

CULTURA E HIGIENE

PUBLICACION SEMANAL

AÑO IV

GIJÓN 24 DE JULIO DE 1915

Núm. 169

IDEAS Y REALIDADES

A LA ASOCIACION DE EL LLANO

En nuestro número anterior hemos consignado los nombres de los ciudadanos que constituyen la Junta Directiva de la Asociación de Cultura e Higiene, recientemente formada en el barrio del Llano.

En esa Junta están representadas las distintas fuerzas sociales de aquella dilatada zona de población interurbana, por propietarios, industriales, obreros de oficina, artesanos, etc.

Esa variedad de elementos vecinales, es signo del espíritu de unión y armonía que anima a los organizadores del naciente Centro popular. Con ello lograrán reunir en su seno todas aquellas fuerzas útiles que rectamente encauzadas constituyan un poderoso elemento propulsor de la obra cultural felizmente iniciada por el inteligente artesano don Miguel Ciurand, cuyas condiciones de actividad e ilustración, han sido desde luego reconocidas por los estimables vecinos que con él comparten la labor preliminar, nombrándole su presidente.

CULTURA E HIGIENE envía su cordial felicitación al Sr. Ciurand y a los dignos ciudadanos y queridos amigos que le acompañan en sus trabajos para instituir en El Llano una Sociedad llamada a cumplir una gran misión educativa y moralizadora, y una serie de mejoras y reformas materiales del barrio, según las necesidades de orden urbano e higiénico demandan.

Ocioso y prematuro nos parece hablar hoy minuciosamente de tantas obras de salubridad y embellecimiento que reclama el pésimo estado en que se halla toda la dilatada barriada. Con buen criterio y mejor voluntad, la nueva Junta sabrá ir ordenando sus estudios de iniciativas, basándose en aquellas mejoras de más apremiante necesidad, cuya ejecución no ofrezca dificultades invencibles. Importa mucho que los primeros intentos se realicen con relativa facilidad, llevando así el optimismo y la fe al ánimo de todos para acometer con decisión otras reformas de mayor empeño.

Muchas veces lo hemos dicho; y con textos nuestros podríamos reafirmar ahora el criterio razonadamente oportunista con que orientamos la labor inicial de las Sociedades populares, afir-

nes a esta Revista y que se van constituyendo y desarrollando al calor de sus ideas. De esto; de que nuestras definiciones de conducta y de procedimiento no caen en el vacío y que antes al contrario van formando la conciencia y la voluntad de los hombres que más activamente intervienen en el desenvolvimiento de estos centros, pudiéramos aducir mil pruebas. Sin ir más lejos, recordemos que el entusiasta secretario de la Sociedad del Natahoyo, don Prudencio Martínez, en su trabajo leído al inaugurarse el Parque Infantil de La Calzada, afirmó explícitamente nuestro criterio, ateniéndose a textos consignados en CULTURA E HIGIENE, los cuales glosó acertada y sinceramente, fortaleciendo así nuestro convencimiento y nuestra fe en la eficacia de esta labor persuasiva.

No mencionaremos adhesiones oficiales y otras más o menos explícitas que corroboran nuestra actuación periodística, para no alargar este escrito en el cual nos sinceramos ante aquellas personas que forman la directiva de la naciente Sociedad, cuya atención requerimos para leernos primero, pensar después y seguir luego nuestras inspiraciones.

La finalidad de estas colectividades es amplísima. Pero no es cosa de exigirles milagros, cuando todavía son apenas esbozos de futuros organismos que perfectamente preparados y dispuestos, con el tiempo, serán llamados a cumplir en su día, un alto cometido social. Para eso, fuerza es esperar que adquieran aquella vitalidad necesaria para ejercer potente e intensa acción-procultura, informada y dirigida por el conocimiento de los problemas biológicos a resolver y por la noción de los deberes inherentes a la moral del progreso, la dignificación y el perfeccionamiento de la especie humana.

Abrumada la conciencia social por un cúmulo de anacronismos políticos y culturales, transmitidos de generación en generación, sin que rebeldes iniciativas se opusieran a la permanencia de funestas y equívocas ideas, triste legado de una ignorancia tradicional, alimentada y consentida por la rutina y la pereza de la gente, harto esfuerzo representa la formación constante de esos núcleos en que se inician los cimientos de una obra profundamente renovadora.

Son muy pocos los hombres, hay que confesarlo, que se han hecho cargo de la esterilidad casi absoluta de los medios preconizados hasta

ahora para obtener el ansiado mejoramiento, estable y positivo, de la masa social, e igualmente escasean las personas que preven la necesidad de un cambio inaplazable de conducta y de procedimientos culturales, inspirados en las ciencias biológicas, que es como decir las ciencias de la vida. Afortunadamente, repitámoslo, la sucesiva instauración de Centros populares bajo los lemas de «Cultura e Higiene», permiten fundadamente esperar un próximo resurgimiento de fuerzas sociales activas e inteligentes para cumplir la alta misión a que nos venimos refiriendo. Y si nada convence y persuade tanto cual ejemplo tangible, bien podemos decir que los hechos vienen a evidenciar nuestras afirmaciones, llevando el convencimiento y la persuasión al ánimo de todos cuantos tengan ojos y quieran ver, y oídos y no quieran ser sordos de conveniencia.

