

# EL IRIS

Año V.

DIARIO CATÓLICO

Núm. 1159.

REDACCIÓN Y ADMINISTRACIÓN

José M.º Quadrado, 40.—Imprenta.  
Teléfono n.º 144.

Ciudadela (Menorca) lunes 19 de Febrero de 1917

PRECIOS DE SUSCRIPCIÓN

Al mes . . . . . 0'75 Ptas.  
Pago adelantado

(DE COLABORACIÓN)

## Higiene del estómago

Lector: estoy seguro de que no te has acordado que tenías estómago, hasta tanto que el dolor te hizo presumir que en tu abdomen guardabas viscera tan importante. Pues bien, voy solememente a trazar la conducta que debes guardar con tu estómago, si quieres que sus funciones las realice del modo más fisiológico posible. Nuestro estómago es un saco de forma de una gaita gallega, con dos agujeros, mide en su diámetro mayor 25 centímetros, y su capacidad es de 1.300, centímetros cúbicos. Algunos animales como los roedores, tienen dos cavidades, y otros como los ruminantes llegan a cuatro. Los alimentos una vez en la boca sufren una trituración que ha de ser perfecta para que la salivación tenga lugar de modo fácil, y la digestión se haga normalmente. Los dientes son los llamados ha realizar esta función, de lo que se desprende que la dentadura se ha de cuidar, cotidianamente para que conserve su integridad, en primer lugar por el papel que desempeña en la masticación y en segundo lugar por que una boca sucia está reñida con la estética. La limpieza se asegura usando polvos que no sean muy duros para evitar que arañen el esmalte, lo que produciría las caries y en su consecuencia la pérdida del diente, amén de los flemones, y en más de una ocasión de calvicies llamadas tóxicas y que logran curar sacando los dientes careados. Una fórmula que no puede perjudicar es la siguiente: Polvo de lirio de Florencia, 25 grmos. Ureta 15, Perborato de sosa 10. Mentol 15 centigramos.

La masticación se debe hacer despacio. El reír y el hablar cuando se come puede ser causa de que el alimento siga otro camino que no es el normal, las fosas nasales o la laringe; motivando quintas de tos molestísima y en ocasiones la asfixia.

Las comidas copiosas son causa de la dilatación del estómago y de digestiones penosas. El consumo de la absenta, gotas amargas y otros excitantes pueden motivar catarrros gástricos, miastenias etc. El alcohol al llegar al estómago se oxida en parte, dando lugar a la formación de ácido ascético, el que no ha sufrido esta transformación, pasa a la sangre y niega los tejidos. En el cerebro provoca una congestión pasajera que en ocasiones se traduce en brindis calurosos, llenos de huecas palabras y de frases espumosas, nacidas por el influjo del alcohol sobre nuestras neuronas. Y en el estómago llega a producir la úlcera que conduce al cáncer o a la muerte por hambre.

Los acres pimienta etc. son causantes de gastritis y dispepsias por insuficiencia, no solo secretoria sino motora.

El tabaco tanto mascado como inhalado da lugar a que la secreción de la saliva sea muy abundante y en su consecuencia sobrevienen inapetencias y gastritis tóxicas, que solo curan cuando se suspende el veneno.

El dormir durante la digestión no puede ser favorable, el vaciamiento del estómago se hace difícil y el riesgo sanguíneo escaso, por tener que acudir mayor cantidad de sangre al cerebro. Los trabajos intelectuales deben de prohibirse; con razón dice el adagio: «Después de comer ni una carta leer.» Los ejercicios violentos, salto, carrera, baile, son perjudiciales. Los corsés excesivamente apretados son causa, no tan solo de afear el esbelto cuerpo de la mujer, transformándola en una libélula, sino de que el estómago se deforme ante la presión desmedida de semejante férula. Siendo causa de una desnutrición acentuada que se manifiesta por la ausencia de color en las mejillas, pareciendo las jóvenes, flores delicadas de invernadero de vida tan efímera como ellas.

