

CULTURA E HIGIENE

PUBLICACION SEMANAL

AÑO III

GIJÓN 30 DE MAYO DE 1914

NÚM. 109

MONITOR SOCIAL

Lo que pasa...

La multiplicidad de temas relacionados con las ideas fundamentales en que se inspira esta Revista y que alternativamente vamos tratando en sus páginas, nos impide unificar e intensificar nuestros trabajos periodísticos, concretándolos al esclarecimiento de varios puntos oscuros que aquí presenta la cuestión social. Y decimos cuestión social, por llamar de alguna manera a esa serie de cosas anormales, de circunstancias e incidentes desagradables que de un tiempo a esta parte vienen causando en las gentes sensatas honda preocupación y extraña perplejidad. Efectivamente; si se observa con serenidad de juicio cómo la vida social se desenvuelve desde hace unos veinte años, sólo confusiones y perplejidades se apoderarán del ánimo del observador imparcial y reflexivo. Puede decirse que en ese dilatado lapso, si descontamos el memorable hecho de la Exposición regional que dió a Gijón un brillo fugaz, esta villa viene atravesando profundas crisis, vencidas a costa de grandes desgastes producidos en su enorme vitalidad. De esta vitalidad con que la naturaleza dotó al hermoso solar gijonés, abusan sus hijos cual pródigo que derrocha locamente el cuantioso patrimonio heredado de sus mayores. Otra sería nuestra norma de conducta si los recursos naturales fuesen aquí como en otras poblaciones, miseramente reducidos, y los medios de vida dependiesen casi exclusivamente del buen orden y la actividad solidaria y consciente de sus habitantes. Porque no se explica esta anomalía nacida de un abandono de los más caros intereses sociales que constituyen el bien y la prosperidad colectivos; abandono que data, repetimos, de unos veinte años. Contrasta este período de indiferencia, de insolidaridad y de mutuas hostilidades, sin objeto ni motivo, con aquel tiempo de luchas locales, que si bien dividieron a los gijoneses en potentes y apasionados bandos, fué obedeciendo a grandes causas que entrañaban la vida y el porvenir de Gijón. De aquellas luchas surgió el renacimiento municipal que trajo como consecuencia inmediata el mejoramiento urbano e higiénico de la población y el encauzamiento de la administración de los intereses del concejo; y por otro lado la construcción del gran puerto del Musel, las reformas

de las dársenas interiores y otra serie de progresos reflejados en la vida docente, cultural y ciudadana de los gijoneses.

En aquellas luchas se puso a prueba la abnegación, el patriotismo y el sacrificio de todos, en aras de la causa que cada cual apreciaba mejor para el engrandecimiento del pueblo querido. Entonces se supo renunciar a lo sanchopancesca comodidad que hoy caracteriza a los elementos que debieran ser directores de los destinos de esta villa. Hoy se observa, no ya indiferencia e inacción, sino una sorda hostilidad que corroe a los elementos sociales, un espíritu de intriga que neutraliza todo intento generoso de resurgimiento, y lo que es peor, una mundología acomodaticia que convierte en materia explotable hasta aquellos incidentes que ponen en peligro, con insensata acometividad, todo cuanto constituye la vida, la riqueza, la virtud, el trabajo, la prosperidad de un pueblo. Así se va marchando el tiempo, sin que aquí se pueda lograr aquella cohesión de voluntades, de afectos, de inteligencias que, constituyendo lo que pudiéramos llamar el cerebro y el brazo de Gijón, salvase a este pueblo librándole de esta anomalía en que se consume estérilmente, y haciéndole marchar por senderos de orden, de equilibrado progreso que llevase el bienestar y la prosperidad a todos los elementos útiles y sanos que constituyen su población.

Pero esto no se conseguirá mientras siga imperando la sanchopancesca comodidad de los elementos que debieran ser directores y que se obstinan en hostilizarse sordamente, intrigando y hasta, repetimos, negociando con aquellos asuntos peligrosos cuya solución impone a todos un gran civismo y alto espíritu de rectitud y de sacrificio para resolverlos equitativamente. Porque si los individuos y entidades que ocupan en la sociedad aquellos puestos preeminentes que les dió la suerte, la riqueza, el saber, la inteligencia, se cruzan de brazos y nada hacen positivamente para llevar las cosas sociales por sendas de bien ¿quiénes van a realizar el milagro de formar la obra armónica por la que se conserve el equilibrio, el orden, la normalidad entre los heterogéneos elementos que integran el cuerpo social? He aquí uno de los puntos oscuros a que aludíamos más arriba. Es fuerza convencerse de esta verdad.

