

# Cultura e Higiene

REVISTA SEMANAL DE DIVULGACIÓN POPULAR

AÑO V

GIJÓN 20 DE MAYO DE 1916

NÚM. 212

## Gratias agamus

.....

Quisiera saber hacerlas, pero no quiero anunciarme hoy con título de gracioso. No es que venga a hacer gracias; vengo a darlas, y para recalcarlas más en serio, encabezo en latín estas cuartillas.

Digo en serio, refiriéndome tan sólo a lo formal y firme de mi agradecimiento, pues otra seriedad sería aquí inoportuna. Si al dar las gracias por los encomios, honores y felicitaciones que he recibido por mis cartas a Pin viniese con voz gruesa y tono muy sesudo, haríame ridículo e impertinente, pues eso sería tomar en serio esos méritos, dar importancia al libro y mostrar mi persona llena de ínfulas.

Y de ínfulas, no hablemos. Cuando, de esta hecha y ante los aplausos, distinciones y parabienes que recibo no ha entrado una pizca de humo en mi cabeza, bien puedo crearme libre de ínfulas aunque archipámpano me viese.

Bien merecían los que tal felicitan y ponderan que ahora me saliese yo con carocas y pretensiones, pues a costa de mimos y afalagos es como salen los niños vanidosos; digan que, en todo ello no veo más que la buena voluntad de unos lectores amigos, de unos paisanos afables, o de unos entusiastas de la obra de cultura e higiene que en Gijón se ha emprendido.

Yo no puedo comprender que esas ponderaciones de las cartas a Pin se hagan con cara seria. Casi me choca que me traten de usted los que ahora me felicitan.

Aquí ha pasado lo que pasa casi siempre: que los aplausos los merece quien los da; que tiene más méritos el que escucha que el que habla; que suele haber más virtud en el que lee que en el que escribe; más fe en el adicto que en el apóstol.

Al verme honrado con el título de socio honorario de algunos de esos centros culturales; al leer los parabienes que me dedica la redacción de CULTURA E HIGIENE y los encomios de firmas tan valiosas y apreciadas cuales las de René Matile, José María Palacios y Luis Huerta; ante las cartas y cartas que de Gijón recibo felicitándome, yo me siento profundamente agradecido; pero al dar aquí las gracias, pienso en la buena fe asturiana; en lo accesibles que somos unos a

otros, fácilmente entusiastas del paisano, e ingenuamente alentadores del amigo.

Doy, pues, las gracias, sí, con toda el alma y me complazco en haber sabido aportar un nuevo aliento en esa obra pro salud y cultura, pero devuelvo los aplausos a quienes más los merecen. Si el hacerse leer, hacerse escuchar es una suerte, el querer aprender, el querer mejorar, el querer proseguir es la verdadera virtud, el verdadero mérito, digno de aplausos.

Y en resumidas cuentas: esos plácemes y lisonjas sólo me corresponden a manera de propina. Por encargo de don Santiago Alesón escribí yo ese librito, con tan buena voluntad como su cocinera hará un flan que él le encargue. Han gustado las cartas; el flan ha salido bien; pues, ya es sabido a quien van dirigidas las ponderaciones del que lo recibe de regalo; no son para la cocinera; no son para el confecionador: las gracias y las congratulaciones son para don Santiago.

A él las trasmito todas, pues, para él son y yo sé que él las agradece muy de veras. El, que hizo la edición del libro para regalar a los obreros; que se desvela para que los trabajadores gijoneses sepan guardar su salud y mejorar su vida; que vigila la educación de esa juventud, digna de todos los sacrificios, ve con íntima fruición que el libro que él regaló es leído y apreciado, pues eso es prueba de que serán aprovechadas sus enseñanzas.

Como sé lo mucho que don Santiago Alesón se felicita por el éxito del libro, ya que ese éxito se ha de traducir en salud y cultura de los obreros, creo no propasarme si en su nombre expreso a todos aquí sus complacencias. Decíale yo en el prólogo que si nos habían de aplaudir por nuestra empresa, los dos saliésemos a escena, y si nos había de pesar, compartiésemos juntos el desencanto, y pues, nada tenemos que llorar, y los aplausos no han faltado, yo vuelvo a honrarme, presentándome de su mano a dar las gracias.

«Que sea para bien»; «que de provecho sirva», se dice ante las ponderaciones a un obsequio; que sirva de enseñanza; que sea para la mayor higiene y cultura de los obreros gijoneses, diré yo, en nombre de don Santiago Alesón y de mí mismo.

MARIO GÓMEZ.

