

VIDA NUEVA

No bebo jamás bebidas
alcohólicas y siempre tengo
emplorado mi cerebro en
algo útil a la humanidad.
EDISON.

BOLETIN MENSUAL
DE LA LIGA NACIONAL
CONTRA EL ALCOHOLISMO

Cuando usted bebe a la
salud de otros, acuérdesese
que está arruinando la
suya.

L. N. A.

AÑO II

SANTIAGO DE CHILE (S. A.) DICIEMBRE DE 1925

NUM. 20

NOTAS EDITORIALES

El problema de la esclavitud blanca

La dictación del Código Sanitario, obra del higienista de fama mundial Dr. Long, y su vigencia como Ley de la República, ha puesto de actualidad un problema que ya hace mucho tiempo había venido preocupando la atención de los trabajadores sociales del país.

Nos referimos al problema de la Esclavitud Blanca con su adición fatal: el prostíbulo legal y patentado por el Estado.

El Código Sanitario en este asunto, se ciñe a la doctrina que han seguido todos los países progresistas y cultos del mundo y que va derechamente a condenar como indigno de un país, el hecho de aceptar como lícito la existencia de un sistema que *reconoce, apoya y estimula* directamente o indirectamente la Trata de Blancas, que rebaja la moral de la juventud y enseña el desprecio por la mujer.

Ante la vigencia de esta parte del Código Sanitario, los poderosos intereses creados alrededor del prostíbulo, han iniciado una campaña indigna, muy propia de la institución que defienden; pretendiendo mover influencias para que se continúe manteniendo en la más odiosa esclavitud a una porción numerosa de mujeres desgraciadas sobre las que pesa la explotación odiosa y criminal del caftén y rufián hasta hoy con patente legal del Estado.

Agreguemos a esto, el foco poderoso de difusión de las enfermedades sociales que significa el mantenimiento del prostíbulo colectivo y reglamentado y tendremos una idea más o menos completa de la obra funesta de los que pretenden que no se aplique el Título IV del Código Sanitario, que termina de raíz con la vergüenza de este país, de tener catalogada entre las profesiones honradas la de vivir de la explotación de la desgracia y de la miseria del grupo más desgraciado de nuestras compatriotas.

En esta campaña han andado del brazo los amigos inseparables: traficantes en bebidas alcohólicas y dueños o empresarios de prostíbulos.

Y tienen razón. El prostíbulo colectivo es el sitio que ofrece mayor consumo de bebidas alcohólicas y existe un mutuo interés al querer mantenerlo como institución oficial.

Por el buen nombre del país, por el interés de la raza, por espíritu de solidaridad hacia la mujer caída, debemos abolir el prostíbulo reglamentado.

La ciencia y la experiencia no aconsejan otra cosa.

¡AMIGAS INSEPARABLES!



La mosca y la muerte siempre andan juntas

- 1.—Mejor que espantar las moscas, es matarlas antes que nazcan.
- 2.—Donde hay basura, aguas sucias o trastos sin lavar, hay seguramente nidos de moscas.
- 3.—UNA sola mosca se reproduce más de cinco millones y medio de veces. ¿Cuántas moscas soporta impasible Ud. en su casa?
- 4.—Las moscas en el comedor y en la leche, les abren la tumba a los adultos y a las guaguas.

ANTES QUE COMER ENTRE MOSCAS, PREFIERA AYUNAR.

Receta económica y eficaz:

Evite la crianza de moscas preparando un buen desinfectante.

Mezcle cinco litros de agua con una botella de agua cubas y otra de parafina. Una cucharada de creolina para cada litro de agua, también es eficaz.

EL ALCOHOLISMO

1.—El alcoholismo consiste en el abuso de las bebidas que contienen alcohol.

2.—El alcohol obra como un veneno, pudiendo intoxicar al hombre rápidamente, cuando se toma con gran cantidad, produciendo la embriaguez, o de una manera lenta cuando se ingiere por costumbre. Hay intoxicados por alcoholismo crónico, a quienes no se les puede llamar borrachos.

