

VIDA NUEVA

No bebo jamás bebidas
alcohólicas y siempre ten-
go empleado mi cerebro en
algo útil a la humanidad.
EDISON.

BOLETIN MENSUAL
DE LA LIGA NACIONAL CONTRA
EL ALCOHOLISMO

Quando usted beba a la
salud de otros, acuérdesse
que está arruinando la
suya.

L. N. A.

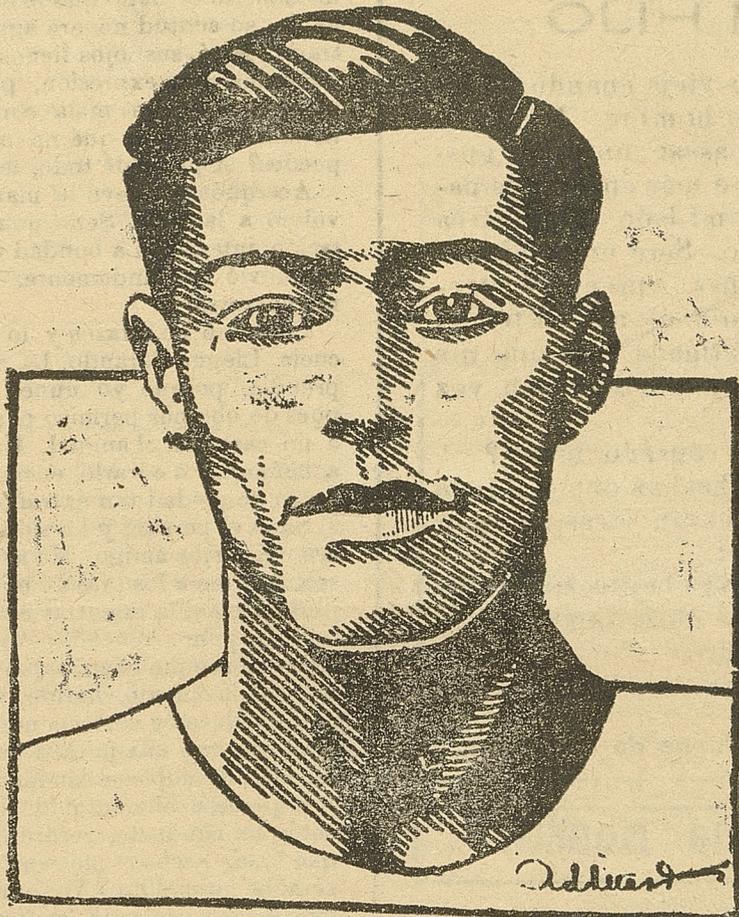
DELICIAS 1707 — CASILLA 3438 — TELEFONO 924

AÑO III

Santiago de Chile (S. A.), Abril y Mayo de 1927.

NÚM. 35 y 36

MANUEL PLAZA



Este campeón chileno, fué uno de los que tuvo más destacada actuación en el reciente Campeonato Sud-Americano de Atletismo.

Fué el ganador de todas las carreras de largas distancias que figuraron en el Programa del Campeonato.

El triunfo de Chile en este torneo, impone a los poderes públicos la obligación imperiosa de dotar al país de Estadios en todas las provincias, a fin de satisfacer el interés que cada día se depierta por los actos deportivos.

Los Hipódromos que en la actualidad existen, pueden servir de base de esta obra.

LA BUENA SALUD

Ni la buena ni la mala salud son el resultado de la casualidad.

Ambas son el resultado del método de vida.

Los padres son responsables del método de vida de sus hijos hasta cierta edad, en que el niño mismo debe asumir esa responsabilidad.

Pero hay ciertas cosas que el individuo, sin tomar en cuenta su edad, debe hacer por sí mismo si quiere llegar a gozar de una salud perfecta y los padres deberían enseñar estas cosas a sus hijos, obligándolos a practicarlas mientras están

chicos para que puedan ejecutarlas a conciencia cuando su inteligencia les enseñe que ellas son razonables.