DR. VALDÉS Y GUZMÁN.  
Ciudadela, 17—11—1917.



## NOTICIAS

### Sufragios.

Pasado mañana, miércoles día 21 de los corrientes, las Misas que se celebren en esta Catedral y en el altar de la Virgen del Carmen de la iglesia de San Agustín se aplicarán por el alma del Excmo. Sr. D. José Martorell y Fivaller, Duque de Almenara Alta (q. s. g. g.), habiéndose dignado el Excmo. Sr. Obispo conceder 50 días de indulgencia por cada una de dichas Misas que devotamente oyeren los fieles, ofreciéndolas en sufragio del ilustre finado.

### Religiosas.

Continúan con gran solemnidad las XL Horas que se celebran en San Agustín. Todos los actos de ayer viéronse muy concurridos principalmente el de la noche, dando comienzo a su labor apostólica el Rdo. Fr. Zacarias de Llorens, Capuchino, Pronunció hermoso sermón, demostrando sabiamente como el Sagrado Corazón de Jesús es el centro a donde convergen nuestras almas, cuyas aspiraciones solamente en Dios podremos satisfacer. El Santísimo Sacramento quedó expuesto hasta las doce de la noche, haciéndose varios ejercicios de piedad.

Mañana, nuestro Excmo. Prelado dirá la Misa de comunión a las siete y media y por la noche oficiará en el acto de la reserva.

### Despacho.

El abogado D. Juan Saura, ha fijado su residencia en esta ciudad y abre su despacho al público en la calle del Mirador número 4, en el que evacuará toda clase de consultas profesionales, haciéndose cargo de cuantos asuntos judiciales o extrajudiciales se le confíen. Llena este digno profesional un vacío que hasta el presente muchos sentían pues es el primer letrado que de modo permanente viene a cumplir su misión entre nosotros. Sea bien venido y que el porvenir responda a sus sacrificios.

### Temporal.

A media noche desencadenóse sobre esta ciudad una imponente tempestad de relámpagos y truenos, con granizo y fuertes lluvias.

Esta mañana ha granizado de nuevo, permaneciendo el tiempo muy variable.

Sopla fuerte viento.

El estado admosférico disminuirá sin duda la concurrencia que suele trasladarse estos días a las playas vecinas.

### Goro.

Una estudiantina, formada por un grupo de aficionados, recorrió ayer las calles de esta ciudad, siendo aplaudida.

### Ayunos y abstinencias de carne.

Para los que gozan del Indulto de la Buia.

*Ayuno y abstinencia:* los viernes de Cuaresma y las vigiliass de Pentecostés, Asunción y Navidad (ésta se traslada al sábado de las Temporas de Adviento, 22 Dic.)

*Ayuno sin abstinencia:* miércoles y sábados de Cuaresma.

*Abstinencia sin ayuno:* viernes de las Temporas de Pentecostés (1 Junio.), de Setiembre (21), y de Navidad (21 Diciembre.)

### De enseñanza.

El Inspector Jefe provincial de primera enseñanza ha propuesto a la Superioridad una nueva división de zonas de visita.

En su virtud, la zona primera comprenderá el partido de Ibiza, casi todo el de Inca y una parte de los de Palma y Manacor y algunos pueblos de Inca.

Los dos Inspectores turnarán en ambas zonas cada dos años, según dispone el artículo 17 del R. D. de 5 de Mayo de 1913.

### Representación.

En la fiesta que celebrará en breve en Cataluña la sociedad «Nostra Parla», hablará en representación de Menorca nuestro particular amigo y paisano don Jose M.º Ruiz, abogado y redactor de «La Veu de Catalunya».

### Vapor.

Mañana, si el tiempo lo permite, saldrá a hora de itinerario para Palma el vapor correo «Ciudadela.»

Salieron ayer de nuestro puerto: Para Alcudia, el pailebot «San Antonio», patrón Juan Coll.