La construcción del alcantarillado del Natahoyo por iniciativa de la Sociedad allí establecida, vino a demostrar cómo estos Centros se preocupan de dar satisfacción a las necesidades de sanidad pública y de cómo sucesiva y derivadamente atenderán la higiene doméstica, el mejoramiento estético y urbano de sus barrios, dando con ello la norma de conducta a que se deben ajustar otros vecinos para que las deficiencias de idéntico orden sean subsanadas hasta llegar a todas las dotaciones de salubridad y ornato que les permita vivir como hombres... emancipados de toda suciedad y libres de tantos peligros con que la falta de higiene amenaza a los individuos.

El Jardín Infantil de La Calzada, aparte su importancia pedagógica inmediata y del alto ejemplo de cooperación social ofrecido por cuantos voluntariamente han aportado un esfuerzo moral, material o intelectual a la obra, vino a plantear implícitamente el problema integral de la infancia. Porque la gente se percatará de la necesidad de ir estudiando la implantación de otras cosas análogas de cultura, de beneficencia, de educación físico-moral de los niños, mientras el pueblo se va enterando del sumo interés que para el *progreso*, la *dignificación* y el *perfeccionamiento* de la raza tienen los estudios y las prácticas de la Puericultura, etc., etc.

La creación de una Escuela de Maternología en la Sociedad central, que no por lo difícil del proyecto dejará de implantarse cuando se pueda disponer de las necesarias dependencias, hoy ocupadas por secciones artísticas y de escultismo, vendrá igualmente a prestar servicios incalculables a la higiene de la mujer, y a darle instrucciones indispensables para cumplir los santos deberes de la maternidad y las funciones directrices del hogar doméstico. Huelga decir que al interesar a las mujeres en el estudio y las enseñanzas referentes a los oficios maternos y directores de la prole y de la casa, se llegará,

por extensión, al planteamiento de aquellas cuestiones femeninas de orden económico y carácter social.

Véase, pues, como por la constante actuación y predicamento de CULTURA E HIGIENE y por lo bien que saben responder las Sociedades afines, estamos ya a un paso de establecer en esta villa las instituciones principales, preconizadas por la cultura mundial y la higiene moderna organizadas.

Sea esta breve exposición de hechos el mejor acicate de la voluntad de esos buenos amigos que acaban de organizar la Asociación de Cultura e Higiene de El Llano. Nosotros bien pudiéramos haberles dedicado un artículo lleno de vana palabrería para conquistar el afecto de ellos; pero esclavos de la sinceridad, acostumbramos a buscar en la reflexión exacta de las cosas, la fuerza única que puede convencer y persuadir a los hombres de rectas intenciones, cual lo son esos dignos organizadores a quienes, de otra parte, les ofrecemos nuestro decidido concurso para todo cuanto sea procurar el avance de la nueva Sociedad, a la cual reiteramos nuestro cordial saludo, deseándole fervientemente todo género de éxitos y prosperidades incontrastables.



Algunas palabras contra el flamenquismo

(CONCLUSIÓN)

Si en el hogar doméstico y en los centros docentes se prohíbe terminantemente a los jóvenes destruir nidos y martirizar a los pajaritos, poniéndoles ejemplos en que les hacen ver el martirio que sufriría una madre cariñosa si le arrebatasen al hijo de sus entrañas, y otros semejantes, con el fin de inculcarles el horror a la crueldad, ¿por qué los mismos que sembraron en el tierno corazón de los niños la semilla benéfica de la caridad, la destruyen después asistiendo ellos mismos y consintiendo a sus hijos que se regocijen con el martirio de los animales y las escenas sanguinarias consiguientes a tales actos? ¿No sería incomparablemente más benéfico hacer que cultivasen las ciencias y las artes e infundirles constantemente el amor al trabajo, fuente de toda riqueza y origen de la tranquilidad de conciencia?

Pero, desgraciadamente, en nuestra querida España se da hoy la mano al gladiador para que llegue al apogeo de su arte corruptor, y se deja en el más lamentable abandono al hombre culto e instruido, como así mismo a los grandes artistas y genios especiales, que bien atendidos producirían otros semejantes, con lo cual nuestra sociedad que hoy vemos dirigirse en confuso tropel a su perdición, seguiría otro derrotero capaz

de apartar a la humanidad de tan lamentables pasiones, llevándola insensiblemente a la cultura y civilización de otras naciones que, siguiendo este ejemplo han conseguido enriquecerse.