3.—Las bebidas alcohólicas aumentan la secreción de la saliva y el jugo gástrico, que sirven para efectuar la digestión de los alimentos, lo que produce la sensación de hambre que ha hecho llamar a ciertas bebidas "aperitivos"; pero esa secreción resulta inútil porque el alcohol precipita, coagula, la tialina de la saliva y la pepsina del jugo gástrico, sustancias indispensables para que se pueda efectuar la digestión, por lo que los alimentos, tomados por la acción del "aperitivo", no son debidamente digeridos y aprovechados.

4.—El estómago se lastima por la ingestión del alcohol, lo que produce el malestar consecutivo de la embriaguez, y la tos en las mañanas, tan molesta, que padecen los que acostumbran tomar bebidas alcohólicas. Del estómago pasa el alcohol al hígado, por lo que es frecuente que los alcohólicos enfermen de dicho órgano; después pasan a la circulación general, de donde resultan padecimientos en las arterias de estos individuos. Como la sangre lleva el alcohol a todo el cuerpo, gran número de órganos pueden enfermarse, por ejemplo, los riñones y los nervios. En el cerebro, el alcohol produce alteraciones en las funciones que están encomendadas a dicho órgano: perturba las ideas, disminuye la memoria y suprime la voluntad; da lugar, al abuso del alcohol, a la debilidad orgánica, a la criminalidad y a la demencia.

5.—El alcoholismo produce en Inglaterra un promedio de 3,000 defunciones; en Alemania, de 13,000 delincuentes; en Francia, de 18,000 locos; y en Rusia, el 38 por ciento de los suicidios y más de 100,000 víctimas cada año.

6.—El alcoholismo produce males no sólo en el individuo alcohólico, sino también en su descendencia. Los hijos de los alcohólicos son enfermizos y degenerados.

7.—Se ha calculado que el 19 por ciento de los niños mueren, cuando los padres acostumbran las bebidas fermentadas (vino tinto, por ejemplo) sin llegar a la embriaguez y sin tomar aguardiente o licores; el 26 por ciento cuando toman, además, con cierta frecuencia bebidas destiladas y licores, cognac, ajeno, etc.; y en un 55 por ciento cuando acostumbran estas últimas bebidas.

8.—Además, en los hijos de los alcohólicos se presentan con frecuencia alteraciones en el cuerpo, por ejemplo: deformidades en la cabeza, en las orejas, en la implantación de los dientes; otros niños son anémicos, flacos y débiles, predispuestos a contraer la tuberculosis y otras enfermedades; otros presentan alteraciones intelectuales, desde el retardo hasta la idiotez. Los estudios hechos en los asilos demuestran que el 60 por ciento de los niños idiotas son hijos de alcohólicos.

9.—Esos niños débiles de cuerpo y de espíritu, dan un enorme contingente a la criminalidad: de 8,000 descendientes, en seis generaciones, de un hombre y una mujer alcohólicos, que existieron en el siglo XVII en Estados Unidos, estudiados por Francisco Galton, 730 fueron criminales, 37 de ellos fueron condenados a muerte y produjeron un gasto a la nación, por jueces, cárcel, etc., de 15 millones de dólares.

10.—El alcohólico destruye su salud, y siendo débil para el trabajo, constituye una carga para su familia, a quien deshonra, y para la sociedad a quien perjudica. Deja como amargo recuerdo de su estancia en el mundo, una pavorosa descendencia de enfermos, idiotas y criminales, que acrecientan el deshonor y multiplican los perjuicios.

Dr. Eliseo Ramírez,
Profesor de la Universidad Popular Mexicana.

PARA LAS MADRES

Cómo alimentar a los niños

En las boticas y almacenes se vende una gran cantidad de alimentos para niños, a base de leche, cacao peptonizado, cacao de bellota, etc.

Se dará estos alimentos a los niños, preparados con mucho cuidado, sólo cuando un médico lo ordene, porque el médico es el único que sabe si el niño puede tomarlos o no.

A los Dispensarios van siempre muchos niños que se han enfermado por culpa de esos alimentos, porque las madres comienzan a dárselos siguiendo los consejos de alguna amiga o matrona, o de algún boticario, que pueden tener muy buenas intenciones, pero que no saben medicina.

Si un médico no lo aconseja, la madre nunca debe comprar estos alimen-

tos, que son muy caros para darlos a sus hijitos.

Si un niño tiene menos de 9 meses, es preferible que lo alimente con mamaderas de leche, según lo aconseje un médico.