## Conservación de la leche

Un procedimiento preconizado, según experiencias de laboratorio, para conservar la leche sin alteraciones físicas, químicas y biológicas es el de adicionar al líquido agua oxigenada.

El agua oxigenada introducida en la leche tiene la propiedad de no permanecer en ella. Al cabo de un número variable de horas, el oxígeno se desprende completamente, y no queda ya más que agua adicionada a la leche. Pero mientras que se encuentra en estado de agua oxigenada, se opone al desarrollo de los microbios en la leche. El agua oxigenada sólo se conduce así si se le añade a la leche cruda. En presencia de la leche cocida su acción es muy diferente: en vez de desaparecer rápidamente, contrae con los materiales de este líquido, modificado por el calor, combinaciones más estables, y se elimina entonces muy lentamente.

La acción conservadora del agua oxigenada sobre la leche es de las más fáciles de hacer constar. Basta tomar una muestra de leche fresca y dividirla en dos partes: a una de ellas se la añade unas gotas del antiséptico, mientras que se deja intacta la otra. Ambas son abandonadas después a la temperatura ordinaria. Una de las muestras sufre la alteración espontánea en el tiempo normal; la otra no presenta ninguna modificación antes del segundo o tercer día, lo más.

La adición a la leche de 1 o 2 por 100 de agua oxigenada a 12 volúmenes, determina en las horas subsiguientes un descenso considerable del número de los microbios, comparativamente con lo que sucede en muestras testigos. Pero esta acción retardante de la pululación microbiana sólo dura unas horas, ocho o diez en general; pasado este tiempo, la cantidad de gérmenes en la leche oxigenada se eleva y aumenta poco a poco.

La conclusión es, pues, que la adición de agua oxigenada constituye un procedimiento muy eficaz de conservación de la leche fresca. (Debemos recordar que este procedimiento ha sido trasladado a la práctica y que han podido alimentarse niños en pleno verano con leche fresca así conservada, después de haberse asegurado de que ya no tenía señal de agua oxigenada.)

Pero si el agua oxigenada tiene un poder antiséptico sobre las especies microbianas comunes de la leche, no tienen ninguna acción bactericida sobre las especies patógenas; bacilo tífico, bacterium coli, bibriom colérico, bacilo piocianico, y por consecuencia, sobre el bacilo tuberculoso, mucho más resistente que estos; otro tanto ocurre, por lo demás, con la refrigeración, según otro día hemos dicho.

## Vida femenina

### Higiene de las obreras en cinta

El reposo consecutivo al parto, proclamado por la conferencia de Berlín, se halla inscripto en la mayor parte de las legislaciones extranjeras, como en Holanda, Bélgica, Portugal, Suiza, Alemania, Austria-Hungría, Noruega. En Austria-Hungría el reposo obligatorio se halla legítimamente compensado por la concesión de un seguro en concepto de indemnización materna.

Suiza es el único país que ha ordenado primero el descanso antes del parto.—He aquí en qué términos el legislador helvético ha expresado su voluntad en el artículo 15 de la ley federal del 23 de Marzo de 1879: «Antes y después de su parto, queda reservado un espacio de tiempo de ocho semanas en total, durante el cual las mujeres no pueden ser admitidas a trabajar en las fábricas. No son recibidas nuevamente en las fábricas sino después de haber justificado que han transcurrido por lo menos seis semanas desde el momento de su alumbramiento. El consejo federal designará las ramas de industria en las cuales las mujeres en cinta no pueden ser admitidas a trabajar.»

Un gobierno que se precie de querer evitar los accidentes de la maternidad y de restringir la mortalidad de los recién nacidos, no debe dejar de ocuparse de las medidas de prudencia que reclaman el embarazo y el puerperio. El Inspector de las fábricas suizas Sr. Schuler, ha estimado la importancia de esta estipulación tutelar para la salud de las madres y de los hijos, y los resultados observados por lo peligroso que resultaba la prolongación del trabajo en el período final del embarazo.

Otro día expondremos varios razonamientos y prescripciones de higiene legal que confirman como en todas partes se va estableciendo la obra protectora de las madres obreras.

### Preceptos de Puericultura

«Estoy firmemente convencido de que no solamente el porvenir de nuestro país, el porvenir de nuestra raza, sino que también el porvenir de la Humanidad, está en la Puericultura.»

PINARD

La leche de la madre pertenece a su hijo.

La madre debe lactar a su hijo.

La lactancia mercenaria fuera del domicilio de la madre, equivale a una sentencia de muerte lanzada contra el niño si éste no está bien cuidado.

Un niño nacido sano no debía jamás estar enfermo.

Cuando un niño cae enfermo, es con la mayor frecuencia por la falta de los padres.

