

Cultura e Higiene

REVISTA SEMANAL DE DIVULGACIÓN POPULAR

AÑO VI

GIJÓN 30 DE JUNIO DE 1917

NÚM. 2.0

De escultismo

.....

Seguramente, lector, conoces Luanco, un pueblo simpaticón, bonito, alegre, que es nuestro vecino en el Cantábrico. Y si le conoces, sin duda sabes que, para llegar a él en ruta terrestre, es preciso andar nada más que 18 kilómetros, y no precisamente por terreno llano. Pues bien; este simple paseo fué efectuado por dos patrullas de scouts gijoneses el sábado último; y como estos no quieren comodidades en sus viajes, ni quieren tampoco la vida molesta de fonda, cuando hacen excursiones que ocupan más de un día, arrastran con ellos su casa, cocina inclusive; y he aquí el por qué dichas patrullas de Exploradores llevaron, carretera arriba y abajo, su carro de prácticas, con una tienda de campaña, unas grandes tarteras y los demás artefactos anexos. Y ¡vive Dios! que es trabajosa cosa, difícil cosa, arrastrar una casa —aunque ella sea de lona—kilómetros y kilómetros. Pero estos valerosos scouts (permíteme el autobombo, lector,) llevan siempre a cabo todo lo que se proponen; y así llegaron a Luanco en unas tres horas.

¿Qué importan las fatigas del trayecto cuando, al término del viaje, reciben al caminante tan cariñosamente como a nosotros en Luanco? Los luanquinos son amables, muy amables, y nos han recibido efusivamente. Y además de amables, son voluntariosos y tenaces: han constituido allí una brillante Tropa de setenta Exploradores, consiguiendo así reunir en esta obra educadora del escultismo a una pléyade de chicos que antes jugaban o molestaban al prójimo—dispersos. Precisamente aquí encuentro un argumento, que brindo a los lectores atentos que siguen mis desbarres en los publicados *Temas escultistas*: la obra del escultismo ya sería buena aun teniendo como única misión llevar muchos chicos agrupados al campo, haciendo, por lo menos, un paseo higiénico; pero como no se hace esto sólo, puesto que los instructores no quieren ejercer el papel —más triste en hombres—de «amas secas», sino que se trabaja en el terreno moral y material, no cabe ni admitir siquiera discusión en lo que se refiere al excelente fin educador de la Institución de los Exploradores. Cerrando el paréntesis, prosigo: en Luanco, como en otras partes,

hubo unos cuantos hombres altruistas, patriotas, de elevado pensamiento, que fundaron aquella Tropa, alma de la cual es D. Manuel López.

A Luanco fuimos a saludar a aquellos camaradas y a hacer prácticas de campamento; porque sabe, lector, que después de haber sudado el quilo en el trayecto, montamos la tienda en el campo de la hermosa iglesia luanquina y descansamos sobre el verde suelo, más duro que santo; pero antes, los scouts más pintureros bailaron largo tiempo en el Club Náutico. Naturalmente, la prueba fué un poco fuerte, un poco nada más.

El domingo por la mañana, después de cumplir con el muy digno alcalde de Luanco, que nos hizo la merced de un buen desayuno, fué izada la bandera en nuestro campamento con todos los honores, y se recogió en nuestra tienda la bandera de los Exploradores de Luanco. Después hicimos alguna práctica con aquellos muchachos, hablándoles nuestro instructor sobre unos artículos del Código escultista.

Luego de asistir a la misa de doce, que tanto en Luanco como en Gijón, como en otras partes es la misa de los elegantes, de las mujeres bonitas (perdóneme el señor cura párroco de Luanco, pero es así) y también de los vagos, ¿verdad lector? nuestros inconmensurables cocineros hicieron una paella excelente, imponderable, que transmitimos a los respectivos estómagos con la ayuda de cierto bebestible muy asturiano y muy barato también, puesto que fué otra amabilidad del señor alcalde.

Tuvimos un tiempo espléndido, y así las luanquinas lucieron sus vestidos más bonitos y vaporosos. Déjame, lector, hablar un poco de aquellas mujeres. Hay entre las mujeres de Luanco, preciosidades: bellezas corpóreas, tipos espirituales, mujeres de ardientes ojos negros, de melosos ojos flavos, de dulces ojos azules. Todas ellas son agradables. Las muy guapas y las menos guapas, aceptan con dignidad muy afectuosa los galanteos del forastero scout. Estaban también en Luanco algunas gijonesas, de esas mujeres tan bonitas que convierten a Gijón en un paraíso; de esas muchachas que a una prosapia distinguida unen la afabilidad simpática de una educación selecta. Aquella colección de mujeres estupendas, alborotó a la grey exploradora, que casi olvidaba ya la disciplina; el silbato del instructor había de pitar incesantemente

para reunir a los scout gijoneses que, al despedirse de Luanco, lo hicieron con sentimiento, y diversas veces, desde las revueltas de las carreteras, quedáronse contemplándole, pensando en lo fugaces que son los momentos gratos del vivir.

