

Edición de 20.000 ejemplares

Contribución a la cruzada de salud del
Ministerio de Higiene y Previsión Social

21 de Mayo de 1925

No bebo ja-
más bebidas
alcohólicas y
siempre tengo
empleado mi
cerebro en algo
útil a la huma-
nidad.

EDISON.

VIDA NUEVA

Quando usted
bebe a la salud
de otros, acuér-
dese que está
arruinando la
suya.

L. N. A.

AÑO II — BOLETIN MENSUAL DE LA LIGA NACIONAL CONTRA EL ALCOHOLISMO — NUM. 13



Algunas reflexiones sobre Alcoholismo

Por el Dr. Guillermo Puelma.

El alcohol es un veneno, tal es la verdad desnuda.

Hay quienes quieren hacerlo pasar por alimento, quienes por estimulante; pero, cualquiera que haya estudiado los rudimentos de la fisiología sabe muy bien que no entra en ninguna de las categorías de substancias que componen el cuerpo humano, no siendo por lo tanto alimento. En cuanto a estimulante, la mejor comparación es la del latigazo al caballo cansado: el caballo anda más ligero, no hay duda, pero se cansa más luego. El alcohol, en un cerebro cansado, obra del mismo modo.

No siendo, pues, el alcohol sino un simple veneno, o substancia tóxica, como lo puede ser la estricnina, el arsénico o el ácido prúsico, ¿de donde proviene que mientras el vulgo huye de estos últimos, busca con afán el veneno alcohol? De un hecho curioso. El hombre tiene necesidad absoluta de excitantes intelectuales, so pena de aburrimiento, neurastenia, psicosis o suicidio. Mientras el hombre trabaja, ama o piensa normalmente, no necesita otras excitaciones cerebrales. Pero, sobrevienen las horas de ocio, agradables para el pensador, el poeta, el jugador de ajedrez, temibles para el inútil, el cabeza hueca, el ocioso. Para estos últimos es imprescindible el excitante cerebral, la distracción, la sensación fuerte de cualquier especie. Si a esto se agrega que muchas personas buscan también un método para olvidar sus penas, tendremos la clave del singular fenómeno del cual hablamos: el hombre, desde la más remota antigüedad, huye de los venenos corporales y busca los venenos cerebrales. Nadie tomaría por gusto, plomo, mercurio ni sublimado: y esas mismas personas que cuidan su intestino, sus riñones o su hígado con tanto recelo, se echan al cuerpo drogas que van a intoxicar el más noble de sus órganos, el sistema nervioso en su parte más elevada, el órgano donde se sitúan las emociones, los pensamientos, la voluntad, la personalidad misma, el yo; el órgano sin el cual hombre es menos que el animal y que la planta; el órgano donde reside el secreto de la tristeza y de la alegría: el cerebro humano.

Y lo más curioso es que estos venenos son múltiples. No sólo es el alcohol el que intoxica al cerebro y lo degenera: lo atacan también el opio, la morfina, la cocaína, el haschisch, etc., todos venenos cerebrales.

Pero el alcohol es el peor de todos, por ser el más difundido: suponed que mañana, al pasar por el centro, un amigo os dijera: entremos a este salón, donde nos van a preparar un poco de sublimado corrosivo para cada uno. El amigo iría a dar a la de Orates y el cantinero a la cárcel. Sin embargo, todos los días el mismo amigo os dirá: vamos a tomar un trago... y aceptáis. Lo que el amigo no os dice es lo siguiente: Vamos a servirnos una regular dosis de una substancia que comenzará por ponerte tonto, continuará por volverte loco, y acabará

por transformarte en algo menos que un animal; vamos a ingerir un veneno que te atacará el hígado hasta que éste deje de funcionar, el cerebro hasta que te pongas tonto, y tus glándulas genitales hasta el punto de que tus hijos nazcan degenerados, imbeciles o epilépticos; vamos a tomar hoy un poco de una substancia que producirá en tí acostumbramiento, de modo que mañana no la podrás abandonar y que cuando quieras verte libre de ella, se habrá adueñado de tí en tal forma que ya no lo podrás! Este es el verdadero significado de la frase común y en apariencia inocente, que oyes decir a diario, cándido lector: "Tomemos un trago!"