Con indiferencia suicida se dejan olvidadas

y desatendidas infinidad de necesidades de orden moral que cada día se dejan sentir con más fuerza. Y, es claro, como nadie con espíritu de sabia y prudente previsión se ocupa de estudiarlas y proveerlas, llega un momento en que fatal y necesariamente la sociedad entera sufre las consecuencias de tal abandono. Con esto no pretendemos cohonestar los desafueros, las infracciones, las torpezas que contra el orden y la normalidad puedan cometer elementos inconscientes; porque jamás la conciencia individual o colectiva carece por completo de toda noción ética para guiarse y conducirse con espíritu de equidad y justicia. Pero no hay duda que esa noción se ofusca cuando faltan en la sociedad aquellos ejemplos de civismo, de bondad, de rectitud, de filantropía, de amor, de altruismo, por los cuales se eleva el sentimiento de la fraternidad, y las almas se funden en la hermosa idea de la solidaridad humana.

Este punto oscuro, insinuado apenas de soslayo, y otros no menos turbios serían por nosotros esclarecidos si la multiplicidad de temas derivados de las ideas fundamentales de CULTURA E HIGIENE, no reclamaran de continuo el espacio de estas páginas.

No obstante, por lo que con ello podamos contribuir al bien social, veremos de prestar alguna vez atención a puntos tan interesantes.

Influencias nocivas

En artículos anteriores hemos visto algunas circunstancias que influyen poderosamente sobre la salud y la vida de los trabajadores. Veamos hoy otras causas nocivas procedentes del *materia para el trabajo*. Consisten estas en las propiedades tóxicas eventuales de este material, y en la posibilidad de provocar de este modo intoxicaciones de los tejidos, tan comunes, que constituyen un 60 por 100 de las enfermedades de los trabajadores. No sólo se trata de las alteraciones de la salud, producidas inmediatamente por el agente tóxico, sino también del aumento en la predisposición para otras enfermedades, producido bajo su influjo y la disminución de la resistencia orgánica, que hace que los trabajadores padezcan fácilmente otras enfermedades, como sucede, por ejemplo, con la predisposición a la tuberculosis, que es muy común en los que trabajan con plomo y mercurio.

Influencia de los principios tóxicos sobre el organismo humano

Se ejerce estando estos principios ya bajo la forma pulverulenta, ora bajo la forma gaseosa, o ya en disolución, penetrando en el organismo por diversas vías; por los órganos respiratorios, por el tubo digestivo, por la piel, etc.

Respecto de las sustancias gaseosas, debe distinguirse 1.º si obran sencillamente irritando a los órganos respiratorios, provocando, cuando son inspiradas de pronto fenómenos de asfixia, o dando lugar, por lo menos, a reacciones intensas por parte de las vías respiratorias, que gradualmente llegan a producir afecciones crónicas de la base, faringe, laringe y bronquios, o si 2.º afectan como principios tóxicos a todo el organismo sin ocasionar lesiones específicas de los órganos respiratorios. Con estos gases pueden sobrevenir también accesos repentinos de sofocación, pero generalmente los fenómenos morbosos se hallan constituidos por alteraciones nutritivas graves, intoxicaciones crónicas, etcétera. Por último, un gas puede reunir en sí las dos propiedades citadas.

Venenos que deben tenerse en cuenta en los diferentes oficios e industrias

Estos principios aproximadamente son:

Vapores etéreos, en los fotógrafos.—Vapores amoniacales, en los curtidores, poceros, los que trabajan el tabaco, estañadores y refinadores de azúcar.—Arsénico, en los que trabajan el fieltro, al desengrasar el algodón, en las fábricas de fuchsina, al obtener el arsénico, en los vidrieros, al dar color verde a telas, flores, etc., el teñir de color bronceado, pintores, costureras, fabricantes de piedras falsas, fundidores de zinc, etcétera.—Vapores de bencina, en las fábricas de anilina.—Plomo, en los plomeros, en los trabajadores en las minas de plomo, impresores, cajistas, en los fabricantes de cepillos, esmaltadores, en los que trabajan el oro, la plata, el vidrio y el barniz, pintores, sastres y costureras, marineros, encajeras, tapiceros, carpinteros, alfareros, doradores, tejedores, tejeros.—Acido fénico, en las fábricas de parafina.—Vapores de cloro y ácido hidrocórico, en los trabajadores de las fábricas de productos químicos, blanqueadores de telas y papeles, incrustadores, estañadores y lavanderas.—Acido crómico y bicromato potásico, al preparar las sales crómicas.—Vapores de ácido cianhídrico, en las fábricas de azul de Prusia, al preparar el mercurio fulminante, al dorar y platear por el galvanismo, en los fotógrafos.—Acido fluorhídrico, en las fábricas de vidrio.—Gases de las letrinas, en los trabajadores de las minas de carbón de piedra y poceros.—Yodo y bromo, en las fábricas de productos químicos.—Oxido de carbono, en las planchadoras, cocineros, en las fábricas de hilados de estambre, de gas del alumbrado, fundiciones de metales, en las minas de hulla.—Acido carbónico, en los que trabajan en aire comprimido, buzos, en la fabricación de vinos y cervezas, en los cardadores de lana, en las fábricas de papel en los fumadores, en los poceros, en las minas de carbón, en las refinerías

