detrimento del verdadero progreso material de este pueblo, de sus sagrados intereses morales y de su bienestar social, pica ya en historia.

Gijón, pueblo dotado por la naturaleza de los más altos dones y beneficios; de situación geográfica, marítima y topográfica insuperables; con el gran puerto del Musel, habilitado en el exterior; en el interior con unos muelles que no pueden, hace mucho tiempo, satisfacer las necesidades del tráfico, y que por no ser posible aumentar sus líneas de atraque dentro del abrigo que posee, precisa ampliarse; Gijón, con una zona dilatadísima de ensanche, destartada, incomunicados entre sí los distintos barrios por falta de vías anchas, racionalmente trazadas; con un grave problema de urbanización y saneamiento; ante las perentorias necesidades que proveer para que la magnífica playa, el bello panorama que la circunda, los paisajes y llanuras que besan sus orillas lleguen a ser, en conjunto armónico, la residencia veraniega que nada tenga que envidiar a las más famosas de

España y el extranjero; Gijón, ante esas y otras muchas cosas y cuestiones de apremiante necesidad e interés, ¿qué hace?

La respuesta no puede ser más amarga y dolorosa. Atrofiados aquí por una serie interminable de luchas, ora políticas, ora locales, aquellos sentimientos de confraternidad que estrechan los vínculos de afectuosa convivencia y hacen sentir al unísono el amor al pueblo en todos los corazones; rota toda solidaridad local basada en el supremo ideal de engrandecer, dignificar el solar nativo o que nos presta a todos cariñoso asilo, tuvo por consecuencia lógica que llegar esta villa al estado de disociación en que se encuentra, convertida en pequeña Babel donde nadie logra entenderse, juguete de todos los maquiavelismos, campo abierto a todos los aventureros audaces; en objeto, en fin, de todos los egoísmos y explotaciones.

Así está Gijón, mal que nos pese y digan lo que quieran las apariencias.

Ese hondo mal requiere urgente remedio. Para ello es preciso unidad de acción para formar una fuerza directriz inteligente, enérgica, integrada por hombres prestigiosos, de positivo valer; con méritos, con garantías, con arraigos y arrestos para que, mereciendo la confianza pública e inspirándose en sus mandatos, guien por derroteros de felicidad el porvenir de este pueblo, digno de mejor suerte.

Fórmese esa unidad directora que salve a Gijón, y fórmese por hombres que teniendo las condiciones indicadas, nadie haya de preguntarles de qué campo proceden y sin que nadie tenga que abdicar de sus particulares ideas y convicciones, siempre que el civismo y el espíritu de razonada tolerancia garanticen el desenvolvimiento de esa labor patriótica heterogénea y colectiva.

Esto se quiere; no se malengañe nadie. Este es el clamor latente. Porque el buen sentido y el instinto popular se han dado cuenta que Gijón necesita integrarse en un gran todo, hacer un supremo y formidable esfuerzo de energía y voluntad para cumplir sus altos destinos, matando los exclusivismos que quieren monopolizarlo oponiéndose torpemente a su progresiva marcha.

Sólo así, Gijón se pondrá en condiciones de vencer los peligros de una insalubridad amena-

zadora, resolver el problema de su ensanche y mejoramiento interurbano, crear dentro de sí mismo la *villa aristocrática*, Centro del gran mundo y la moda, a que tanto se prestan las cercanías de la playa, la zona interurbana Arenal-Somió; proveer las necesidades del tráfico marítimo en los muelles interiores, prevenirse para las exigencias de un cercano crecimiento de población en los barrios Calzada, Jove y Musel; capacitándose, en suma, para subvenir a todas las contingencias futuras y que son de esperar en este periodo de franca, decisiva y total transformación de la antigua villa pueblerina con conatos industriales, en gran urbe moderna, en la que sean notas distintivas la cultura, el arte, la salubridad, el ornato, en resumen, todas las formas y manifestaciones características de un grandioso centro urbano-industrial.



Cuanto más obedece a la ley moral, menos lejos de lo sobrenatural se halla el alma. Bástale a la sociedad, para aceptar esta ley, que sea útil al mayor número.

Cánovas del Castillo.



DE NUESTROS COLABORADORES

A Pin el Ajustador

CARTA SEGUNDA

Amigo Pin: aun me estoy riendo de las contrariedades a que te llevó mi carta y de los malos trances en que te puso. ¡Valiente sermoneo el de tu madre por lo del pañolito! ¡Y, que no estaba monísima tu novia al hacer guasa de tus greñas!