Es cierto que las citadas corridas dan impulso al comercio y proporcionan a los ganaderos un medio seguro de enriquecerse; pero no es menos cierto que en otras naciones más cultas que la nuestra se horrorizan de tal procedimiento, cuando existen otros medios de hacer prosperar al comercio y a la industria como ellos lo están demostrando.

Si las grandes extensiones de terreno que se invierten en la crianza de esos animales se dedicasen a la agricultura, arboricultura, horticultura, etc., etc., tendríamos si duda alguna mayores riquezas, evitando además la emigración que arranca innumerables brazos a la agricultura, y las inteligencias más salientes de nuestra patria, que buscan en tierras extranjeras lo que en la suya no pueden conseguir.

Los españoles conquistaron las Américas, llevando a ellas la civilización. De aquellos terrenos vírgenes consiguieron arrancar riquezas incalculables; y no obstante su ambición desmedida y tiránica llegó hasta el triste extremo de tomar a los naturales por esclavos, sujetándolos a los trabajos más penosos, y tratándolos peor que a los irracionales, lo que dió origen a que más tarde sacudiesen el yugo que los martirizaba y lograsen alcanzar la independencia; y aunque España dominaba algunas islas, se fueron insurreccionando hasta colocar a nuestra amada patria en el lamentable estado que hoy la vemos. No obstante, las colonias españolas residentes en México y Grandes Antillas consiguieron aficionar a los naturales al detestable taurismo, demostrando con esto, una vez más, la carencia de humanidad y cultura, pues con ello consiguieron aumentar la crueldad de aquellas gentes, ya de suyo bastante notoria, y hasta sacar maestros y multitud de aficionados. ¿Y será loable que en virtud de tal estado de cosas nos crucemos de brazos y miremos con indiferencia el rápido avance de tan funesta pasión que amenaza estender sus miasmas por una gran parte de Europa? ¿Será laudable que todas las personas de uno y otro sexo que alberguen en su pecho un corazón humanitario, paren su atención en asunto de tan interesante trascendencia?—La unión constituye la fuerza; unámonos y trabajemos sin descanso hasta alcanzar el triunfo que reclama y merece la alta misión que ejercemos, sin desanimar en ella ni un sólo momento, y entonces, a pesar del arraigo que tan degradante pasión ha venido adquiriendo, no se dude en nuestra victoria, con lo cual habremos practicado un beneficio imponderable a la humanidad en general y las generaciones futuras bendecirán nuestra benéfica labor.

PABLO ALCÁNTARA.

Vida femenina

La higiene social protege a la mujer

Después de los niños figura la *mujer* como objeto de cuidados higiénicos especiales, porque sus condiciones fisiológicas y genéricas deben tenerse en cuenta, y también porque ciertas funciones de la mujer la predisponen para las influencias nocivas; así las leyes limitan la duración del trabajo en la mujer (en Inglaterra sesenta horas por semana como máximun, y en Suiza una pausa de hora y media al medio día, en lugar de una hora que disponen para los hombres.) En Inglaterra y Suiza prohibese además el trabajo durante la noche. en Alemania se permite en ciertos ramos de fabricación, pero no se la admite en trabajos subterráneos. En la mayoría de las fábricas de Alemania se prohíbe a las mujeres tener corsé puesto mientras trabajan.

El gobierno de Nueva Gales del Sur (Australia) ha promulgado una ley referente a las criadas prohibiendo que éstas trabajen más de ocho horas al día. Solo en ocasiones especiales, como recepciones, comidas, etc., se permite que trabajen diez y ocho horas al día, siempre que no tengan que trabajar durante los días siguientes horas extraordinarias.

Sin embargo, en la época del embarazo y del puerperio necesita la mujer una protección especial. Durante el embarazo, y especialmente en los últimos meses, los grandes esfuerzos corporales, así como el manejo de agentes tóxicos, pueden comprometer tanto la vida de la madre como la del feto, y aún después del parto es preciso durante algún tiempo tener un cuidado especial con ambos, poniéndose en colisión los deberes de la madre, que tiene que amamantar a su hijo, con los de la obrera, pues es necesario que la mujer que cria disfrute sus horas de un sueño reparador y de una alimentación buena y no tenga emociones fuertes.—También para el *puerperio* existen disposiciones legales, aunque insuficientes. En Alemania las mujeres no pueden trabajar hasta tres semanas después del parto, y en Suiza hasta seis, y Holanda cuatro, (ley Van Houten.)

*
*
*

Entre los preceptos generales debemos incluir también algunos principios que, además de su importancia higiénica, tienen una gran trascendencia social.

El establecimiento de *un máximun de horas de trabajo* para todos los obreros, y el descanso de los domingos, sólo pueden defenderse desde el punto de vista higiénico, teniendo en cuenta las necesidades económicas; porque el higienista no debe olvidar que todo perjuicio económico, toda pérdida en los ingresos, representa a su vez un inconveniente higiénico.