de azúcar, etc.—Cobre, en los bronceadores, caldereros, en los que trabajan el cobre, en las minas de este metal, en los relojeros, y en los que trabajan alambres cobrizos de la Fábrica de Aceros, etc.—Gas del alumbrado en las fábricas de gas y en los que trabajan con él.—Vapores de alcohol metílico, en los que preparan telas de seda, en los sombrereros y barnizadores de muebles, etc.—Vapores orgánicos, en los que hacen cepillos y brochas, en los que devanan seda, fabricantes de cuerdas de guitarra, curtidores, traperos, carniceros, jaboneros, poceros, lavanderas, refinadores de azúcar, etc.—Vapores de petróleo, en los que trabajan con él.—Fósforo, en los fabricantes de cerillas.—Mercurio, en los bronceadores, en los que pintan flores artificiales, doradores, en los pirotécnicos, trabajadores de oro y plata, sombrereros, fotógrafos, espejeros, en los fabricantes de preparaciones anatómicas, y mineros de azogue o cinabrio.—Acido sulfúrico (vapores), en los blanqueadores de la seda y en los hornos de cal, fábricas de ácido sulfúrico, etc.—Hidrógeno sulfurado, en los trabajadores de las fábricas de productos químicos, bronceadores, trabajadores en las alcantarillas, poceros, etc.—Vapores de trementina, en los barnizadores, pintores, trabajadores de las fábricas de pajuelas fosfóricas.—Cinc, en los que trabajan este metal (Arnao).

Otro día expondremos los males causados en el organismo por las posturas obligadas de distintos oficios. Después continuaremos reflejando en esta sección otros aspectos interesantes de la higiene de los trabajadores.



De nuestro centón

.....

Según el tiempo y las circunstancias, el arte se desenvuelve, se agranda, se remonta, se abaja o se trasmuda; pero salvo en tres o cuatro épocas, como los siglos de Pericles, de Augusto, de León X y de Luis XIV, la semilla del genio es siempre la misma, si bien se reparte de diferente modo.—Langlois.

El toque del pintor será siempre bueno, si es natural, es decir, según su modo de sentir. Un orador que tratara de imitar la voz de otro no sería más ridículo que el pintor afectando una manera que no es la suya. Ribera es brusco, pero su energía gusta porque es sincera. Rembrandt tiene una paleta misteriosa, porque es un genio íntimo, soñador y profundo. Velázquez es franco, porque su pincel se guía por la musa de la verdad. El toque de Poussin, semejante a su carácter, es varonil, sobrio y simplemente expresivo. Rubens maneja la brocha con el ingenio y

el calor que le animan: es seductor porque su temperamento lo exige... Hay, pues, cien maneras de pintar bien.—C. Blanc.

Pintura es el arte de expresar la belleza de una manera gráfica, representándola sobre una superficie plana.—P. de Madrazo.

El arte verdadero no consiste solamente en cambiar o perfeccionar la naturaleza, sino en buscar a través de ella las cosas que son buenas, las cosas que son puras, y amándolas, en poner todo lo que el pintor tiene de fuerza o de seducción para expresar su belleza, a fin de hacerlas comprender a los demás.—Ruskin.

Un buen retrato es una biografía pintada.—Anatole France.

Las Bellas Artes, identificadas por decirlo así con los pasos de la religión Cristiana, la reconocieron por su madre no bien apareció en el mundo. Ellas le prestaron sus encantos terrenales, y la religión les comunicó algo de su divinidad. La música dió notas a sus cantos; la pintura la representó en sus dolorosos triunfos; la escultura se complació en meditar a su lado en sus sepulcros y la arquitectura la erigió templos tan sublimes y misteriosos como su pensamiento.

Chateaubriand.

Las artes son en común un juego o recreo intelectual, un convite del entendimiento al entendimiento.—H. Spencer.

Todo arte es imitación de la naturaleza.

Séneca.

Sin renunciar a lo más elevado de su naturaleza, en el divino proceso de la idea estética, bástales muchas veces a las artes lo que todas tienen sin duda por primitivo: la imitación.

Cánovas.

Niego que Dios haya concedido al hombre el genio artístico para emplearlo en cosa tan inferior como la belleza corpórea.—P. Jungmann.

Yo creo con Lange, con Straus, con Guyau, que llegará un día en que el culto al Arte nos dispensará de todo otro.—G. Tarde.

Si pudieran haber celos en la naturaleza, los tuviera del arte; pero benigna y cortés, se vale de él en sus obras, y no pone la última mano en aquellas que él puede perfeccionar.—Saavedra Fajardo.

