

EL MAGISTERIO ESPAÑOL

PERIÓDICO DE INSTRUCCIÓN PÚBLICA

APARTADO, 131

MADRID

CALLE DE QUEVEDO, 7

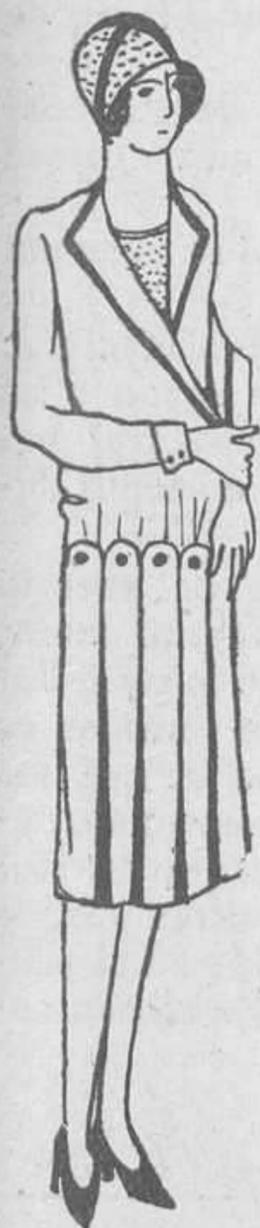
SECCION FEMENINA

CRÓNICA DE LA MODA

Vestido para tarde

He aquí un elegante vestido de tarde, confeccionado en pañete gris adornado con bieses marrón.

Su corte es sencillo y artístico, y tan atractivo, que hace que este modelo sea adoptado por muchas señoras de buen gusto. Se ve mucho por los paseos.



Los números que aparecen en los patrones de este vestido son los correspondientes a centímetros en las medidas que damos a continuación:

Talle, 42 centímetros; espalda, 42; contorno, 98; manga, 60; largo de cuerpo, 60; largo de falda, 50.

Todos los patrones de este vestido, como se ve, van incluidos en un solo grabado.

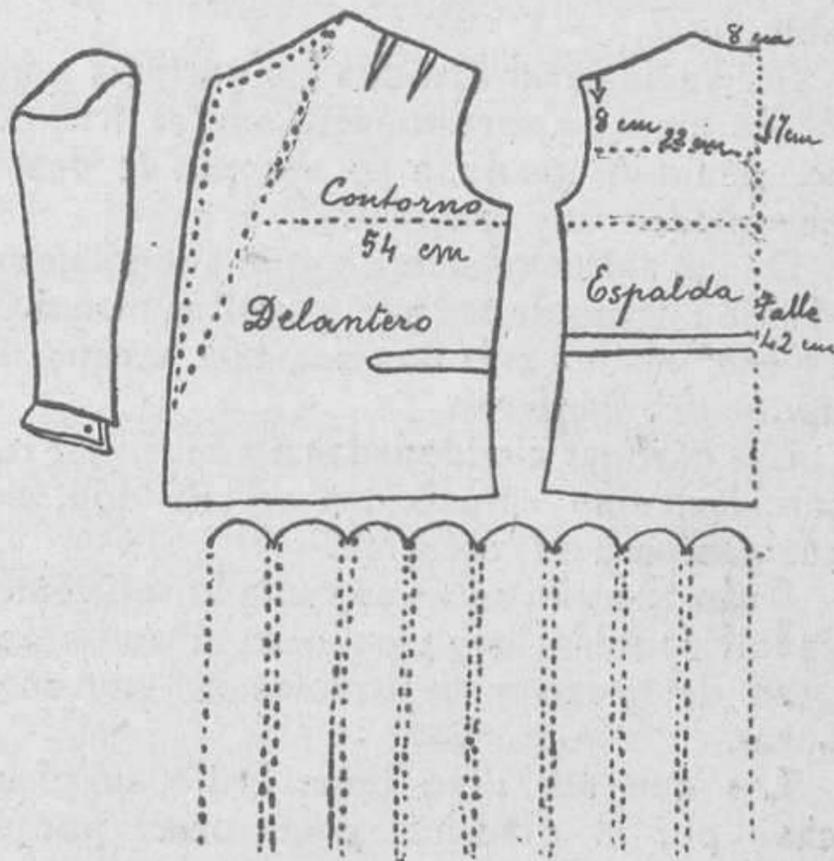
En dicho grabado figuran la espalda, el delantero y la manga del vestido, así como también la falda, que será una tira lisa de 60 centímetros de largo por tres metros y sesenta centímetros de ancho; esta anchura quedará reducida a 120 centímetros (seis palmos) al ser formados los pliegues.