El Ministro Herbert Hoover, de los Estados Unidos, hablando acerca de este punto escribió a los niños lo que sigue:

«Cuando yo era niño, jamás se les ocurría a nuestros padres o maestros que los chicos mismos son los que deben tomar el papel más importante en su desarrollo, para que lleguen a ser robustos y sanos. Además, en esos tiempos, el mundo no sabía por qué las enfermedades son contagiosas, ni la clase de alimentos que robustecen el cerebro, los pulmones, o los músculos.

Nuestras esforzadas madres luchaban contra las enfermedades, nos llenaban el estómago, y confiaban en que no tendríamos accidentes en el baño, en los juegos a la pelota o al treparnos a los árboles. Muchos niños parecían condenados a ser perpétuamente débiles, y se creía que la robustez y la salud se debía en los otros a una feliz casualidad y a las oraciones de nuestras madres.

Pero, desde entonces, la ciencia médica nos ha enseñado muchas cosas. Sabemos detener el contagio de una enfermedad infecciosa. Sabemos las reglas para mantenernos perfectamente sanos. Tenemos una infinidad de medios para prevenir accidentes...

Sabemos que para conseguir y poder mantenernos en una buena ocupación, lo mismo que para ser buen ciudadano, debemos tener buena salud. No ignoramos tampoco, que para obtener todo esto debemos jugar de vez en cuando. Por lo tanto, no hay que creer que el camino de la perfección en cuestiones de salud, excluye la alegría, el romance, o las aventuras».

Una clase que falta en las escuelas

La vida moderna va señalando la necesidad de ampliar la educación del pueblo.

Esto se nota con perfecta claridad en los programas escolares, donde está contenido el desarrollo completo de la educación en las diversas épocas.

El programa es la historia refundida de los esfuerzos hechos para dar al hombre un saber amplio, conocimientos variados y útiles y una enseñanza de día en día más práctica. Los leccionarios de hoy cuentan números nuevos y grandes reformas.

Si comparamos los programas actuales con los de un cuarto de siglo, sus ramos ya difieren mucho y algunos que parecían innecesarios, figuran hoy con brillo en la escuela.

Pero cabe observar que es lo práctico lo que ha venido haciendo el mejor camino en todas partes, y en los horarios modernos hay ramos que son una imposición de la vida nueva. Se les ha incluido en la enseñanza porque la escuela es una alta tribuna popular.

La verdad que enseñamos en los bancos escolares, es imperecedera y queda propagada y vulgarizada en el país entero.

A esa gran tribuna debemos llevar una lección que se echa de menos en Chile: **hace falta entre nosotros una clase de anti-alcoholismo.**

Este ramo enseñado a los niños, vendría a extirpar un mal que está muy generalizado. Vendría a herir de raíz una plaga que crece por encima de todas las fuerzas vivas de la nación.

Es tiempo ya que la escuela ataque ese flagelo denigrante. La obra pedagógica es fácil: solo consiste en que el maestro dedique un corto tiempo a inculcar buenas ideas al niño: la moralidad de la vida, las «verdades hechas» sobre abstinencia, la relación objetiva y frecuente, y los casos prácticos bien elegidos. Que se establezca una campaña intensa y general contra los horrores que causa el alcoholismo, ese brutal y feo vicio que nos azota desde Tacna a Magallanes.

La escuela debe enseñar la abstinencia como la acción mejor y la más alta idealidad del pueblo. Bajo este sentido noble, el anti-alcoholismo vendría a ser entre nosotros un tópico de moral pública y privada.

La moral se enseña con ejemplos. Un maestro que hable de moral práctica, suficientemente ilustrada, no pierde jamás el tiempo ni desorienta la finalidad educativa.

