

CULTURA E HIGIENE

PUBLICACION SEMANAL

AÑO III

GIJÓN 14 DE NOVIEMBRE DE 1914

NÚM. 133

De un hermoso acto

La hermosa institución mundial la *Cruz Roja* tiene en esta queridísima provincia una Sección más, constituida en la risueña villa de Sama el pasado domingo. Con este motivo la admirable agrupación gijonesa dependiente del nacional Instituto benéfico se trasladó a Langreo para fraternizar con los fundadores de la nueva y meritisima Sección langreana. Este acto cordialísimo inspiró los dos siguientes escritos descriptivos, que con sumo gusto damos a continuación;

CRUZ ROJA ESPAÑOLA

Al pueblo de Langreo

Aún bajo la dulce impresión de aquellos estruendosos vivas, de aquel entusiasmo delirante, de aquel palpitar unísono de todos los corazones langreanos, póngome a escribir estas líneas, no con el ánimo de hacer fiel reflejo de nuestra grata estancia en Sama, pues ni sabría hacerlo, ni tampoco hace falta, pues por mi, ya lo han hecho los diarios de esta localidad, pero sí para demostrar mi gratitud al pueblo de Sama por las atenciones que dispensaron a la Cruz Roja Gijonesa y para participar *al pueblo culto gijonés* el lazo de gratitud que en adelante le une a los langreanos por el recibimiento y despedida que a sus hijos ha hecho.

En el primer tren que para el Valle de Langreo sale por el ferrocarril langreano salió toda la ambulancia acompañada de la «Comisión de Damas y Caballeros» a las órdenes del señor Comisario y jefes médicos; el viaje transcurrió rápido gracias a la alegría que en todos los corazones anidaba al pensar en la alta misión que a Sama nos llevaba; en Noreña, esperábamos al Sr. Bances, el cual no pudo asistir por hallarse indispuesto (cosa que sentimos muchísimo) pues con su brillante oratoria y la amabilidad y disposición a todo en él habitual, hubiese contribuido a dar realce a tan hermoso acto; proseguimos nuestro viaje y al llegar a la estación de Sama, los acordes de un pasodoble primorosamente ejecutado por la banda municipal hicieron majestuosa la entrada del monstruo de hierro. Apenas los primeros camilleros aparecieron en las ventanillas, un estruendo Viva Gijón y una

salva de aplausos fué la más sincera expresión del sentir langreano; en correcta formación y acompañados de la simpática banda municipal fuimos al Ayuntamiento; del Sr. Zarracina como de los señores Concejales, nada he de decir; su hidalguía y caballerosidad nunca desmentidas dieron una prueba más el domingo al dispensarnos una cordial y entusiástica acogida; en la parroquial, que estaba rebosando de gente, el mismo recibimiento; el ilustrado y probo párroco de Sama desde la Cátedra sagrada, haciendo una vez más alarde de su clara y elocuente oratoria y profundo saber, expuso lo que era la Cruz Roja y terminó dando la bienvenida a los gijoneses y enviando un cariñoso saludo a Gijón; terminado el Santo Sacrificio, volvimos al Ayuntamiento donde a los acordes de la Marcha Real fué depositada la bandera; desfílamos hasta el parque, donde se realizaron ejercicios de instrucción militar a las órdenes del oficial señor Coto que con gran acierto demostró una vez más sus aptitudes; terminados estos, se procedió a la ejecución de los sanitarios a las órdenes de los Dres. Paradinas e Hidalgo, que con gran precisión ordenaron distintos simulacros que demostraron el profundísimo conocimiento que estos señores poseen en su profesión, procediéndose luego a las prácticas de vendajes por los camilleros que, dirigidos por el oficial de la brigada Sr. Vega, que tanto se sacrifica en estas cosas, acabaron de demostrar los beneficios que esta institución reporta no sólo practicando la caridad sino difundiendo también la enseñanza sanitaria en todas las clases sociales; terminados los ejercicios se rompieron filas y una suculenta comida puso fin a las tareas de la mañana.