Un gran pintor nacional es un sublime maestro de escuela.—Didon.

El arte en nuestro siglo será idealista y poético, al mismo tiempo que popular. Traducirá la eterna inspiración del hombre hacia esto que falta a la vida y que la completa, lo supérfluo que reclama nuestra sensibilidad y sin lo cual no cabe ningún progreso utilitario.—Revilla.

VIDA FEMENINA

La Escuela del Hogar

III

Las enseñanzas del hogar se enlazan con las otras de cultura general y se prestan al experimento. Hay muy dignos Profesores de Ciencias Naturales, partidarios de la enseñanza elemental y práctica, y que dicen que la Física, por ejemplo, ha de estudiarse con pocos aparatos, y, hasta donde sea posible, contruídos por las propias discípulas, dado también que la cocina puede servir de laboratorio experimental para muchos fenómenos físicos. Un puchero puesto al fuego, con los factores de nuestro patriarcal cocido, convida a razonar sobre la tensión del vapor acuoso y la ebullición y la concentración del caldo, y la combustión del carbón y el tiro del hogar, y la menor densidad de las grasas, diferencias de tensión superficial entre éstas y los líquidos acuosos, teoría de la emulsión, potabilidad de las aguas, etc., etc.

Con estas aplicaciones de la teoría a la práctica se despierta el interés de las discípulas y se logra su colaboración; atentas y reflexivas, siguen las explicaciones del Profesor, las razonan para sí y sienten el deseo de participar activamente en la obra científica. Es posible que alguna alcance a la invención, aunque el invento sea conocido de antaño; mas con el éxito, por pasajero que sea, adquirirá gusto por la investigación, y tal vez empeñe su amor propio en la consecución de un invento real y positivo.

Hay que sustituir, a toda costa, la alumna pasiva que repite de coro lo que oye o lee, como papel blanco que se deja imprimir, por la discípula activa, curiosa, preguntona y emprendedora. Contando para ello con la buena voluntad de las alumnas deseosas de aprender, dando la espalda a festejos improvisados o anticipadas vacaciones.

Entre el estado de salud relativa que disfrutaban los que se tienen por sanos y la enfermedad que rinde el cuerpo y amenaza la vida, hay muchos estados intermedios, achacosos, valetudinarios, de convalecencia, de debilidad, a los cuales hay que añadir la infancia o extrema vejez, todos ellos necesitados de recursos caseros antes que de receta de médico. Y como no sean ciertas enfermedades agudas, como la pulmonía por ejemplo, la mayor parte se inician por un período prodrómico, durante el cual el sujeto no está bueno ni se le puede considerar francamente enfermo. Durante este período, puede una buena ama de casa cuidar al presunto enfermo, con éxito muy lisonjero para el pronóstico, y también puede advertir oportunamente las señales de una infección para evitar el contagio de las demás personas de la familia. También puede

ser decisiva la intervención de la mujer instruída en el tratamiento de los accidentes traumáticos, fracturas, quemaduras, heridas, tomando a veces providencias felices respecto a la inmovilidad de los miembros fracturados, cohibición de las hemorragias, lavado de las heridas, y todo ello sobre la marcha y mientras llega el cirujano.

Aún más eficaz es el socorro de la mujer, a la cabecera del lecho en donde el enfermo sufre, secándole el sudor o arropándole, renovándole el aire o las ropas de la cama, ayudándole en los cambios de postura, propinándole alimentos y medicinas, consolándole y confortando su ánimo triste. ¿Y qué decir que no se haya dicho ya de la madre, del niño y de la cuna? Muchas veces he oído, en la Real Academia de Medicina, las elocuentes y amargas lamentaciones de mis queridos compañeros los doctores Conde de San Diego y Tolosa Latour, ante la cifra espantosa de los niños que nacen sin vida o la pierden a poco de nacer. La cultura no sólo nutre el entendimiento, sino que extrema la delicadeza del corazón, y, por lo uno y por lo otro, las madres educadas hacen los mayores sacrificios por la conservación de sus hijos.

JOSÉ GÓMEZ OCAÑA.



SECCION INFANTIL

¡Puerilidades!

¿Cuáles son mis ideales?

Mis ideales son estudiar la carrera de maquinista para mañana u otro día ser un hombre de provecho y no uno de chigre. También me gusta ser un defensor de la patria, para que mi patria sea grande y poderosa. España necesita de los niños que vamos a las escuelas para que nuestra querida patria prospere,

MARINO MEANA (12 años).

Yo ambiciono sentar plaza de soldado y por mis méritos ascender cada vez más hasta llegar a ser ministro de la guerra y entonces, como tendría mucho dinero, fundaría escuelas públicas y hospitales. Además, como yo mandaba en el ejército haría que todos los jóvenes españoles ingresaran en el ejército a los diecisiete años, entonces no habría guerras en España porque si las hubiera, bien pronto daría yo fin a ellas, porque al grito de: ¡Viva España! todos los soldados que yo mandase venderían caras sus vidas por salvar a su patria. Mi ideal es ser ministro de la guerra. Y mi ambición morir en el campo de batalla peleando como un héroe y como un buen patriota.