Muchas madres comienzan a dar a sus niños, sopas, caldos, verduras, frutas, y cualquiera clase de guisos, cuando el niño tiene apenas 8 ó 9 meses. Esta es una falta muy grande, que en Chile mata muchos niños menores de 2 años.

Toda madre debe saber que sólo un niño mayor de 2 años puede comer comida, pero sólo la comida sana de la casa.

Si un niño tiene menos de un año, ni siquiera debe probar la comida de los

grandes, y menos la fruta, aunque esté muy madura.

Hay mucha gente que da a los niños comida, frutas y golosinas para que no se les reviente la hiel. Esta es una ignorancia muy grande de esas personas y la consecuencia de eso es que enferman a los niños, a veces con enfermedades muy graves y mortales.

Alimentación mixta. — La alimentación mixta consiste en dar al niño unas veces el pecho y otras veces mamaderas de leche, según lo indique el médico.

Esta forma de criar a los niños también es peligrosa porque el niño toma mamaderas. Pero es menos peligrosa que la alimentación artificial sola; porque está visto que los niños que toman pecho, aunque mamen pocas veces en el día, digieren mejor la leche de vaca, que los niños que se crían únicamente con mamaderas.

Esto se debe a que la leche de mujer tiene sustancias que hacen más fácil la digestión de la leche de vaca.

Pero antes de dar una mamadera a un niño, la madre debe consultarlo en un dispensario para niños.

La madre podrá dar una o más mamaderas de leche a su niño, sólo en caso de que lo vea que comienza a enflaquecer, aunque parezca sano, y que quede con hambre después de mamar.

Debe esperarse lo más posible para dar al niño la primera mamadera, porque está comprobado que la soporta mejor cuando tiene más de 4 meses.

No hay que olvidar, además, que durante los meses de calor, desde Noviembre hasta Marzo, las mamaderas son sumamente peligrosas y que debe hacerse todo lo posible por no darlas durante esos meses de verano. Las mamaderas deben prepararse consultando las cantidades de leche pura y de agua con azúcar o de leche sola, que el niño necesita según la edad que tenga.

Si fuera imposible evitar las mamaderas, la madre debe comenzar dándole una sola en el día y esta mamadera debe darse en vez de darle de mamar. Si el niño deja de enflaquecer, no es necesario darle más que una mamadera; pero si sigue adelgazando, es necesario dar una o dos mamaderas más, quitándole el pecho las veces que se le dé mamaderas.

Como el niño debe tomar alimento 7 veces en todo el día, cada tres horas, si se toma una mamadera debe mamar 6 veces; si toma dos mamaderas, debe mamar 5 veces; si toma 3 mamaderas, debe mamar 4 veces; si toma 4 mamaderas, debe mamar 3 veces, etc.

Repetimos otra vez que, desde las doce de la noche hasta las 6 de la mañana, el niño no debe mamar ni tomar ninguna mamadera.

Hay niños que, llegando a los 9 ó 10 meses, a pesar de estar bien alimentados al pecho solo, o al pecho y mamadera, se enflaquecen y no siguen creciendo.

Entonces la madre debe llevarlo a un Dispensario para niños, y ahí el médico le dirá lo que debe hacer.

Probablemente le recomendará agregar a cada mamadera media o una cucharadita de harina de trigo, de harina de cebada, de harina de avena, una o más cucharaditas de fosfatina o de otro alimento para niños, que la madre debe hacer hervir unos cinco minutos por lo menos, ya sea con la leche o con el agua cocida que pueden necesitarse para preparar la mamadera.

LA ESPOSA DEL BEBEDOR

Ved este cuarto horripilante y frío, desnudo el piso, la pared y el cielo, y decid si creéis que el dolor mío en la humana razón halle consuelo.

De un palacio he bajado a la cabaña, descendiendo de a poco, en escalón, y el destino traidor en mí se ensaña hiriendo sin piedad mi corazón.

Tal vez al escuchar mi cruel lamento quisieras conocer mi triste historia, la voy a referir, pero no es cuento; guardadla para ejemplo en la memoria.

Joven, amante, candorosa y buena conocí al que hoy amo, y sin pensar siguió la historia de un amor sin pena, y termina con dos ante un altar.

Signió mi dicha, mi placer, mi encanto algunos años y después lloré: ¡toda mi dicha se cambiaba en llanto y en abrojos las flores a mi pie!