A las tres de la tarde se abre la sesión de constitución en el Ayuntamiento; de los que hablaron, nada os diré sino que fueron muy aplaudidos y que cuanto los periódicos han dicho es fiel reflejo de lo sucedido. Terminada la sesión y formada la fuerza, se sacó del Ayuntamiento (en cuyo balcón central había ondeado toda la mañana) con los honores debidos la bandera que fué trasladada al parque a la tienda de campaña y después del rompan filas, cada uno se dispersó por donde pudo hasta la hora del tren. Al toque de llamada puntuales todos se formó la fuerza, y con hartó sentimiento abandonamos el pueblo hospitalario de Sama; un gentío inmenso

acompañaba la brigada y cuando el tren nos dejaba de aquella multitud que llenaba los andenes y la carretera, los vivas a Gijón y a Sama y los aplausos, nos hicieron apesadumbrarnos por tener que separarnos de tan grata y noble compañía. Mucha fué la gente que nos acompañó en el tren hasta la estación de Vega, cuyo andén lleno de gente que vitoreaba a Gijón nos hizo más acerbo aún el dolor de la partida; llegamos a Gijón por fin y la fuerza desfiló hasta el cuartel sin que tuviésemos que lamentar ningún incidente en nuestro viaje. Y voy a terminar enviando un aplauso a la Junta de Gijón y a su celoso presidente por la labor realizada, a los jefes médicos que nos prestaron su valiosísimo concurso, a la ya constituída Junta de Sama, por la actividad con que en unión del Sr. Campo, llevaron a efecto la organización, a los oficiales de esta ambulancia Sres. Llanos, Vega, Coto y Gómez por lo bien que llevaron a cabo su tarea, y por último un aplauso para rendirle con el mío más respetuoso a los pies de las bellísimas damas que forman ambas comisiones, por los sacrificios que se han impuesto para llevar a cabo esta obra de caridad, que es obra de todos, y a mis compañeros, qué digo compañeros, a mis hermanos los sanitarios un abrazo es la mejor prueba que puedo darles de que admiro, por su abnegación por su desinterés y por su comportamiento, como todos, que han contribuído a dejar bien puesto el pabellón gijonés.

MONTERISTA.

Gijón Noviembre 1914.



A orillas del Nalón

.....

Es innegable que la caridad es la virtud entre las virtudes, la virtud por excelencia que tiene consuelos para todos los dolores físicos y morales, para todas las miserias que aflijen a la humanidad, y que hoy más que nunca vemos practicar por la mundial institución Cruz Roja. En todos los periódicos ilustrados se publican fotografías que demuestran gráficamente su nacionalidad europea y su universalidad poderosa que defiende a todos los que cobija bajo su protección.

El ejemplo vale más que las palabras; y ninguno mejor que el que ahora está dando la institución a que me refiero. Entendiéndolo así la villa industrial de Sama de Langreo, suplicó apoyo para fomentar allí esta buenísima y necesaria obra. Nuestro incansable Presidente ilustrísimo señor don Jesús Menéndez, no descansó hasta lograr de la Asamblea Suprema los nom-

bramientos que se le pedían, viéndose muy honrado con tal nombramiento de Delegado Especial para formar aquella digna Junta.

Acompañado de la plana mayor de la Cruz Roja formada en esta villa y con la brigada completa, fueron a Sama a las ocho de la mañana por el ferrocarril de Langreo, en cuya Estación les aguardaba la brillante Banda de música, una Comisión de Concejales y el Presidente Doctor Valle. Entre aplausos y manifestaciones muy cariñosas, fueron recibidos los gijonés, que recibían los agasajos con grata satisfacción. Formada la brigada se pusieron todos en marcha hacia el Ayuntamiento, donde los esperaba el Sr. Alcalde, que supo interpretar los entusiasmos del pueblo por tan amable visita.

Desde el Consistorio se dirigieron inmediatamente al templo, que es una Iglesia de dos torres, de gran magnificencia, donde oyeron Misa y una sabia plática encomiástica de aquel Párroco describiendo los beneficios que la Cruz Roja reportaría a todo aquel vecindario. Una vez cumplido tan cristiano deber, salieron todos al dilatado Parque donde se hicieron prácticas de vendajes distintos y otras funciones propias del personal gijonés, ya muy adiestrado, que aumentaron el entusiasmo.

Llegada la una de la tarde fueron a comer todos los que componían la brigada una paella bien condimentada, un plato de sabroso pescado, un asado y el consabido arroz con leche, amén del aromático caté. En la comida se trasegó en abundancia Rioja de lo bueno. A las tres y media de la tarde en el salón de las Consistoriales se celebró el acto solemne de posesionar a la Junta. En la mesa presidencial ocuparon puesto, a la derecha, la Ilma. Sra. Presidenta de Gijón doña Celestina Junquera de Tejera y a la izquierda, la de Sama, Ilma. Sra. D.^a Carmen R. Fallo de Sancho que ostentaban con gentil y simpática arrogancia la cordialidad de dos pueblos hermanos.