A Pin el Ajustador

.....

(SEGUNDA SERIE, CARTA 1)

Amigo Pin: ya me muerde demasiado en el alma nuestro incomodo y ya no espero un día más para escribirte: abre los brazos hacia mí, que voy dichoso a abrazarte, y demos al olvido la rencilla, el puntillo de honra o tontería que nos tuvo de morros durante tantos meses.

¡Qué tontuelos hemos sido los dos, y por qué poca cosa se enfadan dos amigos! Tú, porque me veías seguir muy entusiasmado en la campaña de Marruecos; yo, porque te creía un frío patriota, pusimos el mismo ceño y dejamos pintarse en nuestras caras el mismo gesto anti-pático, que a ninguno de los dos salía de muy adentro.

¡Qué había de salir, si todo ello eran tan sólo fútiles discrepancias; cuestión de edades! Tú, que querías caminar ligero, con los arranques de tu juventud espléndida, y yo, que no podía aguantar a tu paso, porque llevo ya unas docenas de años a la recacha. Ahora ves tú, ante la guerra europea, que aún la fuerza y los ejércitos son necesarios a los pueblos, y ahora veo yo, que los antimilitaristas exaltados luchan como unos bravos por su patria. Pacifistas tú y yo vamos poniendo, a costa de lecciones, nuestro paso a igual medida: caminando ya al lado podemos entendernos y abrazarnos, y nuestro abrazo será un símbolo, y la lección de esta lucha mundial pondrá a igual paso a los partidos políticos y a las naciones, y ellos se abrazan después también estrechamente.

Y mientras los pueblos luchan, amémonos más nosotros: mientras el mundo arde en guerra, hagamos más paz en casa; sigamos los impulsos del instinto que hace agruparse, estrecharse a los seres ante un peligro, ante una fiera encrespada, ante un espectáculo sangriento. No agrupados en pánico o miedosos, sino en un santo horror y en valiente defensa, y hasta para mostrar una fuerza eficaz y pacificadora.

Abracémonos tú y yo y reanudemos nuestras charlas; nuestras bromas a Nemesio; las confianzas de nuestras dificultades o éxitos en la vida, las penas, las alegrías, las esperanzas o las desilusiones.

Ya sé que hice mal en no escribirte cuando tu boda, pero, has de confesar que también tú faltaste en no participármelo, quien perdió fué Conchita, que se quedó sin mi regalo, un palo de acebuche para sentarte las costillas y bajarte los humos en días nublados. Debí haberte escrito cuando nació vuestro niño—no pongas esa cara de pascua, que no es para tanto—pero también confesarás que en tí estaba el habérmelo dicho. Debemos quedar, al fin, en que tan bueno fué

Juan como Pedro, y en que ahora se confiesa Pedro, pues que voy hacia tí con el cariño que siempre te he tenido.

Ahora hubiera hecho muy mal en no escribirte, sabiendo como sé el accidente que sufriste. ¡Pobre Pin; pobre amigo, qué días tan crueles has pasado! ¡Esos médicos, esos médicos son tan duros al hacer las curas, que no tienen duelo de los heridos, y hacen sufrir atrocemente. ¡Lástima que no tuviesen ellos que curarse a sí mismos de esas lesiones para que vieses cómo duele! ¡Si supieras, chico, lo que yo me alarmé cuando lo supe, y, cuánto se me explayó el ánimo cuando Nemesio me dijo que tu herida no era grave, y que curarías perfectamente!...

¡Mira que si no hubieseis tenido esos diez duros ahorrados!...

Ya sé yo que por la ley de accidentes del trabajo—¡bendita ella!—tienes asistencia pagada y un socorro de sustento, pero, el gasto es mayor en estos días; tú obsequias con café a los amigos que van a visitarte, que son muchos; Conchita se desvive en cuidarte y, hasta jamón y gallina ha puesto en el puchero; fumas más que antes, y con todo eso y los otros gastillos que en esos días se ocasionan, si no fuese por los diez duros ahorrados, hubiéraislo pasado malamente.

Es verdad que los amigos hubiesen acudido entonces en tu auxilio. ¡Ah, eso sí! ¡Lo sois como nadie sabe serlo! Vivís abrazados en espíritu. En la casa del obrero que sufre, sufre todo el taller, toda la fábrica, todo el barrio. Dais todo lo que tenéis, pero, como tenéis muy poco y sois muchos a sufrir, vuestro mutuo socorro, si inmenso en corazón, es escaso en dinero, y de ahí ese dolor de clase, ese problema... y esa necesidad de vuestro pequeño ahorro.

De todos lados ha de venir el esfuerzo para remediar ese gran mal, y si la higiene pública y la previsión gubernativa os deben más atenciones, vosotros estais muy obligados a sostener robustez y salud para mejorar la mano de obra y para precaver esos accidentes, en los que muchas veces tenéis vosotros la mayor culpa.