Un niño lactado en condiciones *normales* no podrá ser afecto de enteritis.

Un niño lactado en condiciones *anormales* será un niño enfermo y consagrado a la muerte.

La reglamentación de la lactancia es la salvación de los niños.

El valor de un pueblo no depende más que del valor individual de los seres que le constituyen.

Todo otro alimento que no sea la leche es un veneno para el niño de pecho.

La leche es para el niño de pecho un alimento perfecto.

El destete brusco es con frecuencia mortal.

El destete debe ser lento y progresivo.

### Las mejores joyas

#### UNA ESCENA CASERA

La vanidosa Matilde quiso enseñar su rica muñeca a Gertrudis.

—Mi muñeca es ésta—dijole Gertrudis enseñándole una hermanita;—nos besamos y nos queremos mucho.

Matilde, contrariada, lamentose de que Gertrudis se había burlado.

—No, hija mía—le dijo su mamá;—ha castigado tu vanidad. ¿Sabes qué hizo la madre de los Gracos? Rehusó el trono de Egipto para cuidar de sus hijos.

En cierta ocasión, una dama romana le enseñó sus joyas, y ella, en cambio, le mostró sus hijos, diciendo:

—«Estas son las mejores joyas que yo poseo.»

## DECÁLOGO

- 1.º Amar a la naturaleza sobre todas las cosas.
- 2.º No perder su sano ambiente en vano.
- 3.º Higienizar las fiestas.
- 4.º Honrar Sol y Tierra.
- 5.º No matarse pronto con alcohol, tabaco, narcóticos.
- 6.º No efectuar matrimonio insano.
- 7.º No hurtar a los alimentos su pureza.
- 8.º No mentir limpieza con aparente lujo.
- 9.º No realizar unión sexual indebida.
- 10.º No codiciar más bienes terrenos que Aire libre, Agua clara, Alimento puro, Amor sano, Actividad útil.

Estos diez mandamientos se encierran en dos: Seguir y amar la vida más natural posible, y No impedir al prójimo hacer lo mismo.

DR. CASIMIRO CALLEJA.

## Asunto enojoso

La Junta directiva y los profesores músicos de la Asociación de Cultura e Higiene de esta villa han enviado a la prensa escritos desmintiendo a un edil que en la pasada sesión municipal dijo que en aquel Centro popular no existen Academia ni Banda de música, lo cual es completamente inexacto.

Tan enojoso asunto, que hoy no queremos comentar, restando espacio a cosas más útiles, será discutido en el próximo cabildo, y allí creemos deberá ser debidamente rechazada tal inexactitud.

No estaremos nunca a merced de incidentes que puedan surgir más o menos caprichosamente. Y si la nunca bastante alabada Academia musical de la antigua Sociedad de Cultura ha sido objeto de nuestra atención siempre que lo juzgamos oportuno, no vamos ahora por extraños motivos a insistir sobre lo que ampliamente dijimos a propósito de esa Institución artística y alrededor de la fiesta de Santa Cecilia, patrona de los músicos.

Si nuestro artículo *Por la cultura musical*, publicado en el número 186 de esta Revista no convenció de la justicia con que el Ayuntamiento subvenciona a la Sociedad de Cultura para sostener sus enseñanzas musicales, es que es imposible convencer a quien no quiere convencerse; y por tanto inútil sería insistir en cosas que nadie discute ya de buena fe, porque la utilidad y los grandes frutos obtenidos con dichas enseñanzas son universalmente reconocidos en este pueblo.

Además, la citada Junta directiva, en extenso escrito publicado en *El Noroeste* al discutirse oportunamente en el Ayuntamiento esa subvención, dejó demostrado con toda clase de razonamientos y exposición de hechos que la Academia y Banda infantil de la Asociación de Cultura e Higiene, son dos cosas de las mejores que la iniciativa popular ha realizado en beneficio de la instrucción musical y de los mismos intereses municipales en este aspecto de la vida artística local.

De modo que será cosa inútil gastar más tiempo y espacio, insistiendo en lo que está ya en la conciencia de todos. Ese espacio lo reservaremos para reflexionar cualquier día sobre cómo ciertos elementos estiman los desvelos de cuantas personas intervienen en la organización, dirección y sostenimiento de las instituciones docentes populares. Porque no estará solo el aludido edil en este malhadado asunto, planteado en daño de dicha Academia y Banda infantil, para beneficiar Dios sabe a quién.

Allá veremos y lo que sea sonará.