Una moral anti-alcohólica evita al hombre esa situación que lo arrastra violentamente contra el honor, la honradez, el respeto, la decencia y contra todas las virtudes que la moral consagra, eleva y enseña. De consiguiente: embriaguez, significa inmoralidad, y, por otra parte, la abstinencia es la moral misma.

Si este ramo enseña un bien efectivo y práctico y la obra docente tiene caracteres propios y mucha bondad para la vida obrera, demos la abstinencia en las escuelas como una moral social, o sea, como una educación elevada que conduce a la regeneración segura y próxima del pueblo.

En ningún modo esto es cambiar los términos de la moral, ni destruir su verdadero significado. Prácticamente solo sería elevar la enseñanza del anti-alcoholismo a la categoría y preeminencia de un ramo necesario e indispensable en nuestras escuelas.

Predicar la abstinencia para que el pueblo no siga en la embriaguez, hé aquí el ideal. Y es lo que se debe decir ordenada y metódicamente a los hombres de mañana para que la embriaguez tenga fin alguna vez, porque de lo contrario el pueblo seguirá alcoholizado y en esa mala vida sabemos que el hombre hace caso omiso de la educación y lo desorganiza y lo pisotea todo.

En verdad la enseñanza de una moral abstracta no nos trae beneficios tan evidentes como la lección anti-alcohólica. Pero si fundamos las ideas de moralidad infantil en ese deber práctico de la abstinencia, ya la tarea general toma mejores rumbos y los guía a todos a cumplir bien sus deberes de ciudadanos y de jefes de un hogar más tarde.

De este modo se puede decir sinceramente que «la lección de anti-alcoholismo» dada en la escuela chilena, sería la verdadera moral del pueblo. Y esta clase que es virtud y moral, lección nueva y necesaria, es también una exigencia moderna y elevada que muchos reclaman la higiene y la vida sana del pueblo.

Los programas escolares deben ampliarse. La enseñanza del anti-alcoholismo les dará una amplitud que representa un escalón seguro y provechoso en la obra escolar y progresista de la nación.

Por otra parte, el anti-alcoholismo es una necesidad peculiar del pueblo chileno.

no. En ese vasto campo debemos legislar solos. Conocemos mucho el terrible mal; batallas muy largas se han librado en su contra e inmenso es el material que hay para emprender la campaña de salvación. Y el arma mejor que se puede esgrimir en su contra es la escuela. Un programa sencillo y las «lecciones fáciles» al futuro ciudadano, son capaces por sí solas de dar óptimos resultados. Poner este ramo junto al lenguaje en la lista de clases, es suficiente: la tarea queda bien empezada.

El anti-alcoholismo en las escuelas trae por sí solo la sobriedad, el bienestar y la alegría del pueblo. Pero mientras tanto, es una lección que hace falta en todos los planteles chilenos, de un extremo a otro del país.

P. P. C.

MI HIJO

Yo seré ya vieja cuando mi hijo sea ya un hombre. Y cuando salgamos a pasear juntos, de gusto me pondré más encorvada para que así a mi lado, él parezca más gallardo. Seré una viejecita llena de mañas. Aprenderé a tropezar para que él me sostenga; me fingiré fatigada para que me dé el brazo y me diga con voz suave:

—¿Te has cansado, mamá?

Y las muchachas que con toda seguridad estarán locas de amor por él, dirán:

— Esa señora bajita, que vá de brazo de ese mozo tan arrogante, es su madre.

¡Y yo voy a tener un orgullo!.

Juana de Ibarbrou.

LA NIÑA MODELO

La maestra, dirigiéndose a Victoria, una de sus discípulas, exclamó:

—Acaban de decirme que antes eras insoportable: ¿cómo es que has logrado corregirte al grado de ser ahora modelo en la clase? ¿Quieres contarnos, hija mía? Puede ser útil ejemplo para muchas de tus compañeras.