A cuento de estos, y haciendo pie en la lesión que has sufrido voy a hacer tema de estas cartas, y cuenta—¡pobre víctima del trabajo!—que no voy a desafortarme o a clamar contra la incuria o abandono de los que no os protegen contra las máquinas, sino de lo que tus músculos, tus nervios, tu cerebro prestan bien o prestan mal a la valía de la obra y a la seguridad en las labores.

Ahora, que fuiste herido, leerás con más atención estas lecciones familiares o amistosas, y es de oportunidad que ahora estudiemos algo de lo que es ese mecanismo fisiológico con el que realizais vuestro trabajo; algo sobre la fatiga, el surmenage, la precisión o torpeza de vuestros dedos, las perturbaciones que sufre el automas

tismo con que manejáis las herramientas, la atención que ponéis y las distracciones que sufrís; lo que es, en fin, la máquina obrera laborante, digamos, menos agena de lo que tú crees a sus otras funciones de abstracción, de pensamiento o creadoras.

¡Frunces el gesto ya, porque te parece que va a ser cosa muy técnica y poco entretenida! ¡Creías que en esta serie de cartas iba a salir con grandes disquisiciones sociológicas, que sería como salir por... peteneras!... ¡Ay, amigo! No siempre habéis de estar a las maduras. Para hablaros de mejoras proletarias, y de jornales y descansos, y hasta para llenaros la cabeza de carocas, tenéis ya suficientes, *masiaus*, que decía el otro, y es justo que se os hable también de lo que poneis o dejais de poner en el trabajo; de vuestras culpas o de vuestros méritos en vuestra mano de obra; ante la forja o el torno, o manejando el buril o la lima.

No te asustes del programa, pues te prometo que no he de ser muy técnico y hasta presumo que mis cartas habrán de resultarte entretenidas. Además: si de veras hemos hecho las paces; por ser las cartas mías; si es que me has cogido ley y es cierto tu cariño, no haces nada de más en leerme con atención, aunque a veces mis temas te resulten un tanto áridos.

¡Abre los brazos, hombre; abre los brazos otra vez, que no he de lastimarte en la mano que traes vendada. Llamémonos amigos a boca llena, ya que tanto tiempo hemos estado sin escribirnos, y a ver si de esta hecha queda a compás nuestro paso, de un modo definitivo y firme.

Y antes que se me olvide: dile a Conchita que, pasado ya el susto y el disgusto, puede ya dar el pecho a vuestro neño, pero que no le atraque tanto como antes, porque él es un gran fragón y de aquellas harturas venían aquellos vómitos de leche, aquellos cólicos y aquellos llantos que no os dejaban pegar sueño.

Dice tu suegra que esos vómitos de leche son señal de salud. ¡Son narices! ¡Lástima no le dolieren a ella las tripas, como le dolían a su nieto a costa de aquellas indigestiones! A Conchita que le retire el pecho al neno, antes de que él se sacie, y le veréis cómo crece y engorda, y cómo os pasais en un sueño toda la noche.

Da mis cariñosos recuerdos a Conchita, y muchos besos al mocoso, y cuenta siempre con el cariño de tu amigo

MARIO GÓMEZ.

El agua y la piel

.....

Digámoslo como debe decirse, sin ambages ni rodeos: la casi totalidad de los españoles y de las españolas, no se bañan ni se lavan el cuerpo. Espíritus inquietos y revolucionarios, pagados de las ideas y tendencias modernistas y malquistos con nuestras sencillas costumbres patriarcales, intenta de vez en cuando quebrantar en este punto la fe de nuestros mayores; pero en vano. El español castizo, irreconciliable con el agua, sigue apegado a las viejas prácticas abstencionistas. Ni las predicaciones mejor enerezadas, ni el ejemplo de griegos y romanos en lo antiguo y el de la raza anglo sajona hoy, han logrado convencerlo, y respetuoso con la observación de Petenkofer, continúa enviando al lavado la ropa blanca y esquivando el cuerpo. Y es que hasta para muchos de los que entre nosotros alardean de pulcros, el aseo es un lujo o una coquetería; no ha penetrado, y desgraciadamente tardará en penetrar en el espíritu de la generalidad, la idea de que la limpieza personal es una imperiosa necesidad higiénica y un estrecho deber social. Conviene, por tanto, sobre todo en la presente estación, dedicar algún espacio al examen de asunto tan interesante.

La piel es uno de nuestros órganos más importantes y cumple funciones propias transcendentales para la salud. Semejante afirmación, parecerá una vulgaridad a los técnicos; no lo es.