## PRO ESCUELA DE ARTESANOS

Suscrito por la prestigiosa firma de don Antonio Balbín de Unquera, la ilustrada revista *Asturias*, órgano del Centro Asturiano de Madrid, publica un sentido artículo en el que su ilustre autor discurre acerca de la Escuela complementaria de Artesanos, recientemente instituida por CULTURA E HIGIENE en la Asociación central gijonesa de este mismo título.

Honramos hoy nuestras páginas con tan interesante trabajo transcribiéndolo íntegro a continuación:

### Gran institución gijonesa

No vacilamos en calificar de tal la que nos da a conocer como ya constituida la revista CULTURA E HIGIENE, cuyo solo nombre es un bello y completo programa. D. José María Palacios, que debe de ser un verdadero filántropo, que escoge para sus buenas obras la pedagogía, desea, según nos ha manifestado, saber nuestra opinión acerca de esa obra de enseñanza; y aunque no ha llegado a nuestras manos más que el número de 1.º de abril (y en el anterior es donde expone el programa), emitiremos ese juicio con todo el amor que al país asturiano profesamos y con la modestia que debe tener el que más no vale que lo que nosotros valemos. Pero la tarea es tanto más fácil cuanto que poco ha escribimos con el epígrafe «El Instituto de los que no reciben grados» un plan semejante al que el Sr. Palacios desenvuelve. Tiene razón; no hay para los que han de ser obreros un complemento de la escuela primaria, y es absolutamente indispensable. Y gloria sería de Gijón establecer la primera en España, como estableció el primer Instituto, a cuya semejanza se plantearon después los que existen, y que aún tardaron medio siglo.

¿Querría Jovellanos hacer algo de lo que hace ahora el Sr. Palacios? Creemos que sí, y que lo hizo según se podía hacer en sus circunstancias y en su época. No se contentó con fundaciones en testamento como tantos otros que no quisieron ver frustrados sus designios; él inventó y grabó el Instituto, y no creyó indigno de su propio valer escribir para su obra libros de texto, que no son lo que menos importa entre sus obras.

Gijón conserva todavía esos alientos, como corresponde al pueblo en que Jovellanos nació y pasó sus postreros días Concepción Arenal, que no era asturiana. Pero si esto no olvida, ha de recordar también que otro nombre asturiano, el de Campomanes, que tenía asiento bajo el dosel de los Tribunales, promovió antes que nadie en España la instrucción popular y singularmente la de los trabajadores y artesanos.

Saludamos de paso a Gijón, donde hemos pasado muy hermosos días y que casi fué la primera población que visitamos después de aquella en que vinimos al mundo. Recuérdame Gijón días de juventud dorada, horas de sanos placeres, de esperanzas, ilusiones que se renuevan y reverdecen cada vez que volvemos allí, y siempre que su nombre sale de nuestra pluma brota con tanto placer como en nuestro corazón su recuerdo.

Quiere el Sr. Palacios, y sabe lo que hace, volviendo a nuestro propósito, que al lanzarse el obrero al mundo, sepa lo que no debe olvidar y no sienta haber dejado de aprender cosas útiles; que la educación predomine en él sobre la instrucción; que no se reconozca de menos valer que sus compañeros que vengan de país extranjero (y este es el caso de Asturias). Y queremos nosotros, ya que hoy es entidad política, que no sea extraño a los derechos y deberes cívicos. Bélgica establecía un somero examen de derecho electoral. ¿Cuántos electores saldrían bien de la prueba entre nosotros?

Quieren el Sr. Nájera que sostiene la institución y el Sr. Palacios que la dirige, que no se rompan los lazos de la nueva escuela en la vida pública; desean que, en miniatura al menos, se cultiven las facultades todas del obrero y que en él tengan un admirador lo bello, lo justo y lo bueno; que su escuela sea también casa del pueblo, no política, sino pedagógica, y nosotros también lo queremos. Se han propuesto los ingleses formar en las escuelas hombres completos, y esto lo quieren también los Pestalozzi, los Fröbel, los Montessori, cada cual según su país y su época, y, en verdad, que escuela que tenga otras miras, muchas veces será una escuela más, no la que se necesita ni la que ha de ser modelo.

Tiene que echar mano el obrero de recursos intelectuales y de fuerzas físicas; sin ejercicio racional y constante, o no se desenvuelven o se malogran aquéllas y éstas, y la escuela complementaria seguirá formando alumnos cada vez más honrados e inteligentes, y será, sin llevar este nombre, Escuela Superior del Magisterio. Profesores no faltan, pero sí buenos métodos.