El ángel de mi amor con alas de oro iba arrastrando el cándido vestido, perdiendo poco a poco su decoro, hasta que todo al fin hubo perdido.

Se arrastró desde el club a la taberna presa del vicio de embriaguez y juego; nunca escuchó a su esposa, alma tierna, que arrancarlo quería de aquel fuego!

Bebió y jugó hasta acabarlo todo con sus amigos de falaz placer, consumió mi fortuna y de este modo, la vida de sus hijos y mujer.

Y en este cuarto que humedece el río desnudo el piso, la pared y el cielo, veo a mis hijos tiritar de frío, y mi alma muere de pesar y duelo.

No tengo pan, aunque llorando piden los hijos de mi amor, ¡ángeles puros! los beso tiernamente porque olviden... mientras las heces del dolor apuro!

El anillo nupcial ya fué a la agencia; ¡Prenda querida que su amor me dió! como un crimen miró la conciencia cuando para llevarlo lo pidió.

Nada me queda ya: sillas y mesa han ídose de casa poco a poco; y el autor de este mal también empieza con el delirium tremens, ¡está loco!

Al manicomio irá; dichoso él si todo lo que ha hecho olvidará; yo lo perdono... sí. ¡Sería cruel! pero sus hijos... ¡Nó!... Tal vez... quizá!

Jóvenes, padres que cruzáis el mundo mirad mi cuadro de profundo duelo, y aborreced el vicio tremebundo que le roba al hogar paz y consuelo.

Huíd de la cantina, hombres de juicio que honrados entraréis, con alma buena, y al salir llevaréis marca del vicio que cuerpo y alma, al fin, todo envenena.

Y como herencia de fatal memoria a vuestros hijos dejaréis dolor...! ¡no renovéis jamás la triste historia de la esposa infeliz del bebedor!

María Espíndola de Muñoz
(Chilena.)

que se pretende es la causa única de la existencia de la lotería. De modo que es evidente que el Estado no saldría tan perdido si tomara exclusivamente a su cargo estos servicios, suprimiendo la lotería. Además, es sabido que la caridad privada tiene mucho que ver con el estado floreciente de los establecimientos de esta índole en el país allende los Andes.

No deja de tener gracia, según lo prueba el proyecto, que parte de las entradas de la lotería se obtienen "por la aplicación de multas a los jugadores, conforme a la ley 4097".

Además de la lotería nacional, hay en la República algunas loterías provinciales que agregan una cuota respetable a la suma jugada mes a mes. No es extraño, dice el diputado argentino, que las provincias sigan el mal ejemplo de la capital federal y quieran beneficiarse a su vez en la misma forma y no deja de ser curioso que las autoridades nacionales persigan tan encarnizadamente a los agentes de loterías provinciales como que su negocio fuera ilícito.

Para terminar con la lotería, el diputado aludido alega que durante sus "veintinueve años de existencia le ha producido al Estado menos de lo que le produce la Aduana Nacional en un año" y que bien pueden arbitrarse medios más correctos y menos perniciosos para obtener los fondos necesarios para la beneficencia.

En cuanto a las carreras, el proyecto llega a la conclusión de que los dueños de criaderos y los dueños de caballos son, en realidad, los únicos que ganan con ellas. Como el caballo de carrera para nada más sirve, es evidente que poco o nada se perdería con suprimir esta entretención. Al efecto, comprueba que en 1914 se jugaron 86 millones 860,490 nacionales (ochenta y seis millones, ochocientos sesenta mil, cuatrocientos noventa) y en 1924 se había "invertido" en las patas de los caballos la nada despreciable suma de 130.000.000 de nacionales (ciento treinta millones), suma que bien pudo el público aplicar a fines más elevados de interés nacional.

El autor de este proyecto reconoce que es difícil que sea él aprobado ni por la actual ni por una próxima legislatura, pues el pueblo argentino está ya acostumbrado a jugar su dinero todas las semanas en una u otra forma; pero sus palabras bien merecen la pena ser conocidas y meditadas en un país como el nuestro, que hasta la fecha ha sabido mantenerse alejado de la tentación de una lotería nacional y que debería apelar a todos los medios antes de establecer entre nosotros un elemento pernicioso y que no resulta tan benéfico como pretenden hacernos creer.