Para Barcelona, el pailebot «Paquete Ciudadelano», patrón Francisco Piris.



**Sorteo.**

Ayer fueron sorteados los mozos del actual reemplazo. Otro día publicaremos la lista de los mismos con sus números correspondientes.

**En la Catedral.**

Ayer celebróse solemne fiesta en honor del Adorable Sacramento con orquesta en la Misa mayor y Visperas y exposición de S. D. M. Costea, desde muchos años, esta piadosa función la notable y distinguida familia del Excmo. Sr. Duque de Almenara-Alta.

**VIII.**

En esta imprenta se encontrarán plumas estilográficas de recambio de superior calidad y a precios módicos.

**SANTORAL**

Martes, 20.—Santos León y Eleuterio obispo y Santa Irene.—*Se cierran las velaciones.*

Miércoles, 21.—*De Ceniza*, San Maximiano.

Día 21.—Sol sale a las 6'34 pónese a las 5'33.—Luna sale a las 6'35 pónese a las 5'55.

**CULTOS**

Martes, 20.—En la iglesia de San Agustín, último día de Cuarenta Horas. A las 7 Exposición de S. D. M. A las 8 menos cuarto, Misa de comunión general, que celebrará el Excmo. Sr. Obispo. A las 10 y media, Misa mayor solemne, predicando el Muy I. Lic. D. Pablo Brunet, Canónigo Penitenciario. Por la tarde: a las 6, Trisagio cantado, Rosario, sermón y terminará con la procesión y solemne Reserva en la que oficiará de Pontifical el Rdo. Prelado Diocesano.

Miércoles, 21.—*De Ceniza*.—En la Santa Iglesia Catedral, a las 10, bendición e imposición de Ceniza en la que oficiará D. m. de Pontifical el Excmo. Sr. Obispo, Misa conventual con sermón por el Rdo. P. Zacarías de Llorens. Por la tarde, al toque de Angelus, comienza el Septenario doloroso, habrá sermón que dirá el Rdo. Sr. D. Pedro Riera, Pbro.

**ESTACIÓN METEOROLÓGICA DE BAJOLÍ**

Día	Hora	Barómetro	Variación barométrica en 3 horas	Termómetro C.º	Temperatura		VIENTO		Lluvia en 24 horas	ESTADO DEL	
					Máxima	Mínima	Dirección	Velocidad en Kms.		Cielo	Mar
18	16	765'7		13'8			S.	5'1a10'0		Lluvia	
19	8	764'6	+1'0	11'0	15	9	N.W.	40'1a50'0	12'4 m.	Idem	Marejada

**En el Congreso**

Madrid, 18.—3'50

Acudió mucho público a la sesión de ayer, debido a la expectación que despertó la proposición incidental presentada por el señor Rodés.

Púsose a discusión la proposición de las izquierdas, interviniendo los jefes de las minorías.

La discusión fué un fracaso para los diputados izquierdistas, siendo su único resultado robustecer la autoridad del Gobierno.

En materia internacional el Sr. Melquiades repitió los cuatro lugares comunes sobre nuestra actitud y las simpatías de España por los aliados, mereciendo justas censuras.

Lerroux declaróse en su discurso francamente intervencionista, repitiendo lo que viene diciendo desde el principio de la guerra.

Todas las demás minorías defendieron la neutralidad, que debe mantener España a todo trance.

Usó de la palabra el Sr. Rodés para censurar la política seguida en Marruecos, retirando luego la proposición.

**Varias****Fiestas deslucidas.**

Madrid, 19.—2'50

El mal tiempo deslució ayer en muchas partes las fiestas de Carnaval.

En esta Corte se notó menos animación, que en años anteriores.

**De política****Sobre una proposición incidental.**

Madrid, 19.—7'20

El Salón del Congreso vióse ayer muy concurrido, comentándose favorablemente la situación del Gabinete Romanones, después de la sesión del sábado.