ARNALDO SUÁREZ (11 años).

Mi mayor ideal es el estudio, no la bebida ni otros vicios que la gente adora; para mí no hay más taberna que la Escuela. Mi aspiración sería que España fuera (si pudiera ser), la nación más civilizada de la Tierra. Yo quisiera consagrarme por entero a la ciencia; porque yo mismo comprendo que de la vida de la calle no se saca nada, sino crímenes y suicidios, porque esos infelices después, al verse sin dinero para comer, asaltan y roban a cualquiera. ¿No es más tranquila la vida de la ciencia? Sí, porque de la ciencia salen los sabios, que son los que llegan a honrar a su Patria y hacer a ésta una nación civilizada.

Pues, por última vez, digo que mi mayor ideal sería ser la honra de mi Patria y de mis padres, y apartar del vicio a esas pobres gentes. ¿No sería de esta manera España una nación civilizada, si se desterraran por completo los «chigres» y las plazas de toros y renacieran los colegios y otros centros instructivos? Sí; pues ese es mi mayor ideal.

RAMÓN BLANCO (12 años).

* * *

Digno de imitarse

En algunas escuelas de los Estados Unidos se enseña a los pequeños un gran número de hechos, al parecer insignificantes, pero encaminados a hacerlos útiles a sus semejantes. He aquí algunos ejemplos:

«Es peligroso beber agua en vasos que están a disposición de todo el mundo en lugares públicos. Se les explica breve y claramente por qué hay peligro en esto.

»Se explica con la ayuda de dibujos en color cómo es el zumaque o hiedra venenosa—planta muy común en la campiña norteamericana, y cuyo contacto produce erupciones dolorosas—a fin de que al pasear por el campo la sepan evitar y enseñar a otros a evitarla.

»Se dan instrucciones sobre el modo de rotular las substancias venenosas y las precauciones con que deben guardarse las medicinas para prevenir equivocaciones desastrosas.

»Se enseña el modo de prestar primeros auxilios a personas que sufren golpes o caídas, que se hallan sofocadas por el gas o se sacan del agua semiahogadas, etc. etc.

Para que estas enseñanzas den resultados, se exige a los niños que cada semana informen por escrito de lo que hayan hecho prácticamente en relación con ellas. Hemos visto algunos de estos informes: una niña de ocho años escribe que se ha propuesto arrojar de las aceras cuantas cáscaras de frutas encuentra en ellas, con peligro para los transeuntes, y que procura acostumbrar a sus hermanos y amiguitas a que no las tiren donde puedan causar daño. Otro

obligó a unos obreros a regresar a la obra a encender los faroles rojos que indican peligro, y que ellos olvidaron poner para la noche en los alrededores de una excavación. Y de esta clase hay centenares de informes, y se observa que cada niño procura sobrepujar a sus compañeros en la ejecución de acciones útiles a sus semejantes y a sí mismos.

Esta enseñanza de cosas tan baladíes y sencillas, aparentemente es de incalculable transcendencia. Modifica la psicología del niño; lo acostumbra a preveer y evitar peligros y le enseña a ser útil a sus semejantes. La nueva asignatura contribuye, sin duda, a dulcificar las asperezas de la niñez rebelde e inexperta. ¿No valdrá la pena ensayarla en otras partes? Acaso no sirva para formar «grandes hombres»; pero tal vez valga más una cosecha de hombres buenos...

Muy conveniente fuera que se adoptase este método de enseñanza en nuestras escuelas, a fin de que los niños salgan de ellas no solamente con la cabeza llena de teorías, sino con conocimiento de cosas útiles para andar por el mundo y con el corazón formado para practicar el bien.



DE COSAS VARIAS

El ruiseñor de la casa

Así designó Buffon al canario, ave que parece haber sido creada para alegre compañera de las amas de casa. Los canarios son aves africanas, que llevan el nombre de nuestro Archipiélago. Estos pequeños cantores necesitan de cuidados especiales y están sujetos a enfermedades que conviene conocer.

Se necesita una habilidad particular para vencer la resistencia del pájaro a curarse. A veces hay que ingerirle algunas gotas de jarabe por medio de un cuentagotas.

Enfermedades y remedios.—Las patas quebradas se componen en algunas semanas, adaptando una tablita al lisiado para que no se arranque el vendaje con el pico. Hay una terapéutica para los pájaros y hay también hábiles cirujanos para los huéspedes de las jaulas, para esos seres débiles tan propuestos a enfermedades difíciles de determinar en los primeros momentos.