Laura Jorquera.

Un Diputado Socialista argentino ataca la Lotería Nacional de Beneficencia

"Es un mal negocio en todo sentido. Corrompe al pueblo y no ofrece ventaja alguna digna de ser tomada en cuenta a las instituciones de beneficencia"

El Diputado Socialista señor Adolfo Dickmann ha presentado al Congreso Nacional Argentino un proyecto para suprimir del todo los juegos de azar, la lotería nacional y las apuestas mutuas en los hipódromos.

En el preámbulo de su proyecto, dicho diputado aduce razones incontestables a su favor y aunque no sea él aprobado por la Cámara, no deja de ser interesante la forma y el fondo del proyecto, pues revela hechos que muchos ignoran en la forma cáustica, mordaz, de que tanto gusta el partido socialista.

En lo referente a la lotería nacional de beneficencia (que se nos recomienda tanto en Chile como la panacea para la crisis de nuestra beneficencia), el diputado Dickmann establece que es ésta "la forma más perniciosa de juego" y que no la puede justificar en manera alguna la disculpa de que sus ganancias ayuden al sostenimiento de hospitales y asilos puesto que "un gran

número de estos asilados ha llegado a esas condiciones de miseria precisamente a consecuencia del juego en la lotería". La sola existencia de una lotería nacional, dice el proyecto de nuestra referencia, incita a la gente del pueblo a jugar y produce ganancias que en su mayor parte van a beneficiar a una clase privilegiada de empleados, intermediarios y agentes "y otros parásitos de esta especie, como si ya no hubiera suficientes entre nosotros".

Sin embargo, lo más interesante, son las cifras citadas por el diputado argentino y ellas no pueden menos que asombrar a quien quiera que se detenga a leerlas y meditar en lo que ellas significan. El proyecto llega a la conclusión de que es la lotería un mal negocio, en cualesquier sentido que se le tome y que el Estado muy poco perdería y sí ganaría algo con su supresión.

Desde que se estableció la lotería nacional en 1896, el pueblo argentino ha jugado la enorme suma de 1,100.000.000 de nacionales (mil cien millones). De esta cantidad realmente asombrosa, cálculos cuidadosos demuestran que apenas 125.000.000 de nacionales (ciento veinticinco mil millones) han pasado a los fondos de beneficencia,

CHISTES

En el Dispensario

El doctor. —¿De qué sufre usted?

El visitante. —De nada, doctor.

—Entonces, ¿a qué viene?

—Como aquí las consultas son gratis, venía a consultarle sobre qué le parece la cuestión de Tacna y Arica...

"Vida Nueva" en 1926

El éxito de "Vida Nueva", el Boletín mensual de propaganda de la Liga Nacional Contra el Alcoholismo, ha sido rotundo.

Iniciada nuestra publicación con un tiraje de cuatro mil ejemplares, en la actualidad, diez mil ya nos son insuficientes.

Nuestra lista de reparto ha ido aumentando en tal forma que podemos decir que en la actualidad difícilmente habrá un punto del país donde "Vida Nueva" no llegue con su propaganda bienhechora.

Correspondiendo a esta acogida, la Dirección se cree en la obligación de ir ampliando más la esfera de acción del periódico, dándole desde el próximo número más variedad al material de lectura, y si es posible, aumentándole permanentemente su número de páginas.

Las numerosas personas que han recibido gratuitamente nuestro periódico y que reclaman a veces por el extravío de algún número, lo que demuestra su interés, pueden ayudar en forma práctica a que las visitas de "Vida Nueva" sean más agradables y más instructivas por su mejor y más abundante material, contribuyendo con alguna cantidad, por muy módica que sea, para reunir las a otras y obtener el mejoramiento del periódico que todos hemos deseado.

Con la colaboración eficaz de los lectores y nuestra, "Vida Nueva" iniciará su tercer año de vida, siendo más útil y más atrayente.

El número próximo será una demostración de esta cooperación.

UN EMPLEADO QUE SE NECESITA

Se necesita un empleado para trabajo sólido y rápido, que encuentre cosas que hacer sin la ayuda de un Gerente y tres asistentes...

Que desempeñe puntualmente sus tareas durante el día y que no ponga en peligro la vida de los demás, atropellándose para salir primero de la Oficina.