Una vez terminado este acto, la Presidenta de Sama obsequió con un te a la Junta en su Palacio Hotel edificado en lo alto de una colina, con todas las suntuosidades modernas. No existe nada más delicioso, nada más risueño y encantador que esos edificios escalonados en las alturas desde donde se divisan los rojos tejados de la ciudad medio oculta y aquellas lindas corrientes del caudaloso Nalón que se desliza a través de las campiñas verdes y frondosas alamedas a cuya sombra protectora bailan las hermosas langreanas entre arrullos de amor, expansionando su juvenil alegría en horas festivas y embriagadoras, que inspirarían al pintor para impresionarlas con los más bellos colores de su paleta y al poeta para cantarlas con su arpa divina.

OTELLO.

VIDA FEMENINA

Condiciones de la mujer

Existen tres cualidades que serán los más preciados joyeles de tu canastilla de boda—decía una prudente abuela a su nieta poco antes de su matrimonio; —sé sencilla en el trato, en el vestir y en todas tus acciones, pues la sencillez es la mejor expresión de la belleza; que tu corazón guarde buenos y generosos sentimientos, y por fin, que tu vida esté normalizada por el cumplimiento del deber, que tus actos se dirijan siempre a un fin provechoso, no malgastando nunca el tiempo en frívolos pasatiempos.

La principal cualidad que yo reconozco en una mujer casada, decía Montaigne, es la virtud de la economía; es la cualidad por excelencia, que debe buscarse sobre todas las demás.

El papel de la mujer no es, como en un concepto mal entendido se cree algunas veces, de gastar lo que el hombre ha ganado con esfuerzo.

Su constante ocupación no estriba en lanzarse mañana y tarde corriendo almacenes de novedades en donde siempre encuentra los medios de dejar parte de su dinero, sino en dirigir su casa compartiendo sus gastos, teniendo en cuenta la cuantía de sus ingresos, buscando y aguzando su ingenio para, sin malgastar lo que ha de ahorrar, o lo que algunas veces no se tiene, presentarse en la sociedad representando airoso papel.

Así es como se dice que la mujer hace la fortuna de su hogar; si es económica e ingeniosa embellece la casa con poco gasto; transforma cuanto está a su alcance, no tira nada y lo tiene todo, hace la felicidad de los suyos en medio de un ambiente risueño y placentero a que el hombre aspiraba cuando estaba soltero, y llega a verlo realizado en el matrimonio.

MARQUESA ROSALINDA.

Ataque apoplético

Cuidados preventivos

La hemorragia cerebral, que constituye el ataque apoplético, puede manifestarse en todas las estaciones del año; es más frecuente en la edad avanzada y más en el hombre que en la mujer. Algunas veces sobreviene de improviso, sin síntomas de ninguna clase; sin embargo, lo más general es que se adviertan señales bastante características, como son una sensación de pesadez en la cabeza, vértigos, somnolencia, torpeza general, ruidos en los oídos, hormigueo en los miembros, etc.

Se manifiesta con la pérdida súbita del conocimiento, de los sentidos y del movimiento; el paciente cae en tierra como herido por el rayo, con la cara inyectada, los ojos sanguinolentos y

la respiración trabajosa; no responde absolutamente a las preguntas ni reacciona con los estimulantes. Al cabo de algunos días aparece la fiebre con parálisis.

Se debe desnudar completamente al enfermo, colocarle en la cama en posición casi sentada y en una habitación fresca; se le aplicarán vejigas llenas de hielo, o compresas empapadas en agua fresca, que se renovarán a menudo, sobre la cabeza; se aplicarán sinapismos en los pies y en los muslos, y botellas llenas de agua caliente en los pies. También aliviarán casi siempre los vesicantes en la nuca y algunos purgantes salinos.

La dieta se limitará durante los primeros días a algunas tazas de caldo frío, leche y varias yemas de huevo.

Se prohibirá el café, el vino y cualquier otro estimulante.

Es preciso suprimir del todo las sustancias alcohólicas, el café y los excitantes en general; las velas prolongadas y los baños demasiado fríos o demasiado calientes; rehúyase la vida sedentaria, evítense los vestidos demasiado ajustados, sobre todo en el cuello, y, especialmente, cuídese de evitar todo abuso.