La manga es de estilo corriente; únicamente la bocamanga irá cortada en forma, sobresaliendo un puño bastante largo, que ahora se lleva mucho, y que debe ser de crespón rosa los abrochados con gemelos.

La confección de este bonito vestido es

fácil, por lo que consideramos que aquellas de nuestras lectoras que se decidan a confeccionarle no encontrarán serias dificultades, ya que, con los patrones insertos y las breves explicaciones dadas, se tendrá más que suficiente las reglas para cortar y confeccionar el elegante y original modelo que hoy hemos desarrollado.

Insistimos que debe estar confeccionado



en pañete gris, muy propio de la estación actual, y con adornos de color marrón.

LA MUJER EN LA CASA

El lavado de las cortinas

Las cortinas, estores y visillos, ya sean de cretona, muselina, reps, tela de hilo o batisa, deben lavarse, sobre poco más o menos, de la misma manera.

Primeramente se sacuden las piezas fuertemente para quitarles todo el polvo. Tam-

bién pueden repasarse con un cepillo, si es que el polvo ha penetrado mucho en ellas y se hace difícil hacerlo desaparecer.

Se ponen en remojo durante unas cuantas horas en abundante agua fría, cambiando el agua de vez en cuando. Una vez que se ha hecho esto, se escurren y preparan para lavarlas.

En un recipiente bastante grande se prepara un baño muy jabonoso con agua hervida y muy caliente, agregándole una cucharada de jabón en escamas para cada litro de agua.

Las cortinas se echan dentro de esta mezcla y se frotan con suavidad en las partes que no estén muy manchadas, intensificando la labor en aquellas que estén más sucias.

Se necesitarán dos o tres aguas jabonosas para que queden limpias.

El aclarado deberá hacerse primeramente con agua tibia y luego dos aguas frías. Este es un detalle muy importante.

Si la tela pierde el color, ha de emplearse el agua bastante templada y debe hacerse el procedimiento lo más pronto que sea posible.

Si han de llevar almidón las cortinas para darles algo de apresto, será mejor hacerlo con almidón cocido, a no ser que se desee que queden muy armadas.

Deben seleccionarse las que necesitan un almidón ligero de las que necesitan otro más espeso; cuanto más fina una tela, menos almidón neberá llevar.

Las cortinas almidonadas no deben ser retorcidas, sino empapadas en almidón. Se cuelgan para que escurran.

Cuando están secas se rocía lo suficiente, envolviéndolas luego en una sábana o pedazo de lienzo y dejándolas así por unas horas.

Las que necesiten tener brillo se planchan por el derecho, y las otras por el revés.

Si tienen encajes o puntillas, se empiezan a planchar por la parte adornada y siempre del lado del revés para que resalte y quede como de relieve.

DE PUERICULTURA

La sobrealimentación de los niños

Cuando a un niño se da más alimento del que necesita, se dice que se le sobrealimenta, o se «le enlecha», según la frase vulgar.

Casi siempre se sobrealimenta a los niños por error, porque se cree que cada vez que lloran lo hacen porque tienen hambre. La sobrealimentación de los niños recién nacidos es tan común, que se puede decir que todas las madres sobrealimentan a sus hijos.

El peligro de este vicio es mayor según el exceso en que se practique; pero, generalmente, en la alimentación materna no es tan serio como en la alimentación artificial.

La sobrealimentación tiene signos característicos: los vómitos y eructos de leche cortada, el cólico, la diarrea, las molestias, que se traducen en llanto constante, apetito desordenado, sed, insomnio, y una erupción que el niño padece en las asentaderas, como consecuencia de las frecuentes evacuaciones irritantes.

Se puede decir que las primeras molestias, los primeros llantos que sufre el niño en la vida, se deben a la sobrealimentación.

Es muy fácil corregir semejantes trastornos con sólo reglamentar bien a los niños.

Las reglas de la alimentación son sencillas: El niño menor de tres meses debe mamar cada dos horas y media por espacio de diez minutos.

El niño mayor de tres meses debe mamar cada tres horas por espacio de diez a quince minutos.

Por la noche, mientras menos se alimenta a un niño, mejor.

Hasta los tres meses podrá alimentarse una vez entre las nueve de la noche y las seis de la mañana. Después de los tres meses, es preferible que no tome alimento durante la noche.