Ahora surge otro problema, otra pregunta. Habiendo demostrado y estando de acuerdo todos los sabios del mundo en que el alcohol es veneno, y que en sus derivados más comunes de fermentación (vino, chicha, cerveza) o de destilación (whiskey, licores de toda especie) son tan venenosos como el alcohol que contienen, y a veces (como en el caso del ajeno) más todavía, por contener otras substancias nocivas, ¿cómo es entonces que los gobiernos, que han sido designados por sus respectivos pueblos para velar por la salud pública, mientras impiden la venta del opio, no evitan la del alcohol; y mientras castigan al suicida, no lo hacen con el bebedor, que viene siendo un suicida lento?

En esto, como en muchas otras cosas, el mundo entero tendrá que seguir la ruta trazada por Estados Unidos de América. No faltará aquí algún lector despreciativo que haciendo una mueca de desdén o sonriéndose burlonamente exclame: "La ley seca! Pero si los mismos yanquis son los primeros en burlarla!" Yo le contestaría: "La ley seca, lector amigo, es uno de los beneficios mayores que un Gobierno pueda hacerle a sus gobernados. El día que en Chile haya ley seca..."

"Seguiremos bebiendo tanto como antes y más caro y más malo", me contestará el mismo lector (u otro semejante).

—Pues, sí, señor: la generación actual seguirá bebiendo, porque está acostumbrada a ello y no puede prescindir de semejante cosa; pero la generación venidera no tendrá ya tan fatal costumbre y las generaciones sucesivas, en las cuales se considere tan vergonzoso el vicio del alcohol como el del opio o de la cocaína, ya no beberán. Serán grandes y fuertes y sanos; se verán libres de las plagas venéreas, del crimen, del odio, de la bestialidad y de la miseria; no serán esclavos del alcohol, y tendrán una descendencia normal y bien desarrollada. Por último se ahorrará sólo en Chile, una cifra tan grande de millones, que bastaría por sí sola para saldar todas las deudas, ayudar a todas las beneficencias y dar bienestar y educación a todo el pueblo, en vez de mantenerlo, como hacen los productores actuales de alcohol, en estado de perpetuo envenenamiento.

Dr. G. P.

Bueno, ¡y qué!

Me dices que a pesar de toda tu filosofía y de tu resolución de permanecer serena, muchas cosas te conturban y entristecen; estás inquieta y tienes aprensiones continuas.

Voy a darte una pequeña receta, vulgar e ingenua para que te tranquilices de todo temor, de toda inquietud:

En cuanto un recelo, un miedo, una aprensión quieran turbar los cristales de tu alma, repite dentro de tí estas palabras: "Bueno ¡y qué!"

—"Vas a agravarte de tus dolencias".

—"Bueno, ¡y qué!"

—"Vas a morirte..."

—"Bueno, ¡y qué!"

—"Tu fortuna está minada y si viene un posible pánico de bolsa, te arruinará".

—"Bueno, ¡y qué!"

—"Tu amiga Fulana no te quiere; es una solapada enemiga que te causará grandes males".

—"Bueno, ¡y qué!"

Si inerutas esta frase en tu alma, te inundará una gran paz. Si penetras en el fondo de este "¡y qué!", verás que es infinitamente tranquilizador.

En lo más hondo de todas las catástrofes, por espantosas que las supongas, quedará siempre tu yo, inmortal, inaccesible, al cual nada ni nadie puede hacer mal.

Amado Nervo.

Era el Presidente del Consejo

Un inspector seccional de instrucción ya retirado contaba una vez en rueda de amigos, este pericance:

—Por primera vez llegaba al distrito de X... a pocas horas de distancia de la capital.

Ubíqueme lo mejor que pude en un coche desvencijado que encontré a mano y ordené al auriga:

¡Lléveme al domicilio del señor presidente del consejo escolar!

El cobero me miró de pies a cabeza con curiosidad y me soltó una carcajada en las narices.

Me puse serio y le repetí la orden, pues no podía comprender el motivo de esa risa fuera de tono que me molestaba mucho porque me convertía en el blanco de todas las miradas.

—¡Bueno! dígame de una vez si me va a llevar o nó a donde le he dicho!

Volvió a desternillarse de risa.