Apunte semanal

.....

Retrotracción

Los periódicos diarios, deben de ser culturales en todo y por todo. Está llamada a desaparecer la información de crímenes y robos audaces, donde el pensamiento del lector se inclina a tratar de imitar en algo a los actores del suceso. Sobre todo cuando el detalle es hecho a lo *vivo* y con todos los *pelos y señales*.

Y digo que los periódicos deben de ser culturales porque su actuación está obligada a educar al público.

Mas por desgracia, padecemos una prensa que—salvo excepciones que siempre las hay— parece relegar a último término la acción educadora, moral y cultural...

Cuando la fiesta conmemorativa de un aniversario del descubrimiento de las Américas por Cristóbal Colón, celebrada en la Sociedad de Cultura e Higiene de La Calzada, todos los periódicos hablaron y reseñaron, más o menos extensamente, el acto, a excepción de «El Noroeste»,—a pesar que el Sr. Delbrouck, fué invitado precedentemente—que no se le ocurrió enviar un redactor a que informase la fiesta.

Sin embargo, para las reseñas de las corridas de toros y novilladas, más o menos importantes,

siempre hay un espacio extenso para dar cuenta detallada de la *fiesta*.

Eso es todo y eso es lo que debe de censurarse acremente, por los prejuicios que puedan hacerse relacionados con lo que aquí comento muy ligeramente.

Hago constar aquí mi protesta por lo hecho en «El Noroeste» *de ayer* y me congratularé que «El Noroeste *de hoy* no siga tan funesto precedente para la cultura.

Ante todo hay que educar al pueblo y encauzarlo por el verdadero camino.

¡La cultura se impone!

MARIO REY.



SECCION INFANTIL

Por los hombres de mañana

El título pueril de esta *Sección* no es motivo que impida traer a ella cuestiones seriamente tratadas, referentes a la vida, la educación, el derecho, la enseñanza, la cultura, etc., de los niños. Pero como todo trabajo prolijo, por interesante que fuera pudiese, de antemano, ser rechazado sin merecer la debida atención del pequeño lector, preferimos ofrecerle breves fragmentos conteniendo ideas que presten alguna luz a los variados temas de interés para la infancia y la juventud.

Damos la anterior explicación, porque más de una vez hemos de nutrir esta página con párrafos sintéticos, en la seguridad de que han de ser leídos con gusto por niños... y adultos, que a todos interesa saber algo de lo mucho que en el mundo culto se piensa, se siente y se escribe sobre los problemas de la infancia.

Y para muestra vayan hoy algunos:

Fragmentos

CAPACIDAD DE LOS MENORES PARA CONTRATAR. Estudiando este tema el ilustre jurisconsulto don Francisco Lastres dice entre otras cosas, «el poder público acepta y reconoce la capacidad del menor para contratar, como son: la solicitud de matrícula en los Institutos y Universidades del reino, vínculo que se crea entre el estudiante y el Estado sin intervención del padre ni tutor, y las libretas de ahorro postal extendidas a nombres de menores, reconociéndose a sus titulares como si estuviesen emancipados para el dominio, usufructo y administración de sus bienes.»

De estos y otros problemas cree el Sr. Lastres que, «deduciendo la debida enseñanza, se puede afirmar, con sentido positivo y práctico, que la patria potestad y la tutela se han esta-

blecido para dar protección a los menores, no para hacerles imposible la vida ni estorbarles sus movimientos.»

Y al terminar el estudio de este importante tema dice:

«Quizá no esté lejos el día en que algún Código, conservando los institutos de protección para los menores, declare que éstos solos y por sí mismos pueden pactar y obligarse en determinadas circunstancias, siempre que lo hicieren empleando aquella discreción y buen sentido que caracteriza la posesión del juicio pleno, aun cuando no se haya llegado a la mayor edad.»

LECTURAS Y ESPECTÁCULOS MALSANOS.—Grandes peligros tienen para la juventud la exhibición de ciertas películas en el cinematógrafo y la profusión de libros y periódicos pornográficos; no menos perniciosa es la influencia de las novelas policíacas, que tanto agradan al presente.

Las causas que han contribuido a difundir el gusto por la novela policíaca son principalmente la obra funesta de los periódicos de gran tirada, que para hacerlas más grandes halagan los gustos groseros del público describiendo con prolijos detalles los crímenes más bajos y repugnantes, manteniendo palpitante el interés de sus lectores, y el afán de lucro de los editores, que para vender más establecen precios sin competencia, lo cual hace que los jóvenes puedan comprarlas.