Cuando pasábamos, ya anocheado, por Veriña, nos cruzamos con un auto veloz, desde el cual un caballero nos saludaba efusivamente; era D. Santiago Nájera Alesón, que, al conocernos, de seguro sintió en su alma noble un impulso de cariño hacia los Exploradores gijoneses, que se honran contándole entre sus dignos Miembros de Honor.

Ved, gijoneses, en las anteriores notas, cómo la obra escultista se extiende, se difunde por los pueblos más pequeños; ved cómo ella significa ansias de renovación; ved cómo agrupa cientos de muchachos que dedican ahora gran parte de sus ratos de ocio a las prácticas de escultismo; mirad, sobre todo, cómo entienden y practican su misión los Exploradores gijoneses. Y si juzgáis serenamente, razonadamente, guardaréis para nuestra Institución las mayores simpatías; y si sois padres, os decidiréis a hacer scout a vuestros hijos, seguros vosotros de que formarán en una Obra honorable y utilísima.

EL EXPLORADOR R.

La tuberculosis y su profilaxia social

XI

Hay médicos y veterinarios que creen que con la leche no hay peligro de transmisión de la tuberculosis, pero hay también otros que presentan estadísticas y Memorias muy interesantes, demostrativas de que existe el peligro. Días pasados leía yo una serie de Memorias publicadas en el *Boletín del Office*, escritas en los pueblos del Norte de Europa, Noruega y Dinamarca—pueblos que estudian esto con muchísimo cuidado—, y en ella se demostraba que, efectivamente, había un peligro positivo. Adviértase, por consiguiente, que no se comete ningún desacierto con tomar esta precaución, sino todo lo contrario, porque es un medio preservativo conveniente. Y con estas ligeras indicaciones termino lo del contagio, y paso a hablar algo de la asistencia al tuberculoso.

El sujeto está ya enfermo. ¿Qué se hace con él? Antes quedaba completamente abandonado, ahora hay gran interés en proporcionarle medios fáciles de asistencia, sencillos, para que vaya él a buscarlos y utilizarlos, y cuando no va, porque no puede, se procura que estos me-

dios los reciba en su casa. No se trata ya de que el sujeto enfermo vaya necesariamente al dispensario: hay que adelantarse para sorprender lo antes posible la enfermedad, llevando los medios a casa del individuo. La razón de esto es que se ha comprobado ser una verdad, un principio evidente que informa toda la práctica inglesa, que cuanto más pronto acude el sujeto al remedio de su mal, más pronto, seguramente, se obtiene la curación, y en su enfermedad resulta menos lesiva a los intereses, ya de la colectividad, ya de la nación, ya de la entidad que emprenda la lucha. Pues bien: con este fin, el de la asistencia pronta del tuberculoso, se ha creado el dispensario, y luego el sanatorio, y por fin, el hospital.

El dispensario es una creación reciente. En Madrid todavía tenemos pocos; hay hasta tres dispensarios oficiales, que están dirigidos por médicos muy ilustres y se hallan protegidos, patronados, por decirlo así, por damas distinguidas, a la cabeza de ellas la Reina: son estos tres dispensarios el Victoria Eugenia, el María Cristina y el Príncipe Alfonso.

En estos dispensarios se debe dar a los enfermos medicinas; examinarles con todo detenimiento; surtirles de escupideras, en donde puedan escupir; darles también, además de los consejos terapéuticos, aquellos otros consejos de vida y de higiene, que constituyen lo que se llama educación antituberculosa. Es decir, hay que convertir los dispensarios en unos centros de cultura; hacer que los enfermos que van allí adquieran conocimientos que no tenían anteriormente; que no salgan solamente con la receta, sino con un estado de conciencia previsor y sabia que les permita seguir una porción de prácticas y tener provisiones convenientes, no solamente para ellos, sino para los demás, sugiriéndoles también aquellos consuelos, esperanzas y tranquilidad que resulta del perfecto conocimiento de una enfermedad que es curable. Importa esencialmente lograr que no lleven consigo el fatalismo desesperante que anteriormente producía cuando se afirmaba que individuo tuberculoso era individuo muerto.