Porque, no sé si sabes que yo tengo un pajarín que me lo cuenta todo, y por él supe lo que te recalcaron al oído algunos párrafos míos. El vió tu gesto de enojo ante las chanzas que te gastaban, y hasta adivinó tu protesta; la ráfaga altiva que pasó por tu mente juvenil, en la que te sentías aún más matón y mas chulo.

¿Verdad, niño grandullón, que te enojaste y que la vanidad sublevó tu geniecillo? ¡Si hubiese sido otro el que tales cosas te hubiese dicho!...

Altivo eres, y altivo te quiero ver, que no servil y humilde debe ser el obrero que aprecia en conciencia la dignidad de su persona; pero soberbia o necedad hubiera sido, que no altivez, el negarte a lo que te convenía. Por eso me alegré sobremanera cuando supe, también por el pajarín, que pasada aquella ráfaga te avenis-

te a mis razones y paseaste por la calle Corrida con camisa planchada y bien vestido.

Sí, hombre, sí. Un obrero como tú, y como los de Gijón; un joven que luce en su trabajo y que sabe alternar en sociedad; un hombre de educación y de cultura, no puede presentarse en un paseo como un pordiosero o como un golfo. El que así lo hace ofende a su pueblo, rebaja a su familia y desacredita a su gremio.

El vestir al desdén tiene sus límites, porque a nadie le gustan los desdenes. El que no se preocupa de aparecer bien ante los otros, es que hace de ellos poco aprecio, y el que desprecia a la sociedad en que vive se hace a sí mismo despreciable.

En los pueblos industriales extranjeros, entre los anglosajones, sobre todo, como los respetos de vecindad son grandes, jamás los obreros se pasean en sociedad con la ropa de trabajo. Hasta para comer en familia se visten y acicalan, pues la familia merece entre ellos grandes respetos y consideraciones.

No es que te quiera hecho un petrimetre ¡Dios me librel! ¡No sabes bien cuánto desdén a los relamidos y atildados!; pero sí quiero que tú y todos los obreros demostréis en el vestir, en la presencia, en los ademanes y en los gestos, el buen gusto a que ya habeis llegado.

Hace falta, además, que acabeis de desvanecer el concepto equivocado, o poco caritativo que algunos tienen y esparcen de vosotros, y para eso teneis que poner algo más de vuestra parte, y habeis de esmeraros más en vuestra indumentaria de sociedad, en vuestro aseo, en la corrección de formas y de palabras.

Hay, no lo dudes, quienes os creen todavía sucios y desastrados, cubierto el cuerpo de roña y los pies mal olientes, sin afectos de familia, ni respetos sociales, sin delicadezas de corazón, ni sentimientos de belleza. Os pintan algunos, todavía, en tugurios mefíticos, siempre agrios o iracundos, de hablar soez y ademanes truanescos, y en ese error, o en esa mala fe, os niegan el pan y el agua y se os escucha con repugnancia.

Ya ves si tiene importancia que os presentéis en sociedad tal cual sois, para que se os juzgue tal como mereceis, y cómo tú y Nemesio, y ese otro amigo, debeis vestir como Dios manda, presentándoos en la calle Corrida y en Begoña con otros aires.

Y propósito de buen gusto. Si Nemesio no se me incomodase, alguna cosa le diría de su corbata chillona, del pañolito rojo que deja asomar del bolsillo y de las botas de becerro amarillo que estrenó hace quince días.

¿No te parece a tí que esa corbata es escandalosa, y que es demasiado llamativo ese pañuelo y que se destaca demasiado el rabioso amarillo de las botas?

Nemesio tal vez no sepa que los salvajes,

los pueblos primitivos, o entre nosotros, los más atrasados e incultos, no tienen educado el sentido de la vista para los medios colores, y por eso, lo mismo en Persia que en Marruecos, en las pampas americanas que en las más cerriles aldeas españolas, las telas, los adornos, las pinturas son de los tonos más vivos, más duros y de mayor contraste.

Nemesio, fanfarrón como es él, quiere hacerse notar, hacerse ver a costa de colorines; no repara en que con tanto brillo y con tan duros contrastes, más se parece a un americano de aldea, o a un aldeano en día de fiesta, que a un obrero de Gijón de delicado gusto.

Dile también a Nemesio que igual que en el sentido de la vista, ocurre en todos los otros. En la civilización se educan, se afinan, se aprecian los medios tonos, los matices, los perfumes más tenues, los sabores más exquisitos, y el hombre que ya posee esa capacidad sensitiva sufre náuseas allí donde el inculto se refocila, y repugna las bozofias o los guisotes de gusto pronunciado o cargados de especias.