Otra causa puede ser se halle en las circunstancias del medio que rodea al niño. La vida de éste, sobre todo siendo pobre, es excesivamente monótona y aburrida. Su casa es mísera, no tiene jardín donde gozar a sus anchas del aire, del espacio y de la luz del sol.

La novela policíaca le distrae, haciéndole vivir en un mundo distraído de aventuras. Para combatir el mal no basta la acción del Estado. Es preciso la iniciativa privada. *Una Sociedad contra los cines y publicaciones inmorales*, y otra para el mejoramiento del niño, trabajaría por crear *campos escolares*, *patrullas de boy-scouts*, *bibliotecas escolares*, etc.

La sociedad moderna se halla seriamente amenazada en su juventud, y es preciso poner un dique a lo que la amenaza.

A. M. Aguado («Revista de educación»).

ORIENTACIÓN MORAL.—La curiosidad infantil, en cuanto aviva el deseo de saber, pone en movimiento toda la vida intelectual, despierta la atención, que con ella adquiere interés y fijeza; la razón se acostumbra a juzgar y el juicio es habitual en ella; el raciocinio se aplica para deducir un motivo, deducir una causa o sacar una consecuencia, abstrayendo las propiedades de

los objetos y generalizando sus conclusiones al convertirlas en leyes. Para que la curiosidad produzca estos resultados, en cuanto medio educador, se necesita que sea muy bien aplicada. Esta curiosidad debiera ser encauzada por los poderes y gobiernos hacia un lucro honrado y una propiedad legítima, cifrada en el trabajo, la virtud y la ciencia.

Abrahan García.

LOS NIÑOS SERIOS.—Dante dijo que hay algo de sagrado en la seriedad infantil, algo de expectación del alma, que se dispone a recibir las primeras impresiones de la vida.

Dante fué un niño grave.

También lo fué Picó de la Mirandola, y Pascal, y Miguel Angel, y Leonardo.

La seriedad de los niños es conmovedora, sobre todo para quienes los observan y quieren profundamente.

En la alegría de los juegos no suele estar su alma toda; la otra mitad, la más importante, está en las preguntas que nos hacen. El niño que es serio sin dejar de reír, presiente lo que es superior, lo que es bello, lo que es bueno. Y si no es voluntarioso, llegará a ser «una voluntad», que es lo que hay que ser. Observemos la gravedad de los niños, pero sin fomentarla. Procuraremos que esta gravedad no degenera en tristeza.

Losamé.

PENSAMIENTOS

El hombre tiene desde el momento que nace el mismo derecho que todos sus semejantes al patrimonio de la humanidad, pues existe desde entonces material e intelectualmente.

La vida del hombre debe consistir esencialmente en aumentar sus esfuerzos y en desplegar su energía.

El hombre es lo que antes se disuelve en el planeta.

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

El que se somete a los hombres, se había sometido antes a las cosas.

El hombre llama bien a lo que le conviene y mal a lo que le incomoda.

Las leyes son hechas expresamente para los hombres y no los hombres para las leyes.

DE COSAS VARIAS

Proyectos colosales

Ahora que el célebre *Canal de la Mancha* constituye una interesante actualidad, por ser el más importante centro de operaciones navales que se han de verificar con motivo de la guerra europea, es curioso recordar algunos de los muchos proyectos que se han concebido para poder cruzar a *pie enjuto*, como si dijéramos, ese brazo de mar que separa a Inglaterra de las naciones del viejo continente europeo.

Los parlamentos de Francia e Inglaterra se han preocupado más de una vez de las inmensas ventajas que reportaría un lazo de unión terrestre entre ambas naciones, que sólo las separan unos 34 kilómetros transversales en la parte más estrecha del canal.

Nadie considera ya infranqueable esta barrera, y no se desistirá definitivamente de intentar que una vía férrea llegue a enlazar al continente la Gran Bretaña, sea por un túnel, sea por un puente gigantesco sobre el mar.

Fantasías de inventores

TÚNEL SUBMARINO.—Los proyectos de un túnel bajo la Mancha han sido muchos.

Ya a principios del siglo pasado, el capitán Henry, Desmarais y Gallois plantearon los planos de un túnel, del que no volvió a hablarse hasta que el ingeniero Matthieu lo tomó por su cuenta y lo propuso a Bonaparte.