Victoria con las mejillas encendidas y la voz temblorosa, contestó:

—Sí, señorita; yo era una muchacha mala, muy mala, egoísta; todo lo quería para mí. Era también envidiosa; me dolía que los demás tuvieran algo; me irritaba suponer a otros felices. Era mentirosa, urdía los mayores embustes, muchas veces en perjuicio de mis compañeras. ¡A cuántas castigaron injustamente por mí! Mi madre decía tristemente: ¡Esta niña es incorregible! Mis maestras se desesperaban.

Había llegado a familiarizarme con los castigos y ya no me importaban.

Cursaba tercer año. Un día lluvioso y frío llegaba a la puerta de la escuela en los momentos en que un carro atropellaba a un perro.

Era un animalito pequeño, sucio, feo. Ví como lo arrollaron las ruedas lanzándolo a distancia. Allí quedó un momento en un charco de lodo y sangre, dando

gritos agudísimos. Yo me divertía grandemente mirando como el perro se debatía levantando su patita herida.

Una mujer que pasaba lo empujó a la banqueta para evitar que otro vehículo lo atropellara de nuevo. Miré colérica a la mujer. ¿Era que trataba de quitarme una diversión?

Me acerqué al animal, de un puntapié lo arrojé de nuevo en medio de la calle. Aulló dolorosamente. En el movimiento dejó caer un pañuelo cerca de él. Fui a recogerlo. Al acercar mi mano, el animal alargó su cuello y lamió humildemente mis dedos. Quedé confusa. Siempre a una mala acción mía correspondía un castigo. Hasta entonces todo mal que hacía lo pagaba enseguida. ¿Cómo era que el perro en vez de mordirme para vengarse, me lamía la mano?

Yo sabía que él había comprendido perfectamente el daño que le hice, y, sin embargo, su actitud no era agresiva, al contrario. Miré sus ojos llenos de lágrimas: tenía una rara expresión, parecían decirme: ¿Por qué eres mala conmigo, si nada te he hecho? ¿Por qué no me socorres si puedes? A pesar de todo, te perdono!

Acerqué de nuevo la mano, y el perro volvió a lamerla. Sentí una extraña agitación interior. La bondad del animal me conmovió profundamente. ¡Era noble y no perversa!

Lo tomé en brazos y lo llevé a la Escuela. Llegué llorando. La maestra se sorprendió, porque yo nunca lloraba. Después de obtener permiso para salir, me fui a mi casa con el animal. Mamá me ayudó a bañarlo y a curarlo, encantada de aquel rasgo de piedad tan extraño en mí.

Sanó el perrito, y ha sido, desde entonces, mi mejor amigo. Me acompaña al paseo, duerme a los pies de mi cama, se echa junto a mi silla mientras estoy comiendo.

Y lo quiero mucho, porque él, inconscientemente me enseñó que podía ser buena. El, lastimado, herido, se sobreponía a los dolores y correspondía a mi injusto maltrato con una mirada de ternura y un ademán de nobleza, lamiéndome la mano.

Aquella noche no pude dormir. Medité sobre mi conducta, recordé todo lo malo que había hecho y me sentí inferior al miserable animalillo. Yo, un ser humano que estaba obligado, por su inteligencia, a ser mejor; yo, una niña que debía tener el alma llena de ternura y el corazón dispuesto a la bondad.

Y fué entonces cuando me prometí a mí misma a ser buena y comencé desde aquel día la tarea de mi regeneración con decidido empeño.

Dios quiso darme una lección que quise aprovechar. Ahora procuro siempre obrar bien.

—Me ha conmovido tu relato, exclamó la maestra; cuánto deseo que todas las niñas mal inclinadas encuentren un día un ejemplo como el que hallaste tú. En todo lo que nos rodea hay bondad y amor. Todo aspira al bien. ¿Por qué nosotros los humanos, no hemos de hacer que esa bondad y ese amor se derramen a nuestro paso, ya que tenemos el dón de la perfecta inteligencia? Toda buena acción lleva en sí misma una recompensa, satisfacción íntima, goce exquisito que nada nos puede arrebatarse. La maldad lleva su castigo; un continuo malestar, una desesperante inquietud. ¿Eras feliz antes?