¡.....!

—Me reía ñor porque lo tengo que llevar a mi casa....

Yo soy el presidente, pues...

Nadie podrá decir que la cantina le ha ayudado a ser un hombre bueno. Millones declaran que ella fué su ruina.

La cantina y el lenocinio, a sus protectores, les pagan con la muerte.

La Sociedad Médica de Santiago pide al Presidente de la República solucione el problema del alcoholismo

SE ESTABLECERIAN ZONAS SECAS EN LAS REGIONES CARBONIFERAS, MINERAS Y SALITRERAS DE LA REPUBLICA

Una comisión nombrada por la Sociedad Médica de Santiago, hizo entrega al Presidente de la República de una presentación que contiene los acuerdos aprobados por unanimidad en la sesión celebrada por la institución el Viernes 3 de Abril.

Los puntos aprobados fueron presentados a la consideración de la Asamblea de Médicos por los doctores Prado Tagle, Fernández Peña, Lea-Plaza, Puelma y Meza Olva.

Los acuerdos

El texto de los acuerdos es el siguiente:

Considerando la Sociedad Médica:

1.º Que el alcoholismo provee, con las oportunidades de la infección, al 75 por ciento de los casos de enfermedades de trascendencia social; que predispone a todas las enfermedades epidémicas y endémicas y que agrava la marcha y el pronóstico de todas ellas.

2.º Que el alcoholismo es un problema social complejo en el que hay que contemplar para su solución sus tres factores causales: el individual, el social y el económico.

3.º Que el alcohol genera sobre todo en los individuos débiles de voluntad, que forma la mayoría de la población, un impulso irresistible y destructor cuya amplitud lo convierte en el gran veneno social y nacional.

4.º Que el factor social lo constituye principalmente la taberna que es donde el individuo acude al principio para satisfacer los impulsos de su naturaleza

social, para ser tomado después por el alcoholismo agudo o crónico, y que este peligro todavía se agrava con la difusión y reglamentación del lenocinio.

5.º Que el factor económico lo constituyen los cultivos e industrias alcoholizadoras que si no son controladas por el Estado ejercen una propaganda intensa e incansable surtiendo, no sólo el consumo moderado, sino el consumo immoderado y anti-social de la cantina y del prostíbulo donde se consumen las cuatro quintas partes de la producción.

Y en vista de estos considerandos la Sociedad Médica declara:

1.º Que es imperioso, en defensa de la raza, marchar de frente a la solución del problema del alcoholismo, en la forma meditada y científica señalada por el Presidente Alessandri en sus memorables Mensajes de reforma de la ley de alcoholes 3087, de 31 de Octubre de 1921 y de zonas secas en las regiones carboníferas y salitreras de la República, de 26 de Octubre de 1921 que contemplan en toda su necesaria amplitud la solución de los tres factores causales, a saber: el factor individual por medio de la enseñanza anti-alcoólica y la represión de la embriaguez; el factor social por el debido control de la cantina y por el establecimiento de los Hogares del Pueblo; y el factor económico por la transformación de la cuota de bebidas alcohólicas que consume la cantina y el prostíbulo.

2.º Que estos mensajes armonizan de un modo justo y admirable la defensa de los hogares, de la raza y de la produc-

ción nacional con los intereses de los productores de bebidas alcohólicas; por un lado, iniciando la transformación de las 4/5 partes de la producción que se expenden en la cantina y en el prostíbulo y por otro lado estableciendo zonas secas en las regiones carboníferas, salitreras y mineras de la República.

3.º Pedir la derogación de los nuevos impuestos sobre las bebidas alcohólicas, que son precisamente la base financiera de la transformación de los cultivos e industrias alcoholizadoras que consulta el Mensaje del Presidente Alessandri.

4.º Solicitar del Presidente de la República el nombramiento de una comisión compuesta de los intendentes y gobernadores de las regiones carboníferas correspondientes, de dos agrónomos y de un delegado de la Dirección General de Impuestos Internos, para que informen al Gobierno tanto sobre la delimitación de estas zonas como en lo que se refiere a las facilidades y compensaciones a los productores de bebidas alcohólicas.