El Sr. Palacios desea larga vida, no para reunir tesoros, sino para formarlos en las almas de sus alumnos; ¡Dios se lo conceda! Si alguna vez nuestra buena suerte vuelve a llevarnos a Gijón, así como en otro tiempo lo primero que visitamos fué el Instituto, visitaremos con preferencia a todo la nueva Escuela Modelo.

El Instituto de los Artesanos es una bella creación de nuestros días, como lo son las Universidades mercantiles.

Algo faltaba, que va apareciendo.

Al mismo tiempo que necesitamos más escuelas, necesitámoslas mejores; maestros que

en lo posible convivan con los padres y con los alumnos; guías en el camino de la vida, como los hay para la entrada en los puertos; educación para todos, porque esta misma es una guía, un moderador de la instrucción, por grande que ésta sea.

ANTONIO BALBÍN DE UNQUERA.



El educador debe dirigir sus mayores energías contra la ignorancia y en particular contra las hijas predilectas de ella, la rutina y la superstición. Y esto debe hacerlo, no en forma pedantesca y oficiando de *sabio*, sino en lenguaje sencillo y amable, poniendo sus explicaciones al alcance de sus oyentes, descendiendo, si es preciso, al terreno vulgar.



## Acto de delicadeza

.....

La bondadosísima y angelical Presidenta de honor de la Asociación de Cultura e Higiene de esta villa ha escrito muy atenta carta, expresando sentimientos de gratitud por el homenaje que esta colectividad le rindiera, en prueba de admiración y agradecimiento.

Hela aquí:

Sr. Presidente de la Sociedad Cultura e Higiene de Gijón.

Muy distinguido señor:

Las más cordiales frases no responderían al reconocimiento que mi alma siente hacia ustedes por el efusivo homenaje que me han rendido. Sea, pues, la sencillez de expresión la más elocuente prueba de mis sentimientos sinceros, que se encierran en esta palabra: Gracias.

Y os las doy, no sólo en mi nombre, sino en el de la mujer gijonesa, a quien en mi humilde persona habéis, sin duda, celebrado aquel acto de pleitesía, esperando que todo el Gijón femenino responda a vuestros esfuerzos, secundándolos.

Hágame, Sr. Presidente, intérprete de estos sentimientos cerca de la Sociedad que con tanto entusiasmo rige y le quedará por ello muy agradecida y obligada su afma. s. s.

Rosita Velasco

13-V-16.

Para CULTURA E HIGIENE es un alto honor copiar tan cordial y delicada misiva, que encierra una estimabilísima promesa de cooperación femenina en las grandes obras de filantropía cultural que las Asociaciones de Cultura e Higiene están llamadas a realizar.

## Por la infancia

### Contra-educación doméstica

#### LAS HUMILLACIONES

Hay padres que repiten continuo: *¡Pero qué tonto y qué necio eres! ¡Dios mío, qué muchacho más estúpido! ¡Qué torpe, qué desmañado!*

Concedamos que estas apreciaciones sean exactas... Razón de más para que molesten y mortifiquen.

Emplear ese lenguaje, no hay que dudarlo, ofrece muy grandes inconvenientes; demostrémoslo:

Ante todo, al hacer notar las torpezas que el muchacho cometa, se sugiere a *todo el mundo*, amigos o criados, la idea de dirigirle los mismos reproches; de manera que de la mañana a la noche no oirá hablar más que de tonterías.

Acabarán estas por ser tan proverbiales y tan divulgadas, que apagarán en el alma del niño el sentimiento del respeto humano, tan útil como legítimo.

¡Para que molestar!...

Presentando a todos como un tonto, sintiéndose en ridículo ante todos, *no tiene por qué esforzarse en mejorar*.

Su reputación ESTÁ YA HECHA.

E insensiblemente a los sarcasmos con que le han agobiado acabará por «lucir su idiotez», o, cuando menos, por exagerar su ingénita necesidad, hasta el punto de hacerla exasperadora.

Esta será su coquetería y hasta su venganza...

Por otra parte, si el niño es efectivamente tonto, ¿no es hacerle un mal servicio presentarle como tal, entregándole a la implacable chacota de cuantos le rodean?

Cuando llegue a ser hombre, necesitará dar muestras de genio para lograr sólo que se le clasifique entre los de mediana inteligencia. Y para muchos continuará conservando un resto de imbecilidad, por maravillas que haga.

El estigma será indeleble.

En tales circunstancias, en vez de abochornar al muchacho ante los demás, es mil veces preferible llamarle *aparte*, y decirle: «Bien sé que no eres torpe, y que en el fondo, tampoco eres tonto... ¿Por qué no procuras que no te incluyan en el número de los majaderos...»