Las madres deben armarse de energía para no ceder a su tendencia natural de dar a su hijo el pecho cada vez que lo oyen llorar. Y el medio eficaz de que lo consigan es adquiriendo la convicción firme de que los niños no siempre lloran de hambre; al contrario, muchas veces lloran porque les molesta la indigestión, es decir, sufren porque han mamado mucho. No sería lógico ni prudente querer curarles la molestia alimentándolos más aún.

DE HIGIENE

El agua y la belleza

Agua suficiente es de gran importancia para la belleza, porque ella es esencial para la salud de las personas. Si no hubiera agua moriríamos irremisiblemente al cabo de pocos días, y con ella se puede vivir larga jor-

nada, aunque nuestro alimento consista en estar bebiendo agua constantemente.

El agua es la formadora de todos los jugos glandulares que se encuentran en el cuerpo humano, y es sabido que estos jugos son los que ayudan los procesos en sus continuos desenvolvimientos y los que sostienen el cuerpo en acción continua. Si no fuera por los jugos, la digestión no se podría hacer, la sangre no correría por las venas, el cerebro no funcionaría y los alimentos no se podrían diluir en el estómago y en los intestinos.

Toda el agua que pasa por nuestro cuerpo tiende a limpiar las vías y arrastrar las impurezas superficiales que encuentra a su paso.

De ahí que muchas personas crean que lo mejor que se debe tomar cuando una persona tiene sed es agua de coco, ya que ella tiene la propiedad de penetrar hasta en aquellas partes bien escondidas de las vías, por donde ha de pasar antes de ser expulsada del cuerpo, arrastrando consigo las impurezas.

La insuficiencia de agua en el organismo hace que los jugos venenosos del cuerpo se desarrollen en tal forma, que la sangre se daña inmediatamente, haciendo que la cara se llene de erupciones y que salgan manchas en la piel, que se hacen casi imborrables, hasta que uno se pone bajo un tratamiento especial.

Según un doctor alemán, una persona debe beber diariamente ocho vasos de agua, porque ese es el «standard» que se le pone al cuerpo de una persona diariamente para llevar a cabo sus funciones sin ser interrumpidas por falta de agua o de jugos.

Tal es la importancia del agua en el organismo de las personas. Si no queremos que la sangre se nos dañe y que el cuerpo se llene de manchas y de erupciones, bebamos mucha agua para estar al corriente con las glándulas, que son las fuentes de esos jugos, tan importantes en el cuerpo humano.

COCINA PRÁCTICA

Compota de plátanos

Se mondan y cortan los plátanos en rodajas algo gruesas y se ponen a cocer en un jarabe hecho con 400 gramos de azúcar, para cada medio litro de agua perfumada a la vainilla. Los plátanos se sirven fríos en el mismo jarabe y son un postre exquisito.

Tortilla con criadillas

Se cortan las criadillas en trozos, que se echan en manteca y se acaban de cocer en una salsa española. Preparados los huevos, como comunmente se hace, se colocan en medio de las criadillas, y se sirven.

Salsa española

Póngase en una cacerola caldo colado, un vaso de vino blanco y otro tanto de caldo del puchero, cebolla, perejil en rama, ajo, clavo, una hoja de laurel, dos cucharadas de aceite, un polvito de culantro y una cebolla en rodajas, hágase cocer todo junto y a fuego lento, por espacio de dos horas, espúmese en seguida y se pasa por tamiz, sazonándolo con sal y pimienta.

CONOCIMIENTOS ÚTILES

Contra los sabañones

Si los sabañones se inflaman, y, sobre todo, si se ulceran, se batirá alumbre en polvo en clara de huevo, haciendo una pasta blanda, que se aplicará al sitio enfermo.

Los sabañones ulcerados deberán, además, lavarse con un cocimiento de romero en vino blanco antes de aplicar el remedio antedicho.

[Para perfumar las habitaciones]

Un incienso, de olor muy delicado para perfumar las habitaciones, se obtiene según la fórmula siguiente:

Incienso, 45 partes; salitre, 15; azúcar, 12; estoraque, 12; benjuí, 25, y cascarilla, 6.

Para curar la hinchazón de los pies

Cuando se tienen los pies hinchados después de una larga caminata es excelente un baño muy caliente de cocimiento de flores de saúco, en el que se haya echado un gran puñado de sal gruesa de nitro, de la que se usa para hacer helados.