Hay que hacer entender al individuo que tiene contraída una enfermedad cualquiera de las muchas que causa el bacilo de Koch, que puede ser curable, y que todo depende de la manera como se trate; y estas conferencias del dispensario le permiten adquirir una educación, y así tienen también que desarrollar un interés colectivo, un interés social.

DR. ANGEL PULIDO

—La piedad queda siempre en el corazón como el más alto sentimiento, ya se haya sentido hacia un hombre o un insecto.

La vida en la taberna

.....

No voy a describir el cuadro vulgar y antiesfético de la taberna, porque desgraciadamente es bastante conocido; pero sí voy a ocuparme del grave peligro que corre la vida en esos antros donde se pierde la salud; donde el vicio tiene su germen y la incultura su asiento.

En la taberna, que es hoy considerada por la mayoría de las gentes como un centro social e imprescindible a la vida colectiva, es donde tienen su origen la mayoría de los infinitos males que padecemos.

En ella se desarrolla en proporciones fantásticas el abominable vicio de la bebida, que tan grandes daños ocasiona a la vida colectiva e individual del hombre que abusa de ella, influyendo poderosamente en todos los órdenes de su vida, manifestándose así en sus actos, dejando en éstos grabadas fatales huellas.

Los efectos del alcoholismo no pueden ser más desastrosos para el hombre, en cuanto afecta al orden moral y físico. Entre esos bebedores de costumbre se encuentran individuos jóvenes, que aun cuando su naturaleza sea robusta, no tienen fuerzas, carecen de aptitud para el trabajo, sus rostros escuálidos y su aspecto exterior denota bien la enfermedad interior que les domina.

Con el abuso constante de la bebida, han perdido sus actitudes físicas y morales y van insensiblemente acércandose a la tumba, llegando en plena juventud a los umbrales de la eternidad.

Estos individuos dejan en la taberna ineludibles deberes sociales y de familia. En ella gastan la mayor parte de su escaso jornal, buen número de obreros, que han empleado sus energías en un rudo trabajo para adquirirlo; y luego privándose así mismos, a los padres ancianos o a sus hijos del dinero que necesitan para cubrir sus necesidades más perentorias lo emplean en venenoso licor, que les destruye el organismo y la más grande y noble facultad que la naturaleza ha dotado al hombre: la facultad de la razón, perdiendo con ella la dignidad.

Un dato elocuente de esto, lo ofrecen esos desgraciados que, perturbados por la bebida, constituyen la burla y el desprecio de las gentes. Inconscientes en sus actos, cometen instintivamente los crímenes más odiosos y repugnantes, que no cometerían en estado normal y sereno.

El carácter del hombre de taberna es pendero, su aspecto es repulsivo; procede en sus actos instintivamente, y por regla general esta fuerza instintiva va inclinada hacia las penderías y el matonismo; y de ahí resultan el sinnúmero de escenas trágicas que tienen su efecto en la taberna.

La higiene que reina en estos antros es más

que dudosa, en la mayor parte de ellos, por estar instaladas las tabernas en locales reducidos, de escasa ventilación; el suelo regado con las bebidas, lleno de basuras, y la pesada atmósfera que en ellos se respira, amenaza y quebranta seriamente la salud de los individuos que acostumbran a permanecer en ella.

Si nos atenemos al estado de cultura en que se hallan la generalidad de los hombres de taberna, este es deplorabilísimo; entre ellos predomina el analfabetismo y la ignorancia. Tienen la inteligencia cerrada a la razón y no creen nada más que lo que su intelecto rudimentario les dicte.

Entre estas gentes desgraciadas se encuentra un sinúmero de jóvenes que, al ingresar en la vida social, inician sus pasos hacia la taberna, dando un gran contingente a Baco, al mismo tiempo que lo restan a Minerva.

Mucho ganaría la cultura social e intelectual si estos jóvenes se agrupasen formando sociedades instructivas, en las que con el auxilio de buenas bibliotecas, el trato armónico y la mutua ayuda material e intelectual, destruirían los viejos moldes de las costumbres que hoy llamamos modernas y se expansionarían por los campos de la ciencia en busca de nuevos derroteros, que conduzcan a la sociedad futura a la paz, a la prosperidad y bienestar; aspiración noble y elevada, a la cual tiende el Ser supremo de la creación.