5.º Ofrecer el incondicional apoyo de la Sociedad Médica a la política de S. E. el Presidente de la República, tal como está establecido en estos dos históricos mensajes sobre la solución del problema del alcoholismo.

6.º Adherirse al movimiento pro Patria y Hogar encabezado por la Liga Chilena de Higiene Social, la Asociación de Educación Nacional y la Liga Nacional contra el Alcoholismo, nombrando como sus delegados a los doctores Hugo Lea-Plaza y Guillermo Puelma.

“VIDA NUEVA” abre un Concurso Infantil de Temperancia

El interés que nuestra publicación ha despertado en todos los campos de actividades, nos dice claramente que los ideales anti-alcoólicos van encontrando cada día mayor ambiente.

La indiferencia por el problema del Alcoholismo, que ha causado y causa tantas desgracias y tantas miserias, ya está abatida.

Nuestra propaganda ha encontrado un campo muy fértil entre la juventud estudiosa.

Los hombres del porvenir, que serán los que tendrán en sus manos los destinos del país, han demostrado que este problema no les es indiferente.

Cartas encomiásticas y sinceras, colaboraciones entusiastas, etc., atestiguan que “Vida Nueva” les ha hablado al alma y al sentimiento.

Retribuyendo estas simpatías, convoca nuestro periódico a un Concurso de Temperancia a todos los alumnos de ambos sexos de las Escuelas Primarias y Secundarias de Chile, tanto fiscales como particulares, bajo las siguientes bases:

TEMA 1.—Los efectos del Alcoholismo en los individuos y en la familia

Composición en prosa de más o menos 1,000 palabras.

1.er Premio.—Una Libreta de la

Caja de Ahorros con \$ 50 y un Diploma.

2.º Premio.—Una Libreta de la Caja de Ahorros con \$ 40 y un Diploma.

3.er Premio.—Una Libreta de la Caja de Ahorros con \$ 30 y un Diploma.

TEMA 2.—Cómo debemos combatir el Alcoholismo

Composición en prosa de más o menos 1,000 palabras.

1.er Premio.—Una Libreta de la Caja de Ahorros con \$ 50 y un Diploma.

2.º Premio.—Una Libreta de la Caja de Ahorros con \$ 40 y un Diploma.

3.er Premio.—Una Libreta de la Caja de Ahorros con \$ 30 y un Diploma.

TEMA 3.—Cómo se llega a ser bebedor

Cuento corto en el que se pinte los sufrimientos de una familia ante el deudo víctima del vicio alcohólico. Dos carillas escritas a máquina.

1.er Premio.—Una Libreta de la Caja de Ahorros con \$ 50 y un Diploma.

2.º Premio.—Una Libreta de la Caja de Ahorros con \$ 40 y un Diploma.

3.er Premio.—Una Libreta de la Caja de Ahorros con \$ 30 y un Diploma.

Los niños que tomen parte en este Concurso deberán enviar sus trabajos hasta el 1.º de Diciembre a la Casilla 3438, con pseudónimo y en sobre aparte su nombre y dirección.

El Jurado estará formado por el señor presidente de la Liga Nacional contra el Alcoholismo; el señor Director de la Escuela “José Abelardo Núñez”, don Maximiliano Salas Marchant; y el Director de la Biblioteca Nacional, señor Carlos Silva Cruz.

De los trabajos premiados se hará una edición de diez mil ejemplares, que serán distribuidos en todo el país.

Los premios se entregarán en un gran acto público que se celebrará en un teatro de la capital.

Los Directores de Escuelas podrán cooperar en este Concurso interesando a los alumnos y organizándolos para estudiar y discutir antes de hacer sus trabajos.

Lo ideal, sería que cada Director de Escuela enviara en un paquete los trabajos de todos los alumnos de la escuela de su dirección.

Folleto y literatura sobre el problema del Alcoholismo pueden solicitarse de la Liga Nacional contra el Alcoholismo, Bandera 166.—Casilla 3438.—SANTIAGO.

¡Le maté por veinte centavos!

En el taller de Rojas, obrador en metal se charlaba de todo, fuera política, socialismo, reformas o progreso. Todos se preciaban de "avanzados" en el taller Rojas y cada uno sostenía su tesis, sin descuidar su trabajo, con tanto ardor y convicción como que estuvieran en la Cámara de Diputados.