El vulgo sabe, o cree saber, que el estómago digiere, el pulmón respira, el corazón impulsa el riego sanguíneo y el cerebro sirve al pensamiento; vislumbra que los nervios y el hígado, las glándulas y el riñón, deben desempeñar algún cometido conveniente al buen funcionamiento de nuestra compleja máquina animal; pero hay muchas, muchísimas personas, que aun siendo relativamente cultas, no se han preguntado nunca si la piel sirve para algo más que para envolvernos, y consideran que no sirve más que para eso.

Pues bien, aparte de recubrir y proteger todos nuestros órganos y tejidos, la piel, por su red nerviosa, es el asiento del tacto; sus vasos sanguíneos y linfáticos intervienen en fenómenos de absorción y contribuyen poderosamente a innumerables cambios químicos, necesarios a la vida; sus glándulas sebáceas y sudoríparas vierten al exterior líquidos necesarios a la conservación del tegumento y al equilibrio del calor animal, al mismo tiempo que eliminan productos inútiles y aun perjudiciales para el organismo, y dentro de ciertos límites pueden suplir además a dos órganos importantísimos: el pulmón y los riñones.

La secreción del pulmón es utilísima para la



La naturaleza no da saltos; obra por movimientos insensibles, y no crea sino por los infinitamente pequeños.

piel, a la cual conserva húmeda y suave, con beneficio de la función táctil. Contribuye, además, a sostener la temperatura animal dentro del grado fisiológico, robando en determinados casos el calor necesario a su evaporación.

Las glándulas sebáceas, por su parte, segregan en proporciones variables, ese humor compuesto de principios oleaginosos, que formando una especie de barniz, protege la envoltura cutánea contra las vivas impresiones de los agentes exteriores.

Pero una vez cumplidas estas distintas funciones, y a medida que estos líquidos se volatilizan, van depositando sobre la piel, un residuo formado por las substancias salinas y animales que contienen en disolución, a las cuales se mezclan bien pronto, las escamas epidérmicas que se desprenden continuamente de esta membrana a medida que se regenera y el polvo ambiente cargado de productos minerales y orgánicos.

Fácilmente se comprenderá, pues, que si la capa así formada, en vez de separarse con frecuencia por medio de la limpieza, se mantiene sobre el cuerpo indefinidamente, no puede menos de ocasionar trastornos, que pueden ser graves para la salud general del individuo. Porque este depósito no sólo tiene una acción local, mecánica y química sobre la piel, entorpeciendo sus secreciones normales y provocando fermentaciones que pueden ser causa de enfermedades dérmicas, sino que pueden también perturbar profundamente otras funciones orgánicas. Como indicamos más arriba, existe una estrecha relación entre las propias de la piel y las renales y del pulmón. La sobreactividad del tegumento externo, sobreactividad que sobreviene principalmente durante los calores del estío, modera y alivia el trabajo ordinario del riñón, haciendo disminuir la secreción urinaria, que encuentra cierta compensación en el aumento de la sudoral. De otra parte, la piel respira; aunque en cantidades inferiores, exhala ácido carbónico y absorbe oxígeno lo mismo que los pulmones, y como éstos, en virtud de leyes físicas que rigen sus movimientos, no pueden suplir las deficiencias de la respiración cutánea, es inevitable que el ácido carbónico, que no puede exhalarse por la piel, se acumule en la sangre.

(Concluirá)

Con frecuencia se ven cosas que dan duda, por estar ocultas las causas verdaderas.

* *

Una onza de prudencia, vale más que una libra de astucia.

De cosas varias

Curiosidades

El sostenimiento de los Institutos de segunda enseñanza de España representa un gasto anual de 5.101.115 de pesetas; distribuyéndose 4 millones 832.665 en sueldos del personal e invirtiéndose 268.450 en material de dichos establecimientos docentes.

* *

Los premios anuales de la Biblioteca Nacional para obras bibliográficas los instituyó don Aureliano Fernández Guerra; los de la Academia de la Historia don Fermín Caballero.

* *

El primer museo de Historia natural lo estableció San Pío V.

* *

Los primeros «relojes de bolsillo» se fabricaron en Nuremburgo, en 1500, por Pedro Hele. Llamábanlos al principio: «huevos de Nuremburgo», por ser su forma oval.

Supónese que hasta el año de 1577 no se importó la nueva invención de Alemania a Inglaterra.

El uso de estos relojes se estableció en Francia bajo el reinado de Enrique IV. Como eran bastante voluminosos, los llevaban sobre el pecho, colgantes del cuello.

La invención de los «relojes de repetición» débese al inglés Barlow.



Sección Infantil

Los niños

Es preciso ver las posturas que guardan los niños en la cuna por la mañana antes de despertar. ¿Quién puede contener la risa y los besos? Son posturas de soldados muertos sobre el campo de batalla, gestos de dolor desesperado, contorsiones de acróbatas, abandonos desaliñados de amantes melancólicos. Ora descansan con un codo sobre la almohada, ora se esconden debajo, ora se acuestan sobre la cabeza, de modo que buscándoles el rostro, encontráis la punta de los pies, y queriendo atrapar un pie, meteís el dedo en su boca.