ANGEL PARAJA

De la Asociación de Cabueñes Deva

Cabueñes, Junio de 1917.



Máximas

.....

—Se deben arreglar las cosas pequeñas, porque por un clavo se pierde una herradura; por una herradura, un caballo y por un caballo un caballero.

—El que refrena sus aspiraciones y deseos dentro del límite de sus medios de fortuna, puede considerarse verdaderamente independiente.

—Si uno se aflige por las cosas que no tienen remedio, es un tonto; y, si se aflige por las que lo tienen, es un loco.

—El que hace sufrir al prójimo se daña a sí mismo. El que ayuda a los demás se ayuda a sí propio.

—No hay que envidiar las cualidades, la bondad y el talento ajenos, sino sentir pesar por no poseerles nosotros.

—Saquemos partido de los injustos sufrimientos que la vileza nos cause para constituir nuestro futuro bienestar.

PRO INFANCIA :: VIDA FEMENINA

Asociación Española para el Progreso de las Ciencias ♦ La Inspección Médico-Escolar en España ♦ Comunicación al Congreso de Sevilla ♦ Conclusiones

I. El problema educativo, en todos los países cultos, está relacionado íntimamente con la vida sanitaria de los niños y forma parte integrante de la obra general protectora de la infancia.

II. Todo niño deberá ser objeto de un detenido examen médico antropológico en el seno del hogar, en las inclusas y asilos, y sobre todo al ingresar en la escuela, conforme a lo preceptuado en el Congreso internacional de Londres de 1891.

III. Las orientaciones modernas de la Pedagogía y de la Higiene, así como la alta tutela del Estado en lo que se refiere a la enseñanza pública y privada, exigen la implantación de la inspección médica de las escuelas, establecida en todas las naciones civilizadas, la cual no merma, antes vigoriza, la autoridad del Cuerpo docente, ni ofrece ningún peligro en lo que atañe a las posibles indiscreciones respecto a las fichas individuales y los cuadernos de observaciones psico-físicas de los escolares, las cuales siempre han de tener carácter reservado, sirviendo, no obstante, para poder aconsejar a los padres o tutores acerca de la orientación preferible de los jóvenes.

IV La inspección médico escolar debe abarcar:

a) Cuanto se relacione con los edificios y sus condiciones sanitarias, especialmente el emplazamiento, distribución de locales, dependencias y anejos.

b) El estado sanitario de los alumnos, la formación de hojas sanitarias.

c) El examen de la anormalidad, debilidad o atraso.

d) La formación del registro secreto paidológico.

e) La profilaxis de las enfermedades transmisibles, comprobando individualmente los casos de contagio debidos a portadores de gérmenes morbosos.

f) Los primeros cuidados en caso de accidente.

g) La distribución de los débiles o enfermos en las Escuelas-Sanatorios.

h) La orientación racional de la educación física.

V. Las Escuelas-Sanatorios, entre las cuales se considerarán las de anormales, deberán ser objeto de especial atención, toda vez que es necesario combinar el tratamiento médico con las prácticas pedagógicas.

VI. Las instituciones complementarias higiénicas de la escuela, baños duchas, baños de sol, Cantinas escolares, excursiones y Colonias se adaptarán en cada caso a las condiciones individuales del escolar, estudiándose sus resultados.

VII. El cuidado de la boca y de los órganos de los sentidos constituirá uno de los más preferentes objetivos de la inspección.

VIII. Hacen urgentísima la implantación de la inspección médica escolar en España:

1.º La malsana disposición de los locales de escuelas, tanto públicas como privadas.

2.º La notoria deficiencia en las condiciones de desarrollo orgánico de los niños, que arroja cifras de importancia en lo que respecta a raquíticos, pretuberculosos, miopes, adenoidianos y anormales diversos, que sólo pueden determinarse mediante una revisión completa de todos los escolares españoles.

3.º El contingente de enfermedades adquiridas en la escuela por niños menores, a quienes debe atenderse con especial predilección.

4.º La necesidad de crear centros para vigorizar la raza.

5.º La conveniencia de difundir las propagandas de higiene social en la escuela.

IX. El Ministerio de Instrucción Pública tiene el ineludible deber de crear el Instituto Nacional de Higiene Escolar de carácter consultivo y de investigación, bajo cuya dirección funcionen los laboratorios y Seminarios docentes para especializar los estudios de médicos y maestros, reuniéndose en adecuado Museo y Biblioteca cuanto se relacione con la Paidología y Paidotecnia, Puericultura y Antropometría escolares.