Dile que no es signo de distinción, sino de vagancia, el recostarse sobre la pared de una casa con el abandono con que él lo hace, y que hace mal en llevar siempre las manos metidas en los bolsillos; que no ladée la boina como un matón, y que para otro traje que se haga, le diga al sastre que no le entalle tanto la americana.

¡Y tú, Pin, tú también, tienes que corregir algunos detalles de indumentaria! Sobre todo esos bolsillos altos del pantalón te desdoran y te desacreditan: eso es agitanarse, es achularse, podrán estar menos mal esos bolsillos y la posturita en jarras a que obligan, en las zambras y juergas andaluzas, pero en Gijón no: ahí pareces un chulo sin vocación o un torero de desecho.

En Gijón no caben chulerías; cabe tan sólo un vestir y un presentarse, en armonía con la gran capacidad sensitiva y la gran cultura a que Gijón ha llegado, y ni a ti ni a Nemesio os pueden estar permitidos unos gustos y unas aficiones de indumentaria tan poco en consonancia con lo que es Gijón y lo que sois vosotros.

Con la ventaja además, para vosotros, de que «lucís la ropa», y «cualquier prenda os cae bien»; aunque no falta quien diga que «hay que sentaros las costuras». Vuestro cuerpo es esbelto y ágil y vuestros ademanes desenvueltos, y más luce con vosotros un sastre barato, que el sastre más afamado vistiendo los cuerpos enclenques, panzudos o embarazados de su rica clientela.

En los pueblos industriales, por corto que sea su abolengo, es donde se ven los tipos de factura anatómica más delicada, sin que haya perdido por eso la resistencia. En dos o tres generaciones, el cuerpo del obrero perdió las

tosquedades aldeanas, y aún no degeneró por la molicie y el sibaritismo, y así, apesar de vuestro trabajo manual, vuestros dedos son largos y delgados, vuestras manos finas, proporcionados los brazos, largo el cuello y enjuto el vientre.

Con todo esto, ¡dime tú, si no es lástima que os vistais como chulos o como adefesios, pudiendo hacer tan buen papel entre las demás clases sociales!

Y no insisto ya sobre esto, porque te creo convencido y porque tengo otras muchas cosas de que hablarte. Sigue leyéndome, que no te pesará, y con el tiempo a otras honduras llegaremos.

Y da mis afectuosos recuerdos a tus padres y recibe un abrazo de tu amigo.

MARIO GÓMEZ.



Una constitución libre es aquella por la que nadie puede abusar del poder. De ahí el principio del equilibrio, de la separación de poderes: legislativo, ejecutivo y judicial.

Montesquieu.



PENSAMIENTOS

Los bienes más efectivos son los del talento, porque se dan sin perderse y se aumentan dividiéndolos.

El hombre se revela al compás de los conflictos como el color espera la luz para manifestarse.

Cuando estamos con un amigo, ni estamos solos ni somos dos.

Desear lo imposible; ser insensible a los males del prójimo... He aquí las dos enfermedades del alma.

El error, por brillante que parezca, es una ilusión que se desvanece a medida que el entendimiento se aproxima.

La muerte es la consagración del genio, y la gloria, el sol de los muertos.

Las inteligencias que no empujan a la acción son inteligencias muertas.

El testimonio de mi conciencia es, para mí, de más precio que todos los discursos de los hombres.

DE NUESTRO PROGRAMA

Certamen cultural, infantil

.....

Movida por el deseo de fomentar en los niños los hábitos del estudio y de la meditación, encaminando estas cualidades al cultivo de la literatura y de la oratoria, ramas del saber humano, tan necesarias hoy para la preponderancia del individuo, la revista CULTURA E HIGIENE abre un concurso, que será el prólogo de otros que proyecta.

Este concurso se sujetará a las siguientes reglas:

1.^a.—Los concursantes serán niños de 10 a 16 años de edad, residentes en Gijón y alumnos de alguno de los centros de enseñanza de esta villa. También podrán concurrir a él los niños residentes en otras poblaciones, siempre que alguno de sus parientes sea suscriptor a esta revista.

2.^a.—El plazo para la admisión de los trabajos comenzará el 25 de Febrero y terminará el 10 de Abril próximo.