Y entonces es lindo tomar todo: niño, sábana, cubierta y colcha y huir por la casa, con la presa caliente entre los brazos.

* *

Quien ve sin reír a un niño de tres años, cuando apenas despierto, vestido y puesto en tierra, queda un momento inmóvil, restregándose los ojos y después adelanta con paso lento todo dormido, desgredado, de mal humor, lloriquean-

do a través; o cuando es presa del frío tiene lívida la naricita, y camina con pasos de títere, haciendo pucheros, y mil muecas preciosísimas, como para decir: «Soy chiquitito, soy una cosa de nada, calentadme o desaparezcó»; o cuando mete media cabeza en un tazón de café con leche, que sostienen con las dos manos, mientras traga ávidamente, hace la guardia con el rabo del ojo a un bizcocho sobre el cual sospecha que tengais una intención hostil... Quien ve esos cosas sin reír, no tiene sentido cómico delicado.

* * *

¿Quién puede decir que es la voz de los niños? Es el gorjeo del ruiseñor, el grito de la golondrina, el pío pío de los pollos, el maullido de los gatos. Son notas de flauta, murmullos y cuchicheros infinitamente suaves, gritos y gruñidos que láceran los oídos, trinos de soprano, estallido de voces viriles, desentonaciones de tenor resfriado, falsetes de máscara, florituras y pasajes extraños; todos los sonidos que brotan de una jaula de cien pájaros y de una orquesta de cien instrumentos.

Acercad el rostro a su boca, haceos murmurar alguna palabra al oído, a veces sale de ella un sonido que os turba: pareceos haber puesto el oído en el respiradero de una puerta misteriosa, de la que sale una voz sobrehumana.

AMICIS.

Aleluyas infantiles

Hallo alegría muy pura
en las fiestas de Cultura.

Fuí a una velada bonita
con mi tía Felicita.

Me brindó gran diversión
de Ceares la Asociación.

El presidente arrogante
nos prometió hacer un Parque.

No duda de su arrogancia,
de Barrios Nuevos, la Infancia.

Y confiada ya espera
la acción del Sr. Tejera.

Los Jardines Culturales
evitarán muchos males.

Sólo en un Parque Infantil
me quisiera divertir.

Y plantar con otros niños
flores de tiernos cariños.

Nuestros trabajos sencillos
alegrarán pajarillos.

Nosotros, agradecidos,
protegeremos sus nidos.

Siempre rindiendo loor
al árbol de nuestro amor.

ALFONSÍN.

Ecós y Notas

El lunes 12 del actual ha sido visitado el Parque Infantil de La Calzada por S. A. la Infanta doña Isabel de Borbón. En el Parque fué recibida por don Dalmacio Pérez Díaz, presidente de la Asociación de Cultura e Higiene, a la cual se debe la creación de aquel jardín de la Infancia. Un numeroso coro de niños cantó el himno a la Flor, acompañando la orquesta que dirige don Fidel Maya. El himno hubo de repetirse a instancias de S. A. que oyó muy complacida la hermosa cantata.

Por indicación de la egregia dama que manifestó deseos de enterarse de todo cuanto se relaciona con la referida Institución pro-infancia en nuestra Revista, le fueron enviados varios ejemplares de CULTURA E HIGIENE, por el señor Pérez Díaz.

La Asociación de Cultura e Higiene de La Calzada, muy reconocida a la alta deferencia con que la honrara la ilustre visitante, rindió ante ella acto de respeto y gratitud.

Se encuentra en Gijón la distinguida señora doña Concepción de Aramburu, que como todos los años permanecerá en esta su villa natal, la temporada veraniega.

La saludamos respetuosamente, enviándole nuestra cordial bienvenida y deseándole feliz estancia al lado de los suyos.

En la Asociación de Cultura e Higiene de esta villa se celebró el pasado jueves una reunión preparatoria a la que asistieron representantes de las Sociedades afines, convocados por esta Revista para estudiar la adquisición de de Banderas con el título de las referidas Asociaciones.

Hemos tenido el gusto de saludar al ilustre gijonés y celoso diputado por Villafranca del Bierzo don Luis Belaunde, que con su muy estimada familia veranea en esta playa.

Para facilitar a las Asociaciones hermanas un poderoso medio de divulgación prohigiene y cultura, esta Revista, respondiendo a su antiguo propósito, se ocupa de adquirir un Cine en el que se exhiban películas de asuntos instructivos y educacionales.

Acompañado de su esposa y bella hija Pilar ha llegado a esta villa el ilustrado gijonés don José Suárez Acebal, inteligente y probo inventor de la Fábrica de Tabacos de la Coruña. Sean muy bien venidos.