El túnel debía consistir en dos galerías sobrepuestas y estar alumbrado por *aceite*. Una serie de ventiladores, emergiendo a la superficie, asegurarían la circulación del aire.

Bonaparte lo pensó: Fox se interesó en el asunto, pero las hostilidades se rompieron entre ambas naciones, y el proyecto Matthieu cayó literalmente al agua.

OTRO PROYECTO.—Hasta 1834 no empieza a hablarse del famoso paso. Un tal Payerne propone a Luis Felipe el establecimiento de una bóveda en forma de campana de buzo, descansando en un dique de rocas construido en el fondo del estrecho. El estudio quedó encarpetaado. Lo mismo pasó con otro proyecto de Franchot, quien en 1836 emitió la idea de un tubo de fundición inmerso de una orilla a otra.

EL PLAN THOMÉ DE GAMOND.—Este plan, mucho más serio, fué presentado por su autor en la Exposición de 1867.

Thomé de Gamond quería construir un túnel de mampostería cilíndrico, de 9 metros de alto por 7 de ancho, partiendo del cabo Gris-Nez para concluir entre Douvres y Folkestone. Merced a una canalización lateral recibiría las aguas de infiltración y sobre el segmento de base del tú-

nel se hubieran puesto los railes de la vía férrea en una superficie plana, con dos estaciones terminales a 30 metros sobre el nivel del suelo.

Los temores de Inglaterra

Después de la guerra de 1870, el ingeniero Hankshaw apadrinó la idea del túnel. Se creó en 1872 el «Channel Tunnel Company». El taladro del túnel parecía fácil a causa de haber frente a Calais un banco de greda de bastante espesor: los gastos se calculaban en 100 millones y la duración de las obras en cuatro años. En 1875, a propuesta de Mac-Mahon, la Asamblea Nacional emitió voto favorable, y los trabajos empezaron en seguida en Francia, cerca de Sangatte, y en Inglaterra, en Folkestone.

Pero en 1882, cuando ya se habían abierto algunos kilómetros de túnel, Gladstone tuvo miedo, y alegando razones de defensa y de seguridad obtuvo del Parlamento británico un *bill* que suspendió inmediatamente las obras. Quizá éstas prosigan algún día. El proyecto no es fantástico y sí perfectamente realizable.

Un puente gigante sobre la Mancha

El ingeniero Boutet propuso en 1868 echar sobre la Mancha un puente de un solo arco. Verard de Sainte-Anne soñó en el establecimiento artificial del dique que en la época cuaternaria unía la Gran Bretaña con el continente. En fin, Dupuy de Lome imaginó una gabarra a vapor bastante poderosa para transportar todo un convoy: en hora y media, sin cambiar de tren, sin apearse del coche, el viajero pasaba de una orilla a otra, como sucede en el lago Baikal. Su idea cayó en el olvido.

La idea de un puente es una de las mejores ciertamente, no obstante los peligros de colisión que pudieran correr los barcos.

M. Hersent y Schneider lo conciben así: 72 arcos y 73 travesaños, con una longitud de 33.450 metros, con pilares de 14 metros sobre el nivel de las olas y con columnas de fundición que sostuvieran una calzada metálica de 54 metros de altura.

Dos vías bien parapetadas harían imposible un descarrilamiento.



El mundo marcha, y las nuevas ideas de independencia intelectual se impondrán en la estética como se van imponiendo en la política.

Los libros no tienen importancia por las páginas que suman, sino por lo que las páginas dicen.

LAS MOSCAS

En París existe una liga sanitaria contra los ratones y las moscas, contra la mosca sobre todo, enemiga del género humano, verdadero azote, plaga que mata.

Se las tiene que perseguir, se las tiene que aniquilar. Son esos menudos insectos alados los propagadores más terribles y más incansables de todas las enfermedades epidémicas, verdaderos vehículos de la muerte. Aterraria, si se pudiera presentar un cuadro de las víctimas que todos los años causan los menudos dipteros. En realidad, entre nosotros, casi sólo se persigue a la mosca por molesta, no por lo peligrosa.

Entramos a veces en una habitación y vemos una verdadera nube de moscas que danzan en el espacio, trazando toda clase de caprichosos arabescos. Van y vienen, vuelan y giran, suben y bajan y nadie les dice nada, como las hormigas blancas, sagradas de los indios. Pero entra en la habitación una menuda abeja, rubia ave-cilla, flor viviente, y despierta todas las iras. Se la persigue con encono y se la mata con rabia. Temen—quienes no temen la suciedad de las patas de la mosca—el agijón del inteligente animalito.