La discusión de la proposición del Sr. Rodés fué un triunfo para el Conde, notándose la unanimidad de criterio referente a la neutralidad de España.

Sólo el Sr. Lerroux abogó por la intervención, repitiendo lo mismo que viene diciendo desde el principio de la guerra.

El Jefe del Gobierno muéstrase satisfecho, diciendo que el país aprueba su política.

**De Marruecos****Tiroteo.**

Madrid, 18.—4'05

Melilla.—Los moros tirotearon ayer las tropas de Chiclana, matando al cabo Felipe Martínez y al soldado Aniceto Villar.

Resultaron heridos el capitán Francisco Díaz y un soldado.

Los pacos han matado al capitán indígena Esparce, cuando efectuaba un reconocimiento en las posiciones del Kert.

**De la guerra Mundial****Noticias de origen inglés****Oficiales.**

Madrid, 18.—5'35

Londres.—Los partes de la Guerra comunican algunas ventajas obtenidas por las tropas británicas en la región de Ancre.

Hemos desalojado al enemigo de una trinchera, aprisionando un centenar.

Siguen las luchas, siendo intensísimo el fuego de nuestra artillería.

Han sido derribados tres aviones alemanes.

**Noticias desmentidas.**

Madrid, 19.—2'00

Carnavón.—El Almirantazgo británico, en su nota de esta madrugada, recoge las noticias publicadas por el Almirante alemán referentes al hundimiento de 51 mil toneladas por un sólo submarino y en 24 horas.

Según la nota alemana entre los buques hundidos por dicho submarino hay que contar un crucero auxiliar de 20 mil toneladas y dos transportes, de 1.380 y 4.800 toneladas respectivamente.

El Almirantazgo británico desmiente todas estas noticias y afirma que ningún crucero ha sido hundido desde el día primero de febrero.

El tonelaje total hundido por los submarinos no llega a la cifra mencionada.

También niega rotundamente que sean empleados buques hospitales para relevar las tropas.

**Noticias de origen austriaco****Nota oficial.**

Madrid, 18.—7'00

Viena.—En todo el frente de Goritzia es general el duelo de artillería.

Desalojamos al enemigo de una importante posición, sufriendo las tropas italianas muchas bajas.

La lucha con los rusos fué ayer muy encarnizada, haciendo fracasar todos sus ataques.

Conservamos todas nuestras posiciones.

**Buques hundidos**

Madrid, 19.—5'40

Kaenistwesterhausen.—Esta madrugada el Lloyd ha comunicado el hundimiento de los siguientes vapores:

Ingléses; «Hapenob», de 3740 toneladas; «Aftan», de 1156, «Manis Leonart», de 1446, «Marion Dason», de 2460, siendo salvada la tripulación, «Quensoond», de 2701, siendo también salvada la tripulación; los veleros «Friedslisp», «Draga» y «Levan».

Vapor francés, «Germaine», de 3810 toneladas, salvándose la tripulación.

Y el vapor noruego, «Nordakp», de 322 toneladas, de cuyo vapor cuatro tripulantes fueron desembarcados en Falmouth.

El último vapor fué hundido el día 12.

Londres.—El vapor inglés «Lady» chocó con una mina, hundiéndose.

Hay dos muertos y cinco heridos.

**Del extranjero****Las repúblicas sudamericanas.**

Madrid, 19.—6'40

Todas las repúblicas han contestado ya a la nota alemana sobre la guerra submarina, imitando todas la nota de España.

Dícese que esta actitud de las naciones neutrales ha producido fuerte impresión en el Gabinete de Washington siendo esto la causa del cambio de tono de Mr. Wilson.

Parece que van por buen camino las relaciones entre Alemania y los Estados Unidos.

PRENSA ASOCIADA.

REGALO DE  
**EL IRIS**  
DE CIUDADELA

Cupón 7.º

Cada veinte cupones podrán canjearse por un número de nuestro sorteo.

**Juan Saura**

Abogado

Despacho: Calle del Mirador, 4