Para lavar los tejidos negros

Para lavar de modo perfecto los tejidos negros, se lavan con cuidado unas 20 hojas de hiedra frescas y verdes, y se colocan en un barreño. Sobre las hojas se vierte medio litro de agua hirviendo y se dejan en infusión, tapadas durante dos o tres horas. El tejido se extiende en una tabla y se frota varias veces con una esponja empapada en la infusión. Después se tuerce, se deja secar y se plancha; el tejido, no sólo quedará limpio, sino que su aspecto resultará enteramente renovado.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

P. ¿Cuáles son las doce provincias españolas que producen mayor cantidad de trigo?—*M. H.*

R. Ya comprenderá nuestro interrogador que no todos los años hay cosecha igual y que, aun los números relativos, no son los mismos, de manera que el orden que damos en seguida puede cambiar ligeramente de un año a otro.

Para que se forme idea de las producciones, damos a continuación la de quince provincias que en el año 1920—el cual puede tomarse como ejemplo—dieron más de un millón de quintales métricos:

PROVINCIAS	Quintales métricos
Burgos.....	2 555.268
Navarra.....	2.325.690
Valladolid.....	1.928 548
Zaragoza.....	1.834.825
Toledo.....	1.584.886
Huesca.....	1.468.115
Badajoz.....	1.409.619
Albacete.....	1.364.889
Zamora.....	1.304.130
Granada.....	1.284.346
Salamanca.....	1.269 016
Palencia.....	1.239.240
Cuenca.....	1.070.812
Madrid.....	1.066.640
Córdoba.....	1.040.675

No han salido las doce que se nos pedían sino quince, que son las que acusaron más de un millón de quintales métricos, es decir, de 100 kilogramos. Este orden, repetimos, podrá variar algo de unos años a otros, ligeramente, pero siempre quedará que, en condiciones normales, e as provincias son las más productoras de trigo, y, por consiguiente, de pan.

P.—Algunos médicos extranjeros ponderan en altos términos el limón como una de las mejores frutas. ¿Será el limón tan bueno cómo dicen?

R.—En estos últimos años se ha escrito mucho en favor de las frutas y más especialmente del limón.

Conocidos son los efectos saludables de la fruta en el cuerpo humano; sólo cuando se ingieren con exceso, algunas clases, pueden ser nocivas. Usadas con prudencia son un excelente alimento.

De todas las frutas, el limón se distingue por sus virtudes: purifica la sangre y pene-

tra en todas las mucosas y glándulas del cuerpo, purificándolas. Usando continua y moderadamente, su jugo llega a reavivar hasta los puntos atrofiados de la mucosa, como se ha observado bastantes veces en gargantas enfermas.

El limón disuelve fermentaciones litiásicas, concreciones reumáticas y gotosas y mata las formaciones fungosas, como la difteria.

Su acción provoca la contracción de los vasos sanguíneos, en lo que consiste su fuerza hemostática y su facultad de fomentar el regreso de la fleboctasia.

El uso prudente del limón es altamente recomendable para conservar la salud, y en muchas ocasiones para recuperarla cuando se ha perdido.

P.—Tengo un impermeable nuevo de caucho-seda, pero por haberle tenido en una habitación muy cálida este verano se le ha saltado la goma, y todo se cala; ¿podría decirme algún amable compañero cómo se le podría impermeabilizar de nuevo?

P.—He encontrado un libro interesante sobre teoría y práctica de la lectura, pero le faltan las primeras hojas y con ellas el título y el nombre del autor. ¿Podría indicármelos algún amable compañero, sabiendo que el libro era de 357 páginas en 4.º y dice el párrafo 3.º de la página 188: «La lectura de la forma dramática de la elocución es la más difícil»?—*Un Maestro.*

Problema.—Un número consta de seis cifras: $1abcde$, y multiplicado por 3 es igual a $\dots abcde1$. ¿Cuál es dicho número?

Solución.—Llamando x al número formado por las cinco cifras siguientes a 1, se tendrá la siguiente ecuación:

$$\begin{aligned} (100.000 + x) 3 &= (x \times 10) + 1 \\ 300000 + 3x &= 10x + 1 \\ 299999 &= 7x \\ x &= \frac{299999}{7} = 42857. \end{aligned}$$

Resultado.—El número es 142857.

Si 142857 se multiplica por 3, da 428571, conforme al enunciado del problema.

Además de los Maestros mencionados en números anteriores, han enviado soluciones al problema sobre el rectángulo, conocida la diagonal, los siguientes:

D. Constantino Moral, D. Francisco Moya, D. M. Gallardo, D. Macario Díez, D. José González, D. Pablo Antoñana, D. Ignacio Villar, D. Amadeo Lázaro, D. Aureliano Fraile, D. A. Tortosa, y D. Vicente Segarra.