—Nó, señorita; al contrario, jamás estaba contenta. En cambio, ahora tengo momentos de alegría y felicidad.

MARÍA LEISA ROSS.

LOS MALES DEL ALCOHOLISMO

Efectos sociales del Alcoholismo.

El Alcoholismo no solo es pernicioso para el individuo, ejerce su nefasta influencia en toda la colectividad social. Es un factor importante de criminalidad: el 70% a 80% de los crímenes y delitos le son imputables. Por su preponderancia en la clase obrera y por la atenuación de la capacidad de trabajo que origina disminuye el rendimiento económico y debilita la riqueza pública.

Por la miseria que entrafía, por la demoralización del hogar, por el ocio, y los atentados, por las desviaciones intelectuales y los actos criminales que provoca, por sus consecuencias hereditarias que pesan sobre la raza, aminorando su valor físico, intelectual y moral, por su influencia perniciosa sobre la evolución de las enfermedades, el alcoholismo es uno de los males sociales más temibles de nuestra época tanto más temible cuanto desarrolla su acción perniciosa protegido por intereses poderosos que conspiran para disminuir sus efectos.

¿Cómo due me su niño?

Los chicos necesitan todo el sueño de que puedan gozar porque cuando están despiertos desarrollan actividad, tanto física como mental, y se cansan fácilmente. Si el niño no ha dormido lo suficiente, deja de ganar en peso, no se desarrolla normalmente o tiene menos resistencia para las enfermedades e infecciones. En todos los períodos de su desarrollo el niño chico necesita más sueño que el adulto; su cerebro y su sistema nervioso muy delicados, requieren mucho descanso. Un niño que no duerme lo suficiente o que no duerme tranquilo, se fatiga, lo cual no es lo mismo que el cansancio normal. La fatiga se demuestra por una pérdida de peso, irritabilidad y excitabilidad.

A medida que los chicos crecen, no quieren perder el tiempo durmiendo, y no saben cuándo detenerse en sus juegos; pero hay un mínimo de sueño para los niños sanos, de 12 horas para los de dos a cuatro años de edad, y de 11 horas los de cuatro a seis.

El niño debería dormir en su propia cama y en su pieza, si esto fuera posible, con las ventanas abiertas, por lo menos 12 horas y además una siesta de 1 a 2 horas en las tardes. Se puede acostumar a los niños a dormirse tan pronto como se acuesten y a no despertar por los ruidos ordinarios de la casa, o por la luz de la pieza. La falta de sueño no es resultado del temperamento o de la herencia; pero son causas de insomnio, la indigestión y la constipación. Si el niño sufre el insomnio persistente, debería consultarse a un médico.

No es necesario, sino perjudicial, mecer al niño para que se duerma. Al contar o al leer cuentos es necesario tener presente que los niños tienen imaginaciones vivas y activas y se asustan fácilmente. Por este motivo es también conveniente evitar los juegos excitantes a la hora de acostarse.

Al acostarlos hay que dejarlos cómodos, con la ropa suficiente y buena ventilación; en lo posible debería prote-

Herencia alcohólica

La influencia del alcoholismo sobre la descendencia es considerable, por ella extiende esta intoxicación, sus efectos sobre la raza.

El alcoholismo disminuye la capacidad de procrear, pero los hijos de los alcohólicos son, a menudo, los más degenerados, presentan las caras orgánicas y psíquicas más variadas, debilita deformaciones, idiocia, epilepsia, moralidad. La dipsomanía (tendencia irresistible al abuso de la bebida) se trasmite igualmente por herencia, y el hijo de alcohólico nace como impregnado de la necesidad psíquica de beber que saciará fácilmente por el contagio del ejemplo y por la impunidad de la comunidad: de este modo se origina las familias de alcohólicos.