En esta mañana se hablaba de alcoholismo.

—¡Bah! decía uno de los obreros, Gaspar; ya nos tienen hasta la coronilla con esto del alcoholismo. Parece que quisieran condenar a la guillotina a todos los bebedores o por lo menos someterlos a vigilancia especial. ¡Vaya con la libertad!

A pesar de todo lo que digan, yo suelo embriagarme un poco, pero eso a nadie daña sino a mí mismo. Si se me ocurre beber un vaso de cerveza o muchos vasos de cerveza, yo no veo quien me lo haya de impedir, así como yo a nadie obligo a que me acompañe. La verdad que yo estimo que los bebedores de agua son unos pícaros y en cambio he conocido buenos vidiores que comen bien y beben "seco" y que son los mejores tipos del mundo.

—A propósito—exclamó bruscamente otro obrero, Toledo; supongo que todos se acuerdan del viejo Patry. Me acordé de él porque Gaspar está hablando justamente de "tipos" como él, que beben "seco".

—Por supuesto,—dijeron en coro los obreros. El viejo Patry era un famoso livón y nadie podía llamarle un borrachín.

—Eso es,—confirmó Gaspar. El viejo Patry no se embriagaba nunca; veía la vida toda color de rosa, alegre como una cotorra, con el corazón siempre en la mano y jamás encontraba a un compañero sin decirle: "Anda viejo, ven a tomar una copita, que eso aclarará las ideas". Pero en el último tiempo algo raro le pasaba; tenía la cabeza mala, estaba maniático y caprichoso. Dicen que fueron disgustos de familia los que le pusieron así, como el pobre tenía un hijo idiota...

—Pues bien,—observó Toledo,—acabo de leer en el diario de hoy que a ese hijo de Patry se le ha condenado a dos años de prisión por intento de asesinato.

—¡Bah! dijo Gaspar. Siempre tuvo cara de imbécil el muchacho.

—Precisamente, pero parece que el juez se ha mostrado clemente porque los médicos dicen que es un degenerado,

irresponsable de sus actos, porque es hijo de padre y madre alcohólicos.

—¡Alcohólicos el viejo y la vieja Patry? ¡Vaya con la mentira! ¡Cómo inventan los diarios! Pues aquí está el diario—dijo Toledo sacándolo del bolsillo: Vean lo que dice:

—**"Tribunales: "Le maté por veinte centavos"**. Este es el título. "En la noche del 11 al 12 de Junio último, León Patry, de Curepto hirió dos veces con un puñal a un infeliz de nombre Vallejos, a quien jamás había visto. Ninguno de los antecedentes del hecho permitían prever que pudiera cometer tal acto. En medio de sus negativas, ha dejado escapar las palabras que le oyeron numerosos testigos: "¡Le maté por veinte centavos!" Pero es evidente que no se daba cuenta de lo que decía, pues una vez cometida la acción no pensó en despojar a su víctima y continuó su camino, para atacar a un segundo transeunte poco más allá. Esta segunda tentativa criminal, que por suerte fracasó, llamó grandemente la atención de la policía. Delante de los jueces, Patry permanece como atontado, inerte y cuando se le pregunta por qué mató, balbucea palabras incoherentes y vagas. Su inconsciencia y su remordimiento por la acción cometida parecen sinceras.

Los médicos legistas que le han examinado han dictaminado que fué el acto impulsivo, inconsciente, de un infeliz epiléptico-alcohólico, hijo de padre muerto alcohólico y de una madre alcohólica trastornada, hija a su vez de un alcohólico.

—Cierto,—dijo un tercer obrero,— la vieja está recluida en el Manicomio.

"Los médicos han decidido que no es responsable de sus actos y han pedido indulgencia para esta víctima de una fatal herencia.

Después de un conmovedor alegato del abogado Contreras, en el curso del cual el eminente abogado hizo ver los estragos del alcoholismo entre los obreros, diezmados por la tuberculosis y la difteria, y pidió piedad para las desgraciadas víctimas del vicio vergonzoso de sus padres, se condenó a León Patry a dos años de prisión."

—Con qué,—terminó diciendo Toledo —¿qué me dices ahora, tú que hablas a toda hora que el ebrio es dueño de hacer lo que guste y que tan sólo a sí mismo se hace daño bebiendo?