3.^a.—Los trabajos se entregarán en sobre cerrado en la farmacia de don Nicolás Ozalla, Pi y Margall 49. A cada sobre acompañará una plica conteniendo el nombre y domicilio del autor o la condición de su parentesco con algún señor suscriptor de la revista. Los sobres y las plicas han de ir señalados con idénticos lemas. Se darán recibos de los trabajos que se presenten y la Revista publicará oportunamente los lemas de todos los trabajos que se hayan presentado al concurso.

4.^a.—Formarán el jurado los Sres. Excmo. don Calixto de Rato y Roces, don Javier Aguirre del Viar y don Benito Delbrouck y actuará de secretario el Director de esta Revista. Los premios consistirán en objetos de arte y de valor y serán donados por el Ilustre Ayuntamiento de Gijón, Monte de Piedad, Círculo Mercantil, Cámara de Comercio y nuestra Revista.

Además de los premios que, para cada tema, más arriba se mencionan, el jurado queda autorizado para otorgar algún otro premio en metálico, si a su juicio hubiese algún trabajo de sobresaliente mérito que se hiciese acreedor a ello.

5.^a.—En tirada extraordinaria de nuestro periódico se publicarán los trabajos premiados y los retratos de los autores, entregándose a cada uno 25 ejemplares de este número de la Revista CULTURA E HIGIENE.

T E M A S

a) Las personas y las cosas que merecen nuestro mayor respeto.

b) Elogios de la Patria.

c) Protección que debemos a los pájaros y las plantas.

d) Juegos infantiles, relación y reglas de los más usuales, y cuáles tienden al desarrollo físico de la infancia.

e) Influencia moral que el ahorro desde la infancia puede tener en lo porvenir del hombre, y distintas formas del ahorro mínimo.

Se apreciará como mérito la brevedad en el desarrollo de los temas.

Proyéctase un gran festival para el reparto de premios. En el caso de formalizarse esta idea, se publicará oportunamente el programa, fecha y sitio donde haya de celebrarse, y los niños premiados adquieren la obligación de leer o recitar sus trabajos.

Si algún niño forastero obtuviese premio, se le abonará viaje y la estancia en Gijón para asistir al festival.

Lo que en él se recaude será destinado a un fin benéfico directo o se reservará para organizar otra fiesta de utilidad cultural.

Gijón 22 de Febrero 1913.



F A B U L A

LA IGUALDAD

La Col y la Rosa

Una col en un cercado
probaba a una rosa bella
que era tan buena como ella,
y aun de tierra mejor.

—Mas, aunque de cuna iguales,
dijo un pepino, ¡mastuerza!
¿dejarás tú de ser *berza*,
mientras que ella es una *flor*?

RAMÓN DE CAMPOAMOR.



Nueva Asociación

.....

En la Calzada alta, importante y populoso barrio industrial de la vecina parroquia de Jove, se ha constituido una Asociación de Cultura e Higiene.

Alma de esta nueva organización es el benemérito ciudadano don Sergio Martínez, a cuyos incesantes trabajos se debe la formación de un potente núcleo de obreros agrupados bajo la bandera de la Cultura y la Higiene, que con el mayor entusiasmo se disponen a luchar por esos dos principios fundamentales en los que se basa el único y verdadero progreso de las modernas sociedades.

Suman ya casi un ciento los socios inscriptos apenas constituida la nueva Asociación, en su

domicilio social compuesto de un buen salón de actos y fiestas convenientemente decorado y con una bonita tribuna para estrado y escenario, secretaria y gabinete de lectura.

Hallándose situado frente a este domicilio un extenso prado, existe la idea de llegar a habilitarlo para recreos de los socios y parque infantil.

Por lo demás, después de improbables esfuerzos, han logrado los organizadores de ese Centro cultural, los muebles y material de enseñanza adecuados para iniciar a la mayor brevedad las clases nocturnas para los socios y sus hijos.

Aprobado el reglamento porque ha de regirse y que fué presentado por la Comisión organizadora, en junta general recientemente celebrada, se procedió a la elección de Junta Directiva, siendo proclamados con el mayor entusiasmo los señores siguientes:

Presidente, don Sergio Martínez.

Vice-presidente, don Simón Rodríguez.

Secretario, don José Vincell.

Vice-secretario, don Elviro Martínez.

Tesorero, don Claudio Álvarez,

Contador, don Federico Martín.

Vocales, don Víctor González, don Cirilo Rendueles, don José Hevia, don José Muñiz Rúa, don Mariano Molina, don Luis Martín, don José Álvarez y don José Fanjul.

Comisión revisora, don Aurelio Busto, don Fermín González y don Ernesto Vincell.