El canario que guiña los ojos como deslumbrado por la luz, que esconde la cabeza bajo el ala para dormir de día, que perdió su vivacidad, que es indiferente a los ruidos o que no canta, es que está enfermo. Hay que quitarle el agua y la escarola y darle leche, aislarlo y mantenerlo limpio y en calor.

Los canarios están propensos a la mala circulación de la sangre; las patas se les hinchan

y aparecen puntos rojos. Este mal se cura fácilmente por medio de baños tibios de agua o de manzanilla.

Las heridas, las mordeduras, las contusiones y las peladuras se lavarán muchas veces al día con agua fresca y se untarán con pomada de cinc.

La pepita.—Es el reuma de los canarios; estornudan, arrojan una materia viscosa por el pico y las narices. Aislar los enfermos, pues la afección es contagiosa; evitar las corrientes; alimentación poca, y en caso de tos un poco de miel en el agua que beben. Es cruel y perjudicial el arrancar la parte córnea de la lengua. Para el asma, el crup y la angina, el tratamiento es igual.

El grano de la cola.—Puede enfermar y obturársele el ano. En este caso hay que picarlo con una alfiler y apretar levemente.

Otras enfermedades.—Si hay estreñimiento, darles tocino salado, escarola y pan embebido en leche.

Si existe diarrea, con deyecciones líquidas o viscosas, calentar al paciente, suprimir el agua y la escarola, darle leche, cañamones y granos de adormidera.

Caso de pérdida de apetito, poner en el bebedero una gota de espíritu de sal.

Enjaular aparte los pájaros que comen plumas y huevos.

Limpieza y baño.—La jaula de canario ha de ser sencilla, sin barniz. La forma cuadrada es la mejor.

El agua debe renovarse todos los días, y en invierno se debe templar algo la habitación donde se tenga el canario.

Un terrón de azúcar sirve para aguzar el pico, pero sin permitir que el pájaro lo picotee muchas veces, por temor a indigestiones.

Lavar todas las semanas la jaula, y con agua caliente los palillos, sacar los pájaros y bañarles las patas en agua tibia para ablandar y quitar la suciedad, y en caso de enfermedad bañar los puntos enfermos con infusión de manzanilla y untarlos de aceite. Los canarios deben bañarse a menudo, con agua a la temperatura de la habitación donde esté la jaula, y teniendo las aves mojadas al sol o cerca de la lumbre, evitando las corrientes.

Higiene preventiva.—El Dr. Greene notó la frecuencia con que los pájaros de jaula y especialmente los canarios, padecían la tuberculosis, y Toker con posterioridad, ha observado que también era frecuente la tisis, entre las personas que viven en contacto con los pájaros. Con tal motivo, llama la atención sobre estos hechos, deduciendo de ellos la probabilidad de que dicha enfermedad, pueda ser transmitida al hombre por las aves. Los datos que expone y las consideraciones que hace, son interesantes,

porque aunque se ha discutido mucho sobre si es o no posible dicha transmisión, los trabajos de Gilbert, Fischl y otros, tiende a mostrar que la tuberculosis humana y la de las aves, está producida por un microbio de la misma especie, aunque de variedades diferentes. Lo que demuestra que los cuidados higiénicos deben practicarse minuciosa y sistemáticamente, según queda indicado más arriba.

La púrpura

Era un pececillo del mar de Tiro. Había este arrojado uno de ellos a la arena; un perro con hambre, quebró las conchas, despedazó el cuerpecillo y tiñó en su sangre los labios y dientes. Volvió a su casa, reparó en la hermosísima mancha su dueño, observó que no se quitaba, y siguió al siguiente día sus pasos. Este, goloso del bocado y no encontrando otro, lamía los pedacillos de el que había comido. Recogiólos el dueño y enseñándolos a los pescadores, conocieron el animal. Cogieron muchos, exprimiéronles la sangre; recogida, dejáronla mucho tiempo en los vasos en que lo habían exprimido, y hallaron que no se corrompía. Empaparon en ella unas vedijas de lana y quedaron con hermosura y profundidad de rubies. Trataron de hacer vestiduras de esto y salió la más vistosa de las vestiduras. De aquí la púrpura real.

Curiosidades

Para purificar el aire en las oficinas y en los cuartos de los enfermos, empléese el siguiente sistema:

Unas cuantas hojas de papel de estraza, se impregna en una solución de salitre y después se dejan secar.

Cuando sea preciso purificar el ambiente, se ponen en un platillo unos trozos de dicho papel y un puñado de flores de espliego, y se les prende fuego.

El aroma es refrescante y agradable y ahuyenta a los insectos.

Aunque se considera generalmente a Alemania como *el país de la cerveza*, no es realmente el que produce mayor cantidad de esta bebida. La ventaja en este punto los Estados Unidos, cuya producción anual es de unos 75 millones de hectolitros, contra 68 millones que produce el imperio alemán.