X. El personal que constituye la inspección escolar, constará del cuerpo médico, debidamente especializados y de los auxiliares sanitarios convenientemente instruidos, pues la experiencia demuestra son eficaces colaboradores de la acción del médico y del maestro cerca de las familias. Solamente estableciéndose con verdadero patriotismo la solidaridad íntima entre los diversos elementos que rodean al niño y protegiendo a ésta en todo momento, podrá el Estado cumplir su misión tutelar y redentora respecto a la infancia española, necesitada de amorosa asistencia.

MANUEL DE TOLOSA LATOUR.

**

Hacemos fervientes votos por el triunfo de

las precedentes conclusiones, de suma trascendencia, y felicitamos a su ilustre autor, Sr. de Tolosa Latour, incansable apóstol de la infancia española, que ha tenido la atención de enviarnos tan interesante documento.

Indicaciones higiénicas

Los dientes *cariados* deben ser empastados o arrancados. Además que producen dolores de muelas, impiden la masticación de los alimentos, llevan al estómago residuos sucios, son asiento de microbios, dan al aliento un olor fétido y originan los flemones.

* * *

La piel *mucosa* que tapiza la boca y encías segregaba una substancia que cubre la dentadura, echándola a perder: el *sarro*. Este debe quitarse, friccionando los dientes con un cepillo, absolutamente personal, después de cada comida.

El cepillo se mojará en un dentrífico inócua.

* * *

He aquí una sencilla fórmula de *dentrífico*: Agua, 1.000 gramos; ácido bórico, 30 gramos; timol 3 gramos.

También se pueden emplear con el mismo objeto, solas o mezcladas entre sí, en dosis graduadas a voluntad las siguientes materias en polvo: bicarbonato, carbón vegetal, quina y costra de pan moreno.

* * *

El cabello protege la cabeza del frío, de las insolaciones y evita la humedad excesiva. Es una secreción insensible que arranca del fondo de la dermis. Cuando muere la médula del *pelo*, toma el color blanco. Las canas prematuras obedecen a preocupaciones, exceso de trabajo mental, sustos graves, disgustos continuados, etc.

Una de las causas principales de la caída y escasez del cabello en las mujeres es la arraigada costumbre de rizárselo.

* * *

Para la conservación del pelo se indica la siguiente pomada: Tuétano de buey, 10 partes; aceite de olivas, 60; cera blanca, 10; aceite de violetas, 1. Si se inicia la caída del cabello, lávese la cabeza cada día, al acostarse, con la siguiente composición: Acido clorhídrico, 5 partes; alcohol, 150.

No deben usarse específicos para renacer el pelo, sin consultar antes a un especialista. Las pelucas, tal como se hacen actualmente, son perjudiciales, porque impiden la transpiración de la piel.

—Las mujeres deben proceder con mucho cuidado para extirpar el *vello*, pues los depilatorios, por regla general, se hacen a base de arsénico, substancia en extremo venenosa. He aquí un *depilatorio* inofensivo y de efectos rapidísi-

mos: Almidón, 10 gramos; cal viva, 10; hidrosulfito de sosa, 3; agua, 20; se hace la mezcla y resulta una pomada. Dos minutos después de aplicada, lávese con agua caliente la parte donde se aplicó la pomada.

Otra esclavitud

¿Se dan cuenta clara las mujeres de que nunca van vestidas de acuerdo con sus propias ideas? Ellas, que se rebelan—en uso de su perfecto derecho—contra tantas tiranías injustificadas, ¿cómo justifican su absurda sumisión al juicio más o menos fantástico de los creadores de la moda? La mujer es víctima del modisto y del sombrerero, que la dominan con medios suaves, pero inflexibles, y la más sensata se viste como la más necia, porque en París o en Viena lo han decidido así unos cuantos señores que no la conocen y a quienes no importa absolutamente nada que vaya por las calles hecha un mamarracho. Casi todas las mujeres dicen cuando aparece una moda nueva: «¡Eso es ridículo!» Pero antes de dos meses han adoptado la ridiculez y se avergüenzan si no van vestidas «como las demás». Señoras: ¿saben ustedes lo que en realidad significa la palabra «distinción», que tantas veces habrán empleado ustedes como sinónimo de elegancia? Significa, sencillamente, «diferencia». Una mujer «distinguida» es una mujer «diferente de las demás». Y en eso precisamente consiste la gracia: en adaptar la ropa y el sombrero y el peinado, no a la idea de un modisto francés, sino a la idea que tengan ustedes de su propia belleza. Claro es que para tener «ideas de belleza» hay que estudiar un poquitín de estética; pero ya hemos quedado en que el estudiar es muy divertido... sobre todo si estudian ustedes para estar un poco más bonitas.