Miscelánea

Hombres, frases y hechos célebres

Gaspar Monge. Conde de Pelusa, nacido de una familia pobre en Beaune en 1746. Descolló en las ciencias exactas y consagró todos sus esfuerzos a la utilidad pública. Desempeñó el Ministerio de Marina y el de Guerra. Firmó, por compromiso la sentencia de muerte de Luis XVI, y a consecuencia de esto renunció aquellos dos cargos. Formó con Napoleón parte de la expedición a Egipto; fundó la Escuela Politécnica, inventó la geometría descriptiva y murió en 1818 a los 72 años.

Es más que un crimen, es una falta.— Con estas palabras expresó su opinión Fouché, el Ministro de la Policía, cuando el primer cónsul Bonaparte hizo fusilar al duque de Enghien en los fosos de Vincennes.

Pasos del progreso.—El año 520 (antes de J. C.) Anaximenes, inventa el cuadrante solar. 212, Arquímedes, leyes de hidrostática y espejos ustorios. 130, Heron, Bomba y Clepsidra.

Pensamientos

—La caridad que sólo se insinúa por medio de la limosna es una especie de régimen protector de la miseria.—*Wolowsky.*

—La probidad es como el seno del mar: el uno reúne todos los ríos; la otra todas las virtudes que componen el hombre de bien.—*Juvenal.*

—La noticia difamatoria no necesita ningún género de prueba: basta con que corra.—*Selgas.*

—La razón es la primera autoridad, y la autoridad es la última razón.—*Bonald.*

—La mayor ofensa que puede inferirse a un hombre probo, es sospechar de su probidad.—*Schkoskoi.*

—Quien busca la recompensa de la virtud fuera de la virtud, tiene muy pobre idea de la virtud.—*Oxenstiern.*

—Los que gobiernan son como los astros; brillan mucho, pero nunca están en reposo.—*Bacon.*

—No hay hombre rico que sea tan dichoso con lo que tiene, como desgraciado con lo que no tiene.—*Séneca.*

—La tiranía más insoportable es la de los subalternos.—*Napoleón I.*

—De los grandes beneficios se forman las grandes ingratitudes.—*J. Setanti.*

—Débese escoger antes el fin, que lo que es medio para el fin.—*Nicher.*

—El hombre es mortal por sus temores, e inmortal por sus deseos.—*Pitágoras.*

—La voluntad del bienhechor conmueve más que el beneficio.—*Charron.*

Aberraciones

Hay *elegantes* que aun perteneciendo a la clase elevada, por *distinguirse* en todo, copian servil y estúpidamente las cosas más bajas del hampa social y adoptan en la conversación el *argot* peculiar de los desdichados golfos callejeros y de la gente de bronce.

El ilustre educador Nicolay, afea la conducta de tales entes, poniendo en labios de un *señorito* de esos el siguiente soez vocabulario...

«¡Chico, que estuve de *pega!* Figúrate que me había *embutido* en la *levosa* y me había encasquetado la *chistera*. Como llovía *la mar* dije a mi *menegilda* que fuera a buscarme un *simón*. Tardó cerca de una hora en encontrarlo... ¡qué lata! Por fin llegó con uno *arrastrao* por una *sardina* de *cuidao*, y me *colé* en él.

Pero el *simón*, que estaba *curda* *perdio*, empezó a ponerse *tonto* y a darme *coba*, diciendo que no podía llevarme porque era la hora de la *pitanza* y le aguardaba la *parienta*. Como me *traigo* *quinqué*, me *jamé* la *partida* y *olí* que buscaba *perras* de *momio*.

Le *largué* tres *pelás* por la carretera, y *abrió* el *tío* un *ojo*...! Me la *daba* de *primo*, pero chico, en mi *patatómetro* eran las tres. *Arrancamos*, pero por lo visto estaba yo de mala *pata*... A los cuatro pasos paró en *seco*, me dejó *plantao* y se *coló* en la *tasca* de la esquina a beberse la *guita* que me había *afanao*. Viendo que el *punto* no salía, y *cargado* de que me *sobara* aquel *tío* *pelma*, *ahuequé* y me *traqué* el camino a *patita*... ¡Me puse como una *sopa*...!

Nicolay

De Campoamor

Me recuerdan tu ingenio y tu alegría
la primera mujer del alma mía.

Tu discreción es tanta.
que en tí, lo menos bello, es lo que encanta.

Es tan cierto el candor de tu belleza,
que ocultas sólo el alma en tu franqueza.

Lecturas festivas

En un examen de Medicina:

—Dígame usted los nombres de los huesos del cráneo.

El estudiante, después de un rato de silencio:
—Será efecto de la emoción, pero el caso es que no puedo citar ninguno. ¡Y pensar que los tengo todos en la cabeza!

*
*
*

Entre amigas:

—Luisa, me han dicho que has hecho las paces con Juana.

—Sí. La he encontrado tan fea, que no he tenido más remedio.