Con este procedimiento se despertará su amor propio y el niño, persuadido de que se le cree dotado de inteligencia, recobrará la perdida fe en sí mismo, se estimará más, y se engrandecerá a sus propios ojos.

Preciso es tener en cuenta que la agudeza no es inteligencia, ni mucho menos, por más que se confundan frecuentemente estas dos cualidades.

Interrogando cierto día a un niño de ocho

años, a quien se consideraba como un tonto excepcional, obtuve una curiosa contestación.

Este niño estudiaba la historia de Salomón. Creyendo tenderle un lazo, le invitamos a que nos dijera lo que pensaba acerca de la sabiduría de aquel rey.

Con aire del más completo bobalicón, contestó:

«Si el rey Salomón hubiese pedido a Dios la sabiduría para *todos*, hubiera sido todavía más sabio... y menos egoísta.»

Jamás olvidaremos el tono estúpido con que nos dió esta respuesta, de la que quisiéramos ser autores.

F. NICOLAY.



## Humanicemos la enseñanza...

.....

Pidamos humanidad para educar. Hagamos que desaparezca para siempre ese *psitacismo académico*, ese espectáculo de tortura de los exámenes solemnes verbales en público.

Venga, en cambio, la prueba por escrito con *temas* que no pidan nada a la memoria exclusivamente, sino al entendimiento. (1)

No importa que nuestros examinandos cometan faltas de ortografía en sus documentos académicos. (2) La ortografía la aprenderán leyendo y escribiendo mucho...

Y humanidad también en los recreos del espíritu. Que no tengan que decirnos los pobres niños como aquel de que habla Dupanloup: «¡Si supiérais cómo nos aburre divertirnos de este modo!» Que jueguen, que espanten el aburrimiento, y su cortejo de intimidades viciosas del internado, ese horrible internado, mezcla de cuartel y de cárcel.

Aristocratizar los pensionados poniendo alta la pensión, de altura de dinero para los ricos, altura de intelecto para los pobres, en becas de oposición.

Y sobre todo seleccionar: expulsión inmediata de los enfermos, intelectuales, morales y físicos. No confundir por más tiempo el Asilo, el Hospicio, la Casa de corrección, con el Colegio de educación escolar.

D. BERRUETE.

(1) La *Société de l'enseignement supérieur* de Francia, se pronunció en este sentido después de larga y concienzuda *enquête*.

(2) El Archivero de la Universidad de Londres, Mr. Hartog, ha hecho constar, que de los escolares ingleses «ninguno sabe escribir el inglés.» Lo aprenden luego... escribiendo.

## De cosas varias

### Miniaturas artísticas

Allá por el año 1687 se pagaron 7.500 francos por un hueso de cereza.

Aquel hueso, que había sido trabajado en Rusia, tenía grabadas con exquisito arte 120 cabezas diferentes, que podían apreciarse a simple vista y reconocer por la forma de las tiaras y coronas las que pertenecían a Papas, Emperadores o Reyes.

Esto recuerda un carro de marfil construido en la antigüedad, y cuya pequeñez era tal, que una mosca podía cubrirlo enteramente con una sola ala.

Los 15.000 versos de la Iliada de Homero nos cuenta Plinio que fueron escritos sobre hojas tan pequeñas que podían encerrarse todas en una cáscara de nuez.

También en una nuez, un paciente copista metió la Biblia escrita en un manuscrito que contenía tantas hojas como el original, y que reproducía todas las palabras en la página correspondiente al modelo.

### El café, preservativo

Un médico alemán ha comprobado, después de muchos años de observaciones, que el café puro, tomado en ayunas, es el mejor preservativo contra las enfermedades contagiosas.

Otros muchos facultativos han podido confirmar la citada cualidad del café con datos estadísticos irrecusables.

Estas observaciones han sido hechas en Alemania, donde se ha visto que casi todos los que tienen la costumbre de tomar café puro en ayunas, no han sido atacados de cólera, tífus, fiebre amarilla y otras afecciones semejantes y aún en aquellos que teniendo dicha costumbre han sido atacados, la enfermedad fué mucho más benigna y sólo ha ocasionado la muerte en un seis por ciento de las casos.

### Para las indisposiciones del estómago

Por cada taza de agua se echan en un cazo o cafetera cinco hojas de *lilo* (o su equivalente) y cuando se verifique el hervor se retira del fuego, se cuela, se le agrega una cucharada de azúcar de las crecidas y se le da al paciente. Apúntese la hora en que se le dió al enfermo la primera taza; a las cuatro horas siguientes se le da la segunda taza y así sucesivamente hasta que el vientre evacue; casi siempre se verifica la evacuación con la tercera taza, siendo muy abundante y apestosa, y con esto se venció la indisposición gástrica. Después seguirá el régimen alimenticio que ordene el señor médico de cabecera.