G. MARTÍNEZ SIERRA.

Mosaico

—La vanidad es una especie de gas que hincha, y, por consiguiente, suprime líneas afeando el rostro y quitando esbeltez a las muchachas particularmente.

—La mujer coqueta consagra una parte de su existencia al espejo, otra, a no hacer nada y la mayor parte, a practicar lo contrario de lo que debiera hacer.

—En las mujeres el mejor adorno es la modestia, única belleza, que resiste a las injurias del tiempo.

Las mujeres honradas, como los pueblos felices, no deben tener historia. Y no tener historia es no tener experiencia.

Por eso la mujer debe gratitud a las publicaciones y a las lecturas que le dan experiencia de la vida.

HIGIENE DE LA VISTA

No se debe trabajar, y menos leer, con luz insuficiente, excesiva, titilante o directa. Producen luz excelente: la electricidad con bombilla esmerilada; el mechero de gas con camisa y gas acetileno. No obstante, el ideal para el trabajo cotidiano, es el empleo exclusivo de la luz natural, porque es la más pura, la más higiénica y la más económica.

* *

Pasar bruscamente de la obscuridad a la luz, entre otros accidentes graves, puede ocasionar la ceguera repentina.

* *

Los colores de las cosas que nos rodean no son indiferentes a la conservación de la vista. Para los vestidos, los mejores son el verde, el azul y el crudo. Para las paredes de las habitaciones, los blancos pajizos, blanco-verdosos o blanco-azulados, uniformes y sin abigarramiento de dibujos.

* *

El estrabismo (de los vizcos), se produce por mirar, cuando pequeños, en sitios de muy poca o demasiada luz, o por ponerles muy cerca de los ojos objetos para mirarlos.

* *

Se llaman miopes las personas que para mirar entornan o alargan los ojos. Los miopes no ven de lejos y necesitan lentes cóncavos. Aquellos que para poder ver de cerca necesitan abrir los ojos extraordinariamente, se llaman presbítas y necesitan lentes convexas. El uso de cualquier clase de lentes exige la consulta previa del oculista. Y lo mejor en todos los casos, es usar lentes sólo en los momentos en que sean imprescindiblemente necesarios.

* *

El cinematógrafo es particularmente dañoso a la vista por los cambios violentos que sufre la retina a causa de la vertiginosa precipitación de las escenas en la pantalla.

* *

La legaña se combate lavando los ojos con ácido bórico mezclado en agua.

* *

El vino y el licor debilitan la vista, atrofiando el nervio óptico.

El setenta y cinco por ciento de los ciegos son alcohólicos y el noventa y ocho por ciento de los alcohólicos tienen la vista enferma o debilitada.

CURIOSIDADES

Miguel Servet: (1511-1553) de Tudela, aunque de origen aragonés, fué el descubridor de la circulación de la sangre.

D.^a Oliva Sabuco, de Nantes, estableció antes de Bichat la diferencia entre la vida orgánica y la de relación y buscó la unidad fisiológica en el sistema cerebro espinal. Ella también inventó el sistema del suco nerveo.

Pedro Ximeno, famoso anatómico, descubridor del hueso estribo del oído.

Gaspar Caldera de Heredia, (siglo XVII). Inició el estudio de los tubérculos del pecho antes que Morton.

Francisco Solano de Luque, autor de una verdadera revolución en la semeyótica o doctrina del pulso. Fueron vulgarizadas en Europa por Nihell las observaciones de Luque para pronosticar las crisis por el pulso.

Un fraile, *Fray Pedro Ponce de León*, benedictino, fué el primero que enseñó a hablar a muchos sordo-mudos y a leer, escribir y entender el latín, griego e italiano. (S. X. V.).

* *

La corona real fué en un principio una simple diadema de oro que ceñía la frente. Más tarde se hizo pesada, cubriéndose de pedrerías y perlas, aun cuando conservando su forma anular.

Al principio de la Edad Media los nobles a su vez empezaron a usar diademas más o menos adornadas, según su categoría; entonces fué cuando los reyes adoptaron como atributo de la dignidad real la corona *cerrada* y terminada en una cruz.