Y una abeja no es ningún animal peligroso. Se posa solo sobre las flores y las plantas aromáticas. La abeja es limpia; huye de la suciedad. Y no pica si no se la persigue para hacerle daño. Además, aun en el caso que clave su agijón su picadura es un accidente trivial, sin consecuencias.

Pero una mosca siempre tiene en las patas gérmenes de muerte. Es sucia por naturaleza. Sólo se posa en la podredumbre, en los excrementos, en los esputos. Aquella misma mosca se pondrá más tarde sobre los labios de un niño o sobre los comestibles que tenemos que ingerir.

Pensad que la mosca puede transportar el cólera, la tuberculosis, la fiebre tifoidea, la disenteria, la oftalmia purulenta, la enteritis de los niños. Muchos ciegos deben la pérdida de la vista a esos animales. El profesor Metchnikoff ha probado, según dice Eduardo Herriot, que

constituyen las moscas el factor esencial en la transmisión del «bacillus proteus» que cada año diezma a los niños.

«La mosca tiene que desaparecer». Este es el grito de guerra que ha lanzado el profesor Blanchard. Dinamarca, Inglaterra, los Estados Unidos, han empezado la campaña. Francia le sigue.

Matad las moscas. Pensad que una sola mosca, poniendo millares de huevos durante el verano, puede, en un año, provocar el nacimiento de un centenar de millones de moscas que cuesta la vida a muchos niños.

Pensad que la mosca es el principal enemigo.

R. JORI.

mentos, dosis precisa; su extensión progresiva variará, naturalmente, según las circunstancias de cada persona. Pero sí puede afirmarse que debe ser cotidiano; es mal sistema entregarse a movimientos activos intermitentes, que no producen otro resultado que el de aumentar el apetito en los períodos de reposo, haciendo más difícil la estricta observancia del régimen alimenticio prescrito. Los obesos necesitan convencerse de que la cura de la obesidad tiene que ser persistente. Lo que interesa es *adoptar un nuevo género de vida*, del cual la alimentación propia y el ejercicio metódico, son las bases fundamentales.

Formas de ejercicio más convenientes

en la cura de la obesidad

De entre los muchos autores que han estudiado el régimen recomendable a los obesos, Proust y Mathieu son, a nuestro juicio, los que en términos más breves han formulado mejor los consejos higiénicos relativos al ejercicio.

Según ellos la *marcha* es excelente, porque tiene la ventaja de que los interesados pueden regularla muy bien. Conviene en ayunas y dándole rapidez progresiva.

La *bicicleta* también puede utilizarse. Cuando se adopte este ejercicio deberán evitarse las carreras violentas, sobre todo en terreno ascendente y en los grandes declives.

La *equitación*, contra la cual se han pronunciado algunos autores por considerar que en vez de corregir favorecería la obesidad, puede también utilizarse según Dancel, el cual asegura haber obtenido de ella resultados muy favorables.

La *esgrima* es en estos casos un buen ejercicio. Conviene no prolongar mucho cada sesión y repetirla en cambio dos o tres veces al día.

Lo mismo puede decirse de la *natación* y del *manejo del remo*, que en ciertos casos y estaciones pueden ser muy convenientes para dar variedad al trabajo muscular.

Como dicen los autores citados, no es posible fijar para el ejercicio, como para los medica-



ECOS Y NOTAS

La comisión designada por la Asociación popular de Cultura e Higiene, formada por su presidente don Valentin Escolar y su vicepresidente don Antonio Alvarez y el vocal nato de esta Sociedad, visitaron al Sr. Alcalde para exponerle la idea de celebrar la Fiesta del Arbol, mostrándose el Sr. Galarza sumamente dispuesto a cooperar a su realización.

La Asociación de Cultura e Higiene del Natahoyo, prosigue sus gestiones para sanear aquel importante barrio.

El Sr. Alcalde viene demostrando inusitado celo y energía para desterrar sórdidas costumbres que se oponen al buen orden higiénico y urbano de este pueblo.

Se anuncia la publicación de un boceto biográfico de un tipo gijonés titulado «El Fantoche».