Advertimos a los señores farmacéuticos que las hojas del *lilo* se recojen de mediados de Septiembre a mediados de Octubre, que es cuando ya están maduras, se secan a la sombra y se guardan para usarlas.

### Curiosidades

Madrid es una de las capitales cuya población ha aumentado de una manera más rápida, aunque no siempre. De 3.000 habitantes que tenía cuando Alfonso VI la reconquistó a los moros, se elevó a 6.000 tres siglos después.

En 1516, poco antes de que Felipe II la hiciera capital de España (1.561), la cifra de sus habitantes se elevaba a 24.000 y en 1.597, llegaba a 45.422.

A principios del siglo XVIII pasaba de 100.000 almas, y al comenzar el XIX tenía 167.607 habitantes.

En 1857, los habitantes de Madrid eran 217.254; en 1870, 339.024; en 1878, 399.523 en 1884, 472.228; en 1901, 539.835; en 1906, 571.539; y en 1910, 595.586.

Actualmente la población de Madrid pasa de 600.000 habitantes.

El *record* de la explotación agrícola parece ser que lo bate una granja del norteamericano C. Warren, en el Estado de Wyoming. Tiene un contorno de 7.500 millas inglesas, o sea aproximadamente 12.000 kilómetros, y su ganadería comprende más de 200.000 animales de diferentes especies, entre otros, caballos, toros, carneros, cabras, cerdos y búfalos. Según el inventario, esos inmensos pastizales sostienen diariamente 4.000 caballos, 20.000 cabezas vacunas y más de 150.000 ovinas.



Hay una cosa más hermosa que el pulcro aseo que embellece la vida, y es la higiene moral. ¡Hombres y mujeres sin falsedad; intenciones rectas, conciencias puras, sinceridad, confianza y buena voluntad en las relaciones de unos con otros! ¿verdad que no son utopías irrealizables...? Cada uno contribuya a la gran labor educadora moral mejorándose a sí mismo...

*Fanni Garrido de Rodríguez Mourelo.*



## Ecós y Notas

El fuerte viento reinante en el actual periodo, levantando en densas nubes el polvo que cubre las calles y carreteras de los barrios de esta villa, ha venido a recordar lo abandonado que está el servicio de riego, limitado hoy por y de modo deficientísimo a las calles céntricas que por estar mejor pavimentadas no lo necesitan

tanto como las que se hallan con el primitivo «macadan» y con la grava completamente molida.

Tal deficiencia debe ser subsanada improvisando un servicio de cubas así sean de madera provistas de agua del mar, para sentar esas gruesas capas de polvo que levantadas por el viento hacen insoportable el tránsito de la calle, son un motivo grande de suciedad de las viviendas y constituyen un serio peligro de muchas enfermedades, según hemos indicado distintas veces en estas páginas.

Si el Municipio no da señales de querer remediar tan grave anomalía, las Asociaciones de Cultura e Higiene deben de tomar cartas en el asunto excitando la voluntad de todos y poniendo en movimiento las actividades vecinales para que cese de una vez tan censurable abandono.



A las muchas alabanzas de que ha sido objeto la «Escuela de Artesanos» recientemente establecida por CULTURA E HIGIENE, y al sin número de elogios a nuestra edición de cartas *A Pin el Ajustador*, se han unido dos artículos de adhesión y encomio, insertos en la revista del Ateneo de esta villa y dedicados a dicha Institución de enseñanza, al referido libro y a su autor D. Mario Gómez. Por todo lo cual quedamos reconocidos.



Nuestro entrañable amigo D. Matías A. Tejera ha sido nombrado Delegado de Hacienda de la provincia de Huesca.

Enviamos al inolvidable cultural gijonés nuestra más cariñosa felicitación, aunque lamentando que la ausencia de tan querido y excelente compañero nos prive de su activísima e inmediata cooperación en nuestra obra.



En la Asociación de Cultura e Higiene del Natahoyo se ha suministrado la vacuna a más de noventa niños y a algunas personas mayores por el entendido practicante de la Casa de Socorro Sr. Carús, a quien enviamos las gracias en nombre de aquella Directiva, muy agradecida a este servicio gratuito prestado por dicho señor.



Ha fallecido en esta villa la respetable anciana doña Isabel Diaz García, que fué en vida dechado de virtudes. A sus hijos doña Natividad y don Angel; hija política de doña Consuelo Uría y hermano D. Manuel les enviamos la expresión sentida de nuestro pesar, y nos asociamos a la justa pena que en estos momentos les aflige.