La cantidad de líquido producido al año por todas las cervecerías del mundo se calcula que no baja de 265 millones de hectolitros, de los que 600.000 corresponden a España.

Los franceses son los que consumen más pan; 467 libras por individuo y año.

Mandamientos de la Higiene

.....

1.º *Higiene general.*—Levántate temprano, acuéstate pronto y ocupa bien el día.

2.º *Higiene respiratoria.*—El agua y el pan sostienen la vida, pero el aire puro y el sol son indispensables a la salud.

3.º *Higiene gastrointestinal.*—La frugalidad y la sobriedad son el mejor elixir de larga vida.

4.º *Higiene de la piel y de los orificios.*—La limpieza preserva de las impurezas; las máquinas mejor conservadas prestan más largo servicio.

5.º *Higiene del sueño.*—Suficiente reposo repara y fortifica; demasiado reposo enerva y debilita.

6.º *Higiene del vestir.*—Vestirse bien quiere decir conservar el propio cuerpo con la libertad de los movimientos y el calor necesario preservándolo de las bruscas variaciones de temperatura.

7.º *Higiene de las habitaciones.*—La casa bonita y alegre hace agradable al hogar.

8.º *Higiene moral.*—El espíritu reposa y adquiere perspicacia con las distracciones y las diversiones, mas el abuso de éstas lleva a la pasión y la pasión al vicio.

9.º *Higiene intelectual.*—La alegría hace amar la vida, y el amor a la vida es la mitad de la salud; al contrario, la tristeza y el descorazonamiento hacen avanzar la vejez.

10.º *Higiene profesional.*—¿Vives del cerebro? No dejar aquilojarse los brazos y las piernas. ¿Te ganas la vida con el trabajo de tus brazos? No te olvides de ilustrar la inteligencia y engrandecer el pensamiento.

DOCTOR DECORNETI.



ECOS Y NOTAS

¡Pobre higiene!

Copiamos de «El Comercio» del pasado martes:

«A consecuencia del reconocimiento de la leche que el concejal señor Bustillo acompañado del Veterinario señor de la Puente, practicó en la mañana de ayer, fueron decomisados por traerla en malas condiciones, a Manuel Junquera, de Guimarán (Carreño), cuatro litros; a Maximino Valdés, del Valle (Carreño), nueve litros; a Ramón Rodríguez, de Perlora (idem), siete; a José Muñiz, del Valle (idem), cinco; a María González, de Guimarán (idem), cuatro, y a Josefa Fernández, de Logrezana (idem), siete; a cada uno de los cuales les impuso el señor Alcalde en funciones don Juan de Cavo 15 pesetas de multa y 25 pesetas al Junquera, por ser reincidente.

Además fueron detenidos y puestos a disposición del Sr. Alcalde en el Depósito municipal: Clemente González, de Prendes-Carreño, por encontrarle una lata de 15 litros de leche, que, según el reconocimiento practicado, resultó ser agua teñida con leche.

Alejandro Cabo, de Berbera-Carreño, a quien le decomisaron nueve litros de leche en iguales condiciones que la del anterior y a los que, además de ser detenidos, les impuso el señor Alcalde al Clemente 15 pesetas de multa, y al Alejandro 25, por haber dado el nombre falso.»

No es este el primer caso ni será el último que dé la prensa local entera a sus lectores. Esto que nos relata «El Comercio» viene a comprobar la interminable serie de abusos que a diario se cometen. Tantas veces como un señor concejal, acompañado de un facultativo, se tome el trabajo de reconocer la leche destinada al consumo de la población, otras tantas se pondrán en evidencia esos fraudes incalificables, cuyos desaprensivos autores merecen el más enérgico correctivo y un ejemplar escarmiento.

Hablamos de escarmientos y correctivos porque es lo único que por de pronto puede poner coto al gravísimo mal que esos abastecedores están causando de continuo con sus defraudaciones a la salud del vecindario.

Castíguese, pues, con mano fuerte a quienes con sórdido egoísmo no reparan en adulterar el preciado líquido que, a parte de constituir un elemento principalísimo de alimentación general, es en infinidad de casos el único sostén de enfermos y convalecientes, estando, además, destinado especialmente a la lactancia artificial de los niños. Pero si de momento no hay otro sistema eficaz que el ejemplar castigo de esos industriales sin conciencia, empléese en buen hora como medida radical, mas no confíe nadie en que este será un remedio supremo, mientras la industria lechera no se organice en condiciones higiénicas que, como en otros países, garantice de modo permanente el buen estado sanitario de todos los servicios anejos desde el establo y el ganado a la última vasija que sirva para contener la leche destinada al consumo público.

Piénsese bien esto y caigamos en la cuenta de que en este asunto como en todos cuantos a la higiene general conciernen, estamos todavía en estado primitivo, a pesar de creerse por ahí que no hay país como éste. Petulancia esta que nos cuesta, por cierto, muy cara.