El incansable presidente de los exploradores gijoneses, don Valentin Escolar, ha escrito un hermoso episodio dramático titulado «El Cordón del Guía». Esta obra escénica revela las grandes disposiciones del Sr. Escolar para el difícil arte del teatro, y ella nos dará ocasión para elogiar a tan simpático autor cuando se represente su obra en uno de nuestros teatros.

EFEMERIDES

NOVIEMBRE

1840, día 13.—Por el Ministro de Gobernación se crea una Comisión que proceda inmediatamente a elegir el terreno, trazar los planos y formar el proyecto y presupuesto de gastos de un *establecimiento modelo para la curación de dementes*.

1855, día 14.—Ley sobre policía de conservación, seguridad y orden de los *ferrocarriles*.

1805, día 15.—R. O. previniendo, entre otras cosas, que los *cursos ganados en Colegios de Cirugía no habrían de pasar en tiempo alguno, en las Universidades, por Medicina*.

1848, día 16.—Con esta fecha elevó el Consejo de Sanidad al Gobierno un informe sobre el modo de organizar el *servicio sanitario extraordinario*, en el caso de que invadiese el cólera nuestro país, como así ocurrió. Concluía el informe diciendo:

1.º Que las autoridades protegiesen la libre circulación de los pueblos entre sí.

2.º Que se circulase de nuevo la R. O. de 24 de Agosto de 1834 contra *cordones sanitarios*.

3.º Que en caso alguno dispongan las autoridades aislar e incomunicar a los coléricos, ni establezcan *cordones, lazaretos o cuarentenas* de ninguna especie.

En la redacción de este informe intervino, principalmente, el doctor D. Mateo Seoane, al cual se le atribuyó consumada pericia sanitaria.

ACONTECIMIENTOS NOTABLES

(Guerras de España)

1774. *Guerra con Marruecos*; reinado: Carlos III.

1776-1783. *Guerra de Independencia Norteamericana*; reinado: Carlos III; aliados: Francia, Holanda, Estados Unidos; enemigos: Inglaterra.

HOMBRES CÉLEBRES

Alembert (Juan le Rond). Hijo natural de madame Tencin, que le abandonó a la caridad pública. Recogido por la mujer de un vidriero fué haciendo los estudios casi solo y sin libros; es considerado como excelente filósofo y matemático. Murió en 1783 a los 66 años.

Addison (José). Ilustre literato inglés, que, entre otras composiciones, escribió la tragedia titulada *Catón*, muy aplaudida en el teatro de Londres. Nació en 1672, en Miston, y murió a los 48 años de edad.

Velázquez (Alejandro González). Conocido como pintor y más aún como arquitecto de buenos principios, que dejó consignados en varias obras y monumentos. Nació en Madrid en 1719 y murió en 1772.

LECTURAS FESTIVAS

Del filósofo cínico

Cabe decir que la fortuna del filósofo Diógenes comenzó desde el día en que perdió la libertad. Después que cayó en la esclavitud, él mismo tuvo un esclavo llamado Manés, el cual se fugó. Querían que le persiguiese:

--No haré tal, respondió a los que se lo aconsejaban. ¿No sería una vergüenza que Manés pudiese vivir sin Diógenes, y que Diógenes no pudiera vivir sin Manés?

Humoradas

Cuanta es mayor por tí mi idolatría,
tanto más admirarte necesito,
pues halla al contemplarte el alma mía,
cuando escucha tu acento, la alegría,
cuando mira tus ojos, lo infinito.

Con tal que yo lo crea
¿qué importa que lo cierto no lo sea?

Campoamor

Miscelánea

—Señora, me lisonjeo esperando que la declaración de un hombre como yo será bien acogida, decía a una dama un necio presumido.

—Efectivamente, caballero, se lisonjea usted; contestóle la dama.

De su destino decía
que era víctima don Lino;
mas quedó cesante un día,
y no lo fué del destino,
si no de la cesantía.

En la prevención.

El delegado del distrito pone en libertad a un borracho que había pasado la noche encerrado. Al despedirle, le dice:

—Váyase usted a su casa, y espero no volverle a ver más por aquí, ¿eh?

—¿No verme más por aquí? Pues qué, ¿le van a dejar a usted cesante?

Del árbol sale la flor,
y de la flor sale el fruto;
si de chico eres tan bruto,
¿qué será cuando mayor?

Adagios

Con la mujer y el dinero,
no te burles, compañero,

Dando gracias por agravios,
negocian los hombres sabios.

Más se caza con miel que con hiel.