Saludamos con efusión a esos dignos ciudadanos, celosos amantes de su dignificación física, moral e intelectual, constituidos colectivamente para trabajar con ardimiento por ver convertidos en realidades de práctico beneficio tan bellos ideales.

Y al felicitarles a todos, y de modo muy especial al inteligente paladín de esta noble causa nuestro querido amigo don Sergio Martínez, no podemos menos de ofrecerles nuestro decidido apoyo para cuanto puedan utilizarlo en bien de la Asociación de Cultura e Higiene, creada en La Calzada, bajo los mejores auspicios.

* *

Con gusto consignamos la gratitud a que se hizo merecedor el propietario de la casa donde se halla instalada esta Sociedad, don José González Pinón, que con loable generosidad ha dado todo género de facilidades para que los organizadores pudieran disponer del local en las mejores condiciones posibles, así como cederles varios enseres, mesas, etc. de indispensable uso.

Que esos buenos comportamientos del señor González Pinón, sirvan de saludable ejemplo que estimule a las personas pudientes de aquel barrio, para prestar generosa ayuda a los simpáticos fundadores del popular Centro de Cultura, digno de protección por todos conceptos.

EFEMÉRIDES

FEBRERO 1902

Día 2.—Muere en Berlín, Hermann Wolff, jefe de la agencia de conciertos más importante del mundo.

Día 6.—El doctor Doyen, de París, realiza la difícil operación de separar las dos hermanas gemelas indostánicas Radica y Doodica, que estaban unidas por una membrana a la altura del pecho; falleciendo Doodica a los 10 días de la operación.

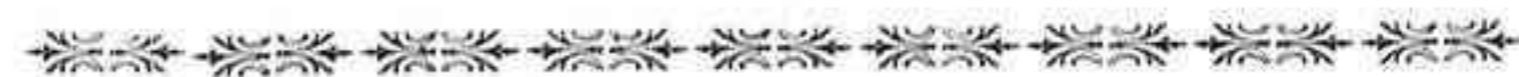
Día 7.—El Banco de Inglaterra baja el descuento del 3 y medio al 3 por ciento.

Día 10.—Sublevadas las presas de la Cárcel Smolensko (Rusia) atacan a sus guardianes, matando a 38 que constituían todo el personal dedicado a su custodia.

Día 18.—Muere en Londres, el feldmariscal sir Neville Chamberlain.

Día 28.—Inundaciones en Toledo por la extraordinaria crecida del Tajo.

Día 28.—El tranvía eléctrico del Este, de París, choca con la berlina que conducía a Mr. Waldec-Rousseau y a su sobrino René, resultando Herido el primero.



Las leyes que atemorizan y no se ejecutan vienen a ser como la viga, rey de las ranas, que al principio las espantó y con el tiempo la menospreciaron y se subieron sobre ella.

Cervantes.



Rectificación necesaria

.....

En la reseña de los artistas asturianos que concurrieron a la última Exposición Nacional de Bellas Artes celebrada en esta corte, y que se publicó en el número correspondiente al mes de Julio próximo pasado, cometimos una omisión involuntaria, debida, sin duda alguna, a la precipitación con que hicimos aquella información a causa del delicado estado de salud en que nos encontrábamos y de nuestra precipitada salida de Madrid, que nos privó hasta de poder corregir las pruebas del citado artículo.

Sólo por esta circunstancia dejó de figurar en nuestra reseña el nombre laureado de una distinguida pintora gijonesa, la señora doña Carolina del Castillo, que presentó un hermoso cuadro titulado «La Abuelita», el cual apareció reproducido entre los grabados del Catálogo

oficial de dicha Exposición, y que después hemos sabido había sido objeto de muchas y muy justas alabanzas.

Nuestro alejamiento de Madrid y de Asturias durante larga temporada y la sensible pérdida del compañero que nos sustituía en la dirección de esta revista, fueron las causas de que la rectificación no se hiciese a su debido tiempo; pero conste que la consignamos con especial complacencia, no sólo por tratarse de una dama asturiana de personalidad artística suficientemente acreditada en diferentes Certámenes, sino por ser de justicia.

A. SALMEÁN.

Nos es muy grato reproducir la anterior nota publicada en la revista *Asturias* por el ilustrado crítico de bellas artes que firma con el seudónimo de *Mesalan* sus notables escritos, la cual nota subsana una involuntaria omisión del nombre de la distinguida dama gijonesa doña Carolina del Castillo, que con notoria brillantez cultiva el arte pictórico. La omisión padecida por el Sr. Salmeán al reseñar las obras de los pintores asturianos que concurrieron a la pasada Exposición de Bellas Artes en Madrid, quedó cumplidamente explicada.