Entre las coronas que gozan más celebridad citaremos la corona de hierro de los reyes lombardos, cuyo anillo interior dicese que está hecho con uno de los sagrados clavos.

La corona de Hungría es considerada como una reina mística; tiene su palacio y su guardia de honor. La corona del Papa, la *tiara*, consta de tres coronas sobrepuestas.

Algunos países tienen varias coronas: por ejemplo, España e Inglaterra; Francia también tiene varias, las de Carlomagno, Luis XV y Napoleón I. Están expuestas en el Louvre y constantemente vigiladas, en la galería de Apolo, por un empleado especial.

* *

Hace pocos años se descubrió en las escavaciones de Pompeya una fábrica de jabón que había quedado sepultada bajo las cenizas del volcán el año 79 de nuestra Era.

Los pedazos de jabón que pudieron recogerse servían para lavar casi como si estuvieran

recién hechos, aun cuando habían estado diez y ocho siglos enterrados.

* * *

Si no siempre, muy rara vez les cuesta trabajo articular las sílabas o palabras a los tartamudos cuando hablan en voz baja.

Esta observación ha servido de base para establecer un nuevo sistema de curación de la tartamudez, sistema que no puede ser más sencillo.

El principio del tratamiento consiste en prohibir al paciente que hable nada absolutamente durante diez días, para que descanse y se prepare el órgano de la voz.

Pasados estos diez primeros días, se le permite hablar durante otros diez, pero siempre en voz baja; y, por último, durante los quince días finales del tratamiento, se le va permitiendo hablar en voz alta, poco a poco, hasta que desaparece la tartamudez.

* * *

El *amoníaco* ingerido en el organismo produce envenenamiento irritante. Síntomas: calor con escozor debidos a la quemadura de la lengua, de la garganta y del estómago; labios y lengua entumecidos, tos, ahogamientos, vómitos sanguinolentos y secreción de saliva.

En casos urgentes puede aliviarse con vinagre diluido en agua (180 gramos por litro) a voluntad, bebidas emolientes, como agua albuminosa (dos o tres claras de huevo por litro de agua), leche, aceite de olivas, etc

* * *

A los nerviosos, a fin de que reintegrados a la templanza y bien avenidos con la quietud, vivan enamorados del sosiego y sean los mejores defensores del orden y de la serena apacibilidad les brindamos una infusión sedante que se obtiene así: se toman tres hojas de naranjo agrio y un trozo, del tamaño de un *perrón*, de la corteza de una naranja dulce, se depositan en una jícara, se echa sobre ellos agua hirviente y se les deja unidos diez minutos, al cabo de los cuales se obtiene una infusión sedante y antiespasmódica, al decir de Dujardín, Beaumetz y Egasse, de un gusto agradabilísimo, que os permitirá discutir sosegadamente sobre la guerra actual, sin precipitaros en esos acaloramientos que a muchos cuestan un chichón y que carecen de la gloria de haberlo recibido en las trincheras, al lado de sus camaradas.

* * *

Receta del Dr. Elizagaray contra la neurastenia:

Glicerofosfato de Cal	5	gramos.
Extracto fluido de nuez de cola.	2	»
Agua.	120	»
Jarabe simple.	30	»

Una cucharada antes de cada comida.

NOTAS SUELTAS

La Asociación de Cultura e Higiene de Cabueñes-Deva se dispone a celebrar con el mayor entusiasmo el acto y la fiesta de su inauguración oficial, probablemente el domingo 15 del mes entrante.

* * *

Mañana domingo, habrá Asamblea de Directivas para tratar de las buenas relaciones que deben existir entre la Banda infantil de la Central y las Sociedades hermanas.

* * *

El entusiasta presidente de la Asociación de los Barrios Nuevos don Joaquín de la Viña ha regalado un cordero, que será rifado, destinándose el producto del sorteo a beneficio de aquel Centro vecinal.

* * *

La veterana Asociación de Cultura e Higiene de Tremañes está desplegando grandes actividades para arbitrar fondos con que subvenir a la construcción de su casa social, cuyo proyecto ha trazado el inteligente joven don Ricardo Echevarría Barceló; siendo su trabajo muy elogiado por cuantas personas lo han visto.

A este asunto de la construcción de edificios propios de las Sociedades hermanas, dedicaremos oportunamente la debida atención.

* * *

Una brigada formada por individuos de la Asociación de los Barrios Nuevos y de propietarios procederán mañana a arreglar el pavimento de la calle de Jesús donde radica el domicilio de aquel Centro. Siendo esta la primera vez que se practica la prestación de trabajo personal para el arreglo de una calle y que servirá de ensayo para seguir realizándolo en lo sucesivo en otros de aquella barriada.