Nota escueta

El Ateneo Obrero de Gijón prepara para los próximos meses de Junio y Julio una serie de conferencias interesantísimas.

Otro día ampliaremos esta nota. Hoy no tenemos espacio para más.

EFEMERIDES

1857.—Día 28 de Mayo.—El Gobierno acuerda la creación de ocho plazas de Médicos sanitarios o *Delegados sanitarios* facultativos, que debían empezar a funcionar desde el 1.º de Enero de 1858 en la Habana, Santiago de Cuba, Puerto Rico, Veracruz, Tampico, Nueva Orleans, Constantinopla y Alejandria, según propuso el Consejo de Sanidad. Los delegados de Constantinopla y la Habana debían de tener carácter de *centrales*. El nombramiento de los delegados había de hacerse, directamente por el Gobierno, sin previa propuesta o terna entre los aspirantes que, dotados de ciertos requisitos especiales, fuesen declarados idóneos por el Consejo de Sanidad.

Pero ahora viene lo mejor, pues aprobadas las bases e instrucciones redactadas por el Consejo de Sanidad, para el desempeño de ese importante servicio, considerado tan útil para la navegación y el comercio, como para la preservación de la fiebre amarilla, la peste y otros males importables de Oriente o de América, se pidieron en el presupuesto de 1858 las cantidades necesarias, a razón de 36.000 reales de sueldo, y 10.000 de gastos y material, para cada uno de los delegados centrales y 30.000 de sueldo, más 6.000 de gastos, para cada uno de los seis delegados restantes. Mas no obstante la necesidad de estas delegaciones sanitarias, indicadas por el Congreso de higiene celebrado en París (1851-1852) y terminantemente reconocidas en la ley de Sanidad de 1855, la Comisión echó abajo los 308.000 reales que por junto importaría la nueva creación, y el Congreso de los Diputados (sesión 4 de Mayo de 1858) aprobó el dictamen desfavorable, sin atender la defensa (muy tibia, en verdad, según las crónicas) que de aquella partida hizo el Ministro. ¡*Tableau!*

1861.—Día 29 de Mayo.—Se dicta una R. O. prohibiendo las *comidas extraordinarias* que en determinados días solemnes solían costear y servir a los enfermos de los Hospitales, algunas hermandades o cofradías, así como las recepciones o *entradas públicas* y generales en los mismos establecimientos de beneficencia; prácticas ambas que, según opinión del Gobierno de entonces, redundaban en perjuicio de los enfermos por loables que fuesen lo fines que con ellas se perseguían.

1851.—Día 30 de Mayo.—Pasa a informe del Consejo de Sanidad una nota del embajador de la República francesa en Madrid, pidiendo una contestación definitiva a la invitación hecha por su Gobierno, de concurrir a un Congreso Sanitario internacional que iba a celebrarse en París.

FECHAS NOTABLES

Año 1610.—Galileo observa los satélites de Júpiter.

Año 1622.—Descartes descubre las leyes de refracción.

HOMBRES CÉLEBRES

Murillo (Bartolomé Esteban).—Nació en Sevilla en 1618 y murió en 1682. Célebre pintor español, cuyo nombre en este arte lo llena todo: fué inimitable en el hermoso colorido de sus cuadros y en la perfección artística que brilla en todas sus figuras.

Solís y Rivadeneira (Antonio).—Poeta y sobre todo excelente historiador, que escribió la «Historia de la conquista, población y progresos de la América septentrional», de la que se han hecho innumerables ediciones. Nació en Alcalá de Henares en 1610 y falleció en 1686.

Moreto y Cabaña (Agustín).—Otro de nuestros célebres dramáticos del siglo XVII, rival de los grandes maestros y escuchado siempre con aplauso y admiración.

LECTURAS FESTIVAS

Miscelánea.

Los niños aprovechados:

—No hay ningún nombre que empiece con K.

—El mío.

—¿Como te llamas?

—Calixto.

—El mío empieza con M.

—¿Te llamas Manuel?

—No; Emeterio.

Humoradas.

En mí, cada mirada que me lanzas se deshace en millones de esperanzas.

Es tan casta que ignora, de seguro, que hay algo de hez en el amor más puro.

De una mujer como Virgina, honrada, lo mejor que hay que hablar es no hablar nada.

Campoamor.

En un juicio de conciliación.

Se disputaban dos individuos la propiedad de un pozo.

La cuestión se iba haciendo interminable.

—La cuestión, dijo el juez de paz, no me parece tan importante, puesto que no se trata más que de un pozo de agua.

—Perdone V. S., contestó uno de los *hombres buenos*, que tenía la cara de malo; el pozo que se disputa es muy importante, porque esos dos caballeros tienen taberna.