V. Nobis.

CARTILLA MATERNAL

LA CRIANZA

1.—Ud. debe darle de mamar a su hijo: la leche de sus pechos es propiedad de su hijo. Criar a su hijo le resultará más barato que hacerlo con mamaderas, porque no tendrá que comprar leche de burra o de vaca y porque su hijo se criará más sano y tendrá Ud. menos gastos de médico y botica.

2.—Coma Ud. muy buenas sopas durante todo el tiempo de la lactancia y no padezca nunca de sed. Su mejor bebida es el agua fresca filtrada. No se

engañe Ud. tomando tónicos, que no le servirán para nada, le serán un gasto inútil y podrán dañar a su hijo.

3.—Si su leche le resulta insuficiente tendrá Ud. a la fuerza que ayudarlo con una o dos mamaderas al día. Prepare la mamadera de la manera como se lo indique el médico. No se fie de los consejos de las vecinas. La mamadera que engorda al hijo de su amiga podrá matar al suyo.

4.—Alimente a su hijo en horas fijas cada dos o tres horas, y no le dé de co-

mer siempre que lllore. Su nene no podrá llorar de hambre dándole de comer cada dos horas. Puede llorar porque le duele la barriga, y si Ud. le dá entonces de comer, puede hacerle más daño que bien.

5.—Averigüe siempre porqué llora su hijo. Puede llorar porque tiene sed, que Ud. le podrá calmar dándole unas cucharaditas de agua hervida con un poco de azúcar. Puede llorar porque tiene los pañales sucios o mojados o porque siente frío y tendrá que limpiarlo, secarlo o taparlo. Si llora mucho será porque está mal enseñado o porque está enfermo, y entonces debe Ud. llamar al médico.

6.—Su hijo no debe llorar si Ud. lo alimenta y lo acostumbra bien o si está enfermo. No dé nunca el chupete para hacerlo callar, porque es la peor de las costumbres que puede tomar. No lo haga nunca dormir con Ud. ni con ninguna otra persona. Si no puede Ud. comprar una cuna, hágalo dormir en una canastita o en un cajón, pero déjelo solo.

No lo acostumbre a andar cargado ni a ser hamacado en la cuna. Déjelo quieto en su cama desde el primer día y no llorará nunca de gusto. Así vivirá Ud. más tranquila y su hijo se criará más sano y más dócil.

7.—Cubra con un tul la cuna de su hijo para impedir que se llene de moscas o que lo piquen los mosquitos u otros bichos. La mosca o el mosquito que ha picado a cualquier enfermo del barrio puede traerle la enfermedad a su hijo.

Debe Ud. prohibir que le besen a su hijo, porque ese es el modo más fácil de contagiarle enfermedades que le pueden durar toda la vida.

8.—Revise Ud. siempre los pañales. Lo que obra su hijo debe ser espeso de color amarillo. Si es muy líquido de olor agrio o fétido o si es verde avise al médico.

9.—Ud. debe bañar a su hijo todos los días, porque el baño es lo más útil que Ud. puede hacer para la salud de su hijo, que necesita tener siempre la piel fresca, limpia y sana.

10.—Si los ojos del nene supuran, debe Ud. en seguida llamar al médico, porque se le puede quedar ciego en pocas horas.

11.—Puede despechar al chico entre los 9 o los 12 meses, empezando a darle unas sopitas de pan o de harinas que le indique el médico. No lo despeche nunca de golpe, ni empiece a despecharlo cuando haga mucha calor.

Del Dr. Enrique Corbellini.

Esa señora que no hace nada

Bien dicen que los niños son buenos psicólogos y grandes observadores.

Hasta hace pocos meses era directora de una escuela de un distrito muy próximo a la capital, una maestra que se distinguía por su falta de iniciativas y por su carencia absoluta de amor al trabajo.

Cierta vez envió a otra sala a una niña para que solicitase de la maestra un registro.

—Dígale a la señorita María que me mande el registro de asistencia.

Fué la chica al otro curso y dijo a la señorita María: Señorita, dice esa señorita que no hace nada, que le mande el registro de asistencia...

La chica tenía razón. No había la menor duda!