## Miscelánea

### Hombres, frases y hechos célebres

**Wieland.**—Nació este hombre extraordinario en Oberholzeim, Wurtemberg, el año 1733.

Fué el Voltaire alemán. Como el francés brilló con sus grandes talentos en todos los géneros, imitando la ductilidad de pensamiento y de lenguaje de Areout. Dió al teatro una tragedia, *Jane Crey*, comedias y óperas; escribió novelas filosóficas y sátiras, *Agaton*, *los Abderitanos*. Tradujo a Shakespeare, Horacio, Luciano, Cicerón, etc. Como poeta, escribió *Musarion* y *Oberon*, su obra maestra, cuyo relato maravilloso se renueva con viejas canciones de gesta. Murió en Weimar a la edad de 70 años.

*¡O está loco o está leyendo El Quijote!*—Hallándose el rey Felipe III en uno de los balcones de Palacio, vió a un estudiante paseando por la orilla del río, leyendo un libro, e interrumpiendo la lectura con grandes y continuas carcajadas. El rey exclamó: «Aquel estudiante, o está loco o lee la historia de *Don Quijote*». Varios cortesanos quisieron dar gusto al rey y bajaron al río en busca del estudiante, y, efectivamente, estaba leyendo la obra inmortal de Cervantes.

*Pasos del progreso.*—Año 1822 invención de los faros de reflector, por Fresnel y Mathieu. 1823, Barlow inventa la máquina electro magnética. 1824, Burdin, la turbina.

### EL ESTÍO

Mayo recoge el virginal tesoro;  
desciñe Flora su gentil guirnalda;  
la sombra busca el manantial sonoro  
del alto monte en la risueña falda;  
campos son ya de púrpura y de oro  
los que fueron de rosa y esmeralda,  
y apenas riza su corriente el río  
a los primeros soplos del Estío.

S.

### Pensamientos

—Jamás la enormidad de vuestros delitos os precipite a desconfiar del perdón.—S. Jerónimo.

—Antes empiezas a morir que conozcas qué cosa es la vida.—Quevedo.

—¡Qué dicha es el poder hacer feliz a alguno!—Barat.

—Nadie sin fe confíe en sus obras; nadie con fe, viva descuidado.—S. Agustín.

—La honra de una señora no consiste en estar asentada, sino en estar ocupada.—A. de Guevara.

—La presteza es madre de la dicha. Obró mucho el que nada dejó para mañana.—Baltasar Gracián.

—Seré modesta en todas las cosas que hiere y tratare.—Sta. Teresa.

### Medición ingeniosa

Llevaba un vinatero tres pellejos: uno en que cabían tres cántaras de vino, e iba lleno; otro en que cabían cinco, que iba lleno también, y el tercero era de ocho, e iba vacío. Le pidieron cuatro cántaras de vino. ¿Cómo se arreglaría para darlas justas y cabales, no teniendo otra medida que sus pellejos?

Pues vaciando el pellejo de tres en el de ocho. Luego el de cinco en el de tres y le quedaban dos cántaras, las cuales (habiendo vaciado de nuevo el de tres en el de ocho, las puso en el de tres. Así pues, tenía el de tres, dos cántaras y el de ocho seis. Llenó el de cinco con el de ocho. Puso del de cinco una, que cabía en el de tres, y quedaron cuatro en el de cinco.

### De Campoamor

Si en amar soy prudente,  
es porque escarmentado,  
para obrar con cordura en lo presente,  
tengo puesto un oído en lo pasado.

Lo mismo que hace con los sueños míos,  
irá el tiempo robando tus quimeras:  
sin más que andar los ríos  
acaban por llevarse las riberas.

Sé por mí que no hay nada más helado  
que el cráter de un volcán si está apagado.

### Lecturas festivas

Un joven disipador recibió un criado:

—¿Tiene usted fiador que responda de su conducta?

—Precisamente es lo mismo que yo iba a pedir a usted.

—¡Cómo!...

—Para que responda de mis salarios.

\* \* \*

—Señora: ¿tendría usted la bondad de quitarse el sombrero, que me impide contemplar el escenario?

—No, señor.

—He pagado un duro por mi butaca para ver.

—Pues yo he pagado veinte por mi sombrero, para que lo vean.

\* \* \*

—¿Puedo fiarme de ti?

—¡Qué duda tiene!

—Pues bien: estoy sin un cuarto y necesito cinco duros.

—Seré mudo como una tumba, y figúrate que ni siquiera te oído.

\* \* \*

En una tienda.—¿Cuánto vale esta albarda, amigo?

—Por ser para usted, sólo 50 reales.