Al maestro le toca laborar en silencio, en el pequeño huerto de sus ideales, el material humano que se entrega a su solicitud; señalar nuevas orientaciones a las normas metódicas: enriquecer con una nueva verdad el contenido científico; despertar en sus alumnos la conciencia de otros mundos no sospechados; henchir su espíritu de verdades eternas, de cosas humanas, para derramarlo después generosamente en la morada interior de las almas jóvenes, que esperan anhelantes la divina operación educativa, merced a la cual brota la idea educadora.

María de Maeztu

DE COSAS VARIAS

Las pequeñas operaciones dentarias

Corrección u ortopedia dentaria.—Esta rama tan importante del arte dentario tiene por objeto corregir por medios quirúrgicos o aparatos combinados las anomalías de los maxilares y de los dientes. Desde hace tiempo, la radiografía aporta su precioso concurso a la ortopedia dentaria, permitiendo al práctico dar cuenta de todas las anomalías del maxilar.

Prótesis.—La prótesis combina, confecciona y coloca en la boca aparatos con o sin placa, destinados a reemplazar los dientes desaparecidos.

Los aparatos sin placa comprenden: 1.º, los

dientes de la raíz gruesa y perpendicular, que están compuestos de una corona de porcelana y un vástago metálico recibido en el canal radicular (incisivos, caninos y premolares); 2.º, las coronas metálicas de oro, que tienen la forma y las dimensiones de una corona natural (grandes molares); 3.º, los aparatos de puente (Bridge Work), constituidos por una barra metálica horizontal, que tiene punto de apoyo sobre uno o varios dientes, sobre una o varias raíces, y sirven para sostener varias coronas de oro o porcelana. Los aparatos de puente demasiado extenso deben ser proscritos, porque no servirán más que para conmovier los dos puntos sólidos. Unas veces las piezas de puente son fijas, sujetas a los dientes y raíces que los soportan, otras movibles, de manera que puedan quitarse a voluntad y limpiarse.

Los aparatos con placa, más voluminosos que las piezas de puente, son movibles y descansan sobre la bóveda palatina o sobre las encías y los dientes. Parciales de uno o varios dientes, se les llama totales o completos cuando los exigen todos: en el primer caso, se sujetan a los dientes vivos por anillos, ojales, presillas, etc.; en el segundo se mantienen por la presión atmosférica y por resortes. Todo aparato movable deberá ser perfectamente jabonado y no olvidarse de sumergirlo por la noche en una solución antiséptica.

Consejo que debe seguirse.—No confiad el cuidado de vuestros dientes más que a un dentista formal. Consultad a vuestro médico acerca de este punto. De una manera general, es conveniente hacer examinar los dientes por lo menos una vez al año y cuidar la caries en cuanto se la note. Ninguna droga puede contenerla, y es preferible no esperar a que los progresos del mal hayan hecho imposible la curación.

Es preciso ante todo no tener miedo. El arte dentario se ha perfeccionado tanto desde hace años que las operaciones más complicadas son casi indoloras. El cirujano dentista actual es un práctico que conoce a fondo su profesión y en el que se puede tener toda clase de confianza.

Riego fecundo.

Un cultivador francés ha observado que regando las legumbres y los árboles frutales con una solución de sulfato de hierro, se obtienen resultados asombrosos. Las habichuelas o judías verdes ganan en peso y volumen cerca de 60 por 100, y aun también en sabor. Entre los árboles frutales, el peral es el que más se beneficia con ese riego.

Para perfumar la casa.

Quémese en el brasero una pastilla cuya preparación consiste en lo siguiente: Benjuí, 60

gramos; bálsamo de Tolú, 8 gramos; sándalo, 15 gramos; carbón de álamo, 190 gramos; nitro, 8 gramos.

Se mezclan todos estos productos y se hace con ellos una pasta que se dividirá en pequeños conos de 20 a 25 milímetros de altura por 10 o 12 de base. Una vez secos, se les utiliza prendiéndoles fuego con una cerilla.

Remedios urgentes.

Hemorragias.—Lavar a menudo la herida con agua fría.—Reunir sus bordes y aplicar una compresa por donde sale la sangre.—Ligar el miembro afectado por encima de la herida.