* * *

Suscrito por todas las Sociedades de Cultura e Higiene se repartirá al público un manifiesto por el cual se le entera del estado del asunto de los depósitos de huesos indebidamente establecidos en el barrio del Llano, donde constarán también los antecedentes y gestiones practicadas para quitarlos de donde se hallan con grave perjuicio del vecindario y recabando el apoyo general para proseguir una intensa actuación en contra de aquella anomalía urbano-sanitaria.

El exceso de original para este número nos impide ocuparnos extensamente de este asunto y de la campaña idéntica entablada por la Sociedad hermana de Somió.



Del abogadismo, librenos Dios..

El abogado, padre del curial, que es, además, el que se ha infiltrado en toda nuestra Administración, es por naturaleza fetichista de la ley escrita; padece el prurito legalista de resolverlo todo con leyes y decretos, llegando a ver la realidad deformada y oscurecida al mirarla al través de esos decretos y de esas leyes; es apriorista, porque pasa del artículo al hecho y no penetra en su entraña buscando una relación interna que los enlace; es casuista, porque estudia los hechos aislados, prescinde de sus relaciones, y no sabe abarcar las cuestiones en conjunto; es el que engendra los covachuelistas de los Consejos; es el Sisifo de Negociado que lleva sobre sus hombros la roca de los Reales decretos y Reales órdenes y reglamentos, y no llega nunca a la cumbre de una cuestión sin arrojarla sobre los infelices contribuyentes. ¡Dios nos libre de que el poder civilista se concrete en el *abogadismo!*

Humoradas

Convirtiendo en virtud la hipocresía y ajustando las leyes a su gusto, como muchos fanáticos de hoy día, para ser más bribón finge ser justo...

¿Qué es preciso tener en la existencia? fuerza en el alma y paz en la conciencia.

Al salir a la calle las ideas, son del incendio popular las teas.

Campoamor.

Pensamientos

—Es muy antiguo sistema de los malos gobernantes, no abolir lo justo, sino sofocarlo en medio de sutilidades y de reglas indispensables.

—El genio y la virtud fundan las sociedades; el espíritu público las conserva; el egoísmo las perturba; el caciquismo las destruye.

—Más grande es ciertamente el gobernante que, previendo las posibles dificultades, las evita, que el que las resuelve cuando se presentan, así esto sea más glorioso para los cuadros de la Historia y más admirable para la estupefacción del vulgo.

—La moneda de oro tiene en poco peso mucho valor. Así debía de ser la moneda del lenguaje: que tuviera en pocas palabras mucho sentido.

—Cuanto más sobrio es uno en palabras, menos necesidades se le escapan: luego siempre hay ventaja en callar.

—Es de más valor la honradez y el juicio que la riqueza.

—Examinadlo todo; retened lo bueno.

Lecturas festivas y cantares

—¿Por qué no lleva más que una espuela tu amo?—preguntaban a un hortelano.

—Toma, porque haciendo andar a la jaca por un costado, no se queda el otro sin andar.

* *

Las pestañas de tus ojos son negras como la mora y entre pestaña y pestaña un lucerito se asoma.

¡Quién fuera fino coral, perla de tu gargantilla, de tu cintura clavete, de tu zapato la hebilla!

Yo no soy como aquel Santo que dió media capa a un pobre; ten de mi amor todo el manto, y si te sobra, que sobre.

* *

Una señora, en traje de baño, entra majestuosamente en el mar.

Su lacayo se le acerca y le dice:

— Me he de desnudar para seguir a la señora?

* *

Blas, con ojos de malicia. un cartel mirando estaba que un libro nuevo anunciaba titulado: «La Justicia».

Leyólo, y no dijo amén; pero al ver *Se vende aquí*, torciendo el gesto habló así: y en otras partes también.

* *

—¿Eres tú, o tu hermanica, la que murió por Agosto?

—Fué mi hermana; pero la que estuvo más malica fui yo.

* *

—¿De cuántas clases hay leyes?

—De dos clases, que yo sepa.

—Que son... —Divinas y humanas.

—¿Dónde se hallan las primeras?

—En el cielo.—¿Y las segundas?

—Son las que vemos por tierra.

* *

—Pequeño, nos vamos a misa, lávate esa cara.

—Padre, pa qué, si me la ha lamido la perra?