Correcto en sus deberes y que no proteste por trabajar alguna hora extra cuando llegue el caso.

Que oiga atentamente lo que se le dice y que no pregunte más que lo indispensable para asegurarse de la correcta ejecución de las instrucciones recibidas.

Que trabaje ligero y que haga el menor ruido posible alrededor suyo.

De mirada recta y franca y que diga siempre la verdad.

Que no se compadezca a sí mismo por tener que trabajar.

Amable, cortés con todo el mundo, y resuelto a cumplir todos los encargos.

Que cuando no sepa alguna cosa, diga: "no sé", y cuando se le pida que haga algo, conteste: "lo haré".

Que no cometa dos veces el mismo error, que no sea un mojigato, ni pedante, ni grosero y que desempeñe como mejor pueda las tareas que le sean confiadas.

Este empleado se necesita en todas partes, sin reparar en su edad ni en su falta de experiencia.

Todas las oportunidades para desempeñar grandes puestos están abiertas para él, sin más limitaciones que su propia ambición.

Este empleado es buscado en todas partes, en todas las grandes empresas, desde Tacna hasta Magallanes.

Sociedad de Empleados Eficientes.

De Gabriela Mistral.

Pensamientos Pedagógicos

(Para las que enseñamos)

1. Todo para la escuela; muy poco para nosotras mismas.
2. Enseñar siempre: en el patio y en la calle, como en la sala de clase. Enseñar con la actitud, el gesto y la palabra.
3. Vivir las teorías hermosas. Vivir la bondad, la actividad y la honradez profesional.
4. Amenizar la enseñanza con la hermosa palabra, con la anécdota oportuna y la relación de cada conocimiento con la vida.
5. Hacer innecesaria la vigilancia de la jefe. En aquella a quien no se vigila se confía.
6. Hacerse necesaria, valerse indispensable; esa es la manera de conseguir la estabilidad en un empleo.
7. Empecemos, las que enseñamos, por no acudir a los medios espúreos para ascender. La carta de recomendación oficial o no oficial, casi siempre es muleta para el que no camina bien.
8. Si no realizamos la igualdad y la cultura dentro de la escuela, ¿dónde podrán exigirse estas cosas?
9. La maestra que no lee tiene que ser mala maestra; ha rebajado su profesión al mecanismo de oficio, al no renovarse espiritualmente.
10. Toda repetición de la orden de un jefe, por bondadosa que sea, es la amonestación y la constancia de una falta.
11. Más puede enseñar un analfabeto que un ser sin honradez ni equidad.
12. Hay que merecer el empleo cada día. No bastan los aciertos ni la actividad ocasionales.
13. Todos los vicios y la mezquindad de un pueblo son vicios de sus maestros.
14. No hay más asistencia, dentro de un personal, que la aristocracia o selección moral — los virtuosos — y la aristocracia de la cultura, o sea, la de los capaces.
15. Para corregir no hay que temer. El peor maestro es el maestro con miedo.
16. Todo puede decirse pero hay que cuidar la forma. La más acre reprimenda puede hacerse sin deprimir ni envenenar un alma.
17. La enseñanza de los niños es tal vez la forma más alta de buscar a Dios; pero es también la más terrible en el sentido de tremenda responsabilidad.
18. Lo grotesco proporciona una alegría innoble.
19. Hay que eliminar de las fiestas escolares todo lo chabacano.
20. Es una vergüenza que hayan penetrado en la escuela el couplet y la danza grotesca.
21. La nobleza de la enseñanza comienza en la clase atenta y comprende el canto exaltador en sentido espiritual, la danza antigua — gracia y decoro — la charla sin crueldad y el traje simple y correcto.

SILABARIO DE LA RAZA

Su lectura educa al público para prevenir a las Enfermedades Sociales y se reparte gratuitamente.

PROFILACTICO

Su empleo previene las Enfermedades Sociales. — Valor del Tubo: \$ 1.00

NEOSALVARSAN

Para curar las Enfermedades Sociales. — Valor de la Serie para el público: \$ 31.

Se ofrecen y expenden en la

LIGA CHILENA DE HIGIENE SOCIAL

Bandera 166 — Oficina 4 — Teléfono 924

Y en todas las Farmacias de la República