Hemorragia nasal.—Cuando es copiosa y persistente aspirar agua fría.—Compresas de agua fría en la frente.—Añadir percloruro de hierro al agua que se aspira.—Jugo de limón.—Si persiste es necesario taponar la nariz, operación que solo debe practicar el médico.

Asma.—Durante el acceso poner las manos en agua caliente.—Aspirar con frecuencia amoníaco.

Crup.—Vomitivos.—Pediluvios sinapizados, cataplasmas sinapizadas. Llamar al médico a la mayor brevedad.



El pueblo sabe que la judicatura no se ha establecido para servir a la vanidad de los que la ejercen, sino al consuelo de los que la buscan.

Jovellanos.



ECOS Y NOTAS

Nuestra gratitud

En otro lugar de este número publicamos la convocatoria y las bases del Concurso infantil, organizado por CULTURA E HIGIENE, con la valiosa cooperación que no dudamos obtener del digno Ayuntamiento gijonés que nunca niega su protección a toda obra de cultura y educación social, así como las prestigiosas entidades Monte de Piedad, Círculo Mercantil y Cámara de Comercio, que tanto se interesan en todo momento por el progreso moral y material de nuestra villa.

Esa altruista ayuda que prestan a las iniciativas culturales que tienden a elevar el nivel intelectual de este pueblo, interesando en tan nobles empresas a la infancia de hoy para que mañana pueda contar la patria con ciudadanos ilustrados e identificados con cuanto se refiere al engrandecimiento y dignificación de la misma, merece la gratitud de todos los buenos gijoneses y obliga a nuestra revista a profundo agradecimiento.

Consignados nuestros sentimientos de gratitud hacia las referidas Corporaciones y Entida-

des, cumplimos el grato deber de enviar las más expresivas gracias a los respetables señores don Calixto de Rato, don Javier Aguirre y don Benito Delbrouck, que defiriendo atentos a nuestra invitación, aceptaron el delicado y difícil cometido de formar el Jurado calificador que ha de adjudicar los premios a los trabajos de más mérito que se presenten en el Certamen cultural infantil que se va a celebrar con general beneplácito.

Conferencia notable

En el Ateneo Casino Obrero explicó el pasado sábado una notabilísima conferencia que versó sobre el tema: Arte y Región, el inspirado poeta y cultísimo literato gijonés Alfredo Alonso.

La prensa diaria dedicó calurosos elogios a nuestro querido amigo Sr. Alonso, que obtuvo un legítimo triunfo más de su brillante carrera literaria, en la que tantas veces demostró su alto saber y su felices aptitudes para el cultivo de las bellas artes.

Unimos nuestro efusivo aplauso y nuestra cordial enhorabuena a las muchas recibidas por Alfredo Alonso, con motivo de su hermosa disertación.

Una memoria

Hemos recibido la Memoria anual del Curso 1911 a 1912 de la Escuela Superior de Comercio de Jovellanos, que nos fué atentamente enviada por el digno director de ese Centro docente, don Valentín Escolar. La falta de espacio nos impide hoy ocuparnos de dicho luminoso trabajo, limitándonos a dar las gracias a nuestro distinguido amigo Sr. Escolar, por su atención.

Agradeciendo

En el importante periódico de Buenos Aires, *Heraldo de Asturias*, hemos visto reproducido un artículo de nuestro director, dedicado a la Sociedad de Cultura e Higiene del Natahoyo.

Honrosa distinción

Nuestro distinguido paisano D. José Villalain ha obtenido el *Premio Roel* en el concurso de la Real Academia de Medicina, por su trabajo «Topografía médica de Avilés».

Le enviamos nuestra felicitación.

Campaña instructiva

Se está organizando un curso de conferencias de vulgarización científica en las Sociedades de Cultura e Higiene de Tremañes y Natahoyo, a cargo del ilustre químico D. Nicolás Elías Ozalla.

Alternando con esas conferencias explicará una serie de *lecciones gramaticales* el estudioso profesor D. Angel Iglesias.

Las leyes se hicieron para los hombres y no los hombres para las leyes.

Locke.

De las buenas formas

Un refrán español dice: "Que en la mesa y en el juego es donde se conocen las personas". Basta ver a un hombre comiendo para saber a qué clase social pertenece.

Tratándose de aconsejar a un joven salido del cascarón la regla de conducta que debe seguir para que, desde la sopa hasta los postres, no se le tilde de grosero y mal educado, nada mejor que este pequeño código de buena crianza:

"Siéntate al borde de la silla, pues únicamente cuando se monta a caballo hay que sentar bien las nalgas. Esta última postura, buena para un jinete, es impropia de un comensal.

"Mantente derecho, sin rigidez ni flojedad; esto es, con la naturalidad de un hombre correcto.

"No ciñas con el plastrón o el ceñidor del *frac* el borde de la mesa, pues además de la fea adherencia que de ahí resulta, sucedería que las migajas que han de caer en la servilleta mancharían esta parte de tu indumentaria.

"Debes dejar entre el cuerpo y la mesa unos dos dedos, ni más ni menos. Según la corpulencia, así se determina la distancia a que se debe poner la silla de la mesa, *tanto más apartada cuanto más gruesa sea la persona*. En otro caso, la distancia se mide según la longitud del brazo.

"Deja la servilleta en las rodillas, sólo un hombre vulgar la pone en el chaleco, lo cual resulta feo. Peor es aún la costumbre de anudársela al cuello a estilo de paño barbero, que algunos reputan como el colmo de la elegancia.

"Desconfía de tus bigotes, porque son el peor enemigo del hombre en la mesa. Gustan tanto de la espuma de la cerveza, que la retienen en grandes manchones, y odian al puré o la tapioca hasta el punto que la impiden entrar en la boca, dejándola resbalar hacia las puntas, desde donde gotea al plato.

"No encorves el espinazo; no hinches el vientre; no apliques la barba al plato ni los codos en la mesa; separa los pies; no te apoltrones ni te pongas en vilo; nunca un convidado debe parecer un maniquí.

"No viertas la sopa o las tajadas en el gaznate estirado como quien bebe en una bota. No rumies la comida con la boca cerrada ni hociquees en la salsa.

No laves la ensalada á la boca como si fuera una ración de forraje.

"Sabe que el cuchillo no sirve para cortar legumbres ni las manos han de tocar las viandas. Se exceptúan los cangrejos y los espárragos.

"No roas los huesos ni los dejes sobre el mantel.

"Come naturalmente, *con apetito*; es decir, come bien, pero con parsimonia. Que tu anfitrión no se dé cuenta que comes ni que dejas de comer.

"No manosees el pan ni bebas a grandes tragos, sino que cuando comas y bebas lo hagas de modo que no se oigan ninguno de estos ruidos desagradables de la glotis o de la faringe.

"No ladees ni levantes el plato para agotar la última cucharada de sopa.

"Ni devores como un dogo ni masques como un conejo, con los dientes y los labios; hazlo con la boca cerrada y sin ruido.

LECTURAS FESTIVAS

Gedeón hace el elogio de los medicamentos que se expenden en la farmacia de R...

Y queriendo extremar las alabanzas, dice:

—No sólo curan las enfermedades, sino que las evitan.

—¿Cómo? le pregunta uno.

—Muy sencillamente. No hay más que tomarlos un cuarto de hora antes de notar el primer síntoma.

Don Hermógenes se queja de la conducta de su hijo, que lleva una vida de las más desarregladas. En su desdicha acude a un antiguo amigo y le cuenta todas las picardías de su indócil vástago.

—Deberías, le dice el amigo, hablarle con firmeza para llamarle a su deber.

—Pero, ¡si no me hace el menor caso! No escucha más que a los imbéciles. ¿Quieres hablarle tú?

Un famoso actor a quien aconsejaban que luchara como candidato en unas elecciones, respondió:

—Prefiero desempeñar un gran papel en el teatro a representar el papel de tonto en el parlamento.

Los sábados de la señora de R... están muy concurridos. Un pianista ejecutaba hace pocas noches en esta tertulia una pieza llamada *La Caravana*, composición suya.

Dos amigas comentan la obra.

Una.—¡Qué bien expresada está la fatiga!

La otra.—Sí; de los oyentes.

—Una limosnita caballero.

—¡Vaya!... Toma un perro chico y devuélveme dos céntimos.

—No tengo.

—Entonces no puedo socorrerte.

—¡Ay! Hasta para pedir limosna hace falta capital.

Un hombre altísimo se casa con una mujer muy pequeña. Salen a paseo y el marido encuentra a un condiscípulo.

—Enrique, le dice, te presento a mi cara mitad.

—¡Tu mitad! Querrás decir tu cuarta parte.

Cierta actriz se presentó en escena, en pleno invierno, con un traje adornado con flores naturales.

—¡Dios mío! dijo al verla la célebre Sofía Arnoald. ¡Parece un invernadero!

He dejado de quererte
porque mataste a un gorrión;
el que mata a un pajarillo
no tiene perdón de Dios.