La criminalidad frecuente en los alcohólicos lo es mucho más en su descendencia.

«De «Patología Médica de los Drs. Bernard y Paraj».—Traducción de Francisco Riveros.

gerse la cama de las moscas y mosquitos.

El ideal sería hacer dormir a los niños al aire libre en algún corredor cerrado con tela metálica.

Lo que dijo el alcohol

Es media noche. Sobre el desorden de la mesa de la canchana hay cristales rotos y las bebidas mezclándose se derraman, formando una gran mancha oscura. El alcohol que se desprende de ellas, se siente el héroe de la noche, y para asombrar cristales, botellas y barriles, cuenta sus tristemente cerebros hazañas.

«Oid, dice, soy yo: Alcohol, alias Veneno. Oid mi confesión espantosamente triunfal, amasada de lágrimas, demencia, locura, crímenes y desesperaciones horribles. Con rara astucia alargo mis repugnantes brazos de pulpo insaciable, para apoderarme de mis vicinias y marcarias con la infamia de mi esclavitud. Si a veces las acecho desde niño, es para hacer mayores sus desgracias: es para hacer siempre un obstáculo en su vida. Traco de acostumbrarlas a no poder pasar sin mí y me disfrazo con diferentes sabores. Lejos de calmar la sed no la sazo jamás.

Inmediatamente que me dejan entrar, lleno de sombras el cerebro, nundo mis garras y me afano en destruir la memoria y el pensamiento, llenando todo de confusión. Soy el causante de la falta de aplicación en la escuela, pues hago a los seres torpes, groseros e insolentes; soy la ruina en los estudios y el fracaso en los exámenes.

Después de perturbar el cerebro, debilito y deforme los músculos, dilato el estómago y el hígado e irritó los intestinos. También perjudico la circulación, haciendo que las arterias se endurezcan y obliguen al corazón a trabajar más, pues, sus latidos son rudos, veloces y hasta dolorosos. Después de algún tiempo adelgazo las paredes del corazón y hago acumularse la sangre en él y en las arterias, y así, fácilmente, bajo el influjo de la presión de la sangre, se rompen ocasionando

muchas veces una muerte fulminante. Y esto no es todo. Yo daño los órganos respiratorios; inflamo los bronquios y entorpezo la renovación del aire en los pulmones, y de este modo, preparo el organismo para contraer la pulmonía y la tisis. El rostro pálido, la nariz roja y la respiración difícil son manifestaciones que cuentan el daño que yo he hecho. Yo soy la decadencia física y pongo toda mi ferocidad en ser también la decadencia moral.

Primero soy el fracaso en los estudios escolares y el destructor de las mejores aspiraciones, y después hago recibir el desprecio de la sociedad, tesugo de la incapacidad y torpeza. Y esos que se creen hombres y hasta valientes, son solo mis esclavos viles, a quienes domino y humillo. Los expongo a accidentes callejeros; los hago caminar tambaleándose grotescamente o los dejo en el camino, tendidos de bruces sobre su propia miseria.

Yo convierto a los hombres en fieras, capaces de destrozarlo todo; los aparto del camino del bien y del deber; les arranco el amor al trabajo y a la familia; los hago pelear con sus compañeros y usar maneras y lenguaje repugnantes; en fin, los convierto en vagabundos y en seres inútiles.

Yo soy la maldición y el exterminio. Siempre tengo listas mis zarpas: despiro los hogares, anticipo la vejez, destrozo la salud, pues agravo todas las enfermedades; robo la luz de la razón, armo la mano para el crimen, disuelvo las fortunas y arranco la paz de los hogares.

Bajo mi imperio se rompen las vallas del pudor y la modestia, y cae aniquilada la virtud, pues no respeto sexo, ni edad, ni títulos, ni profesiones. Yo, el alcohol, establezco la absoluta igualdad de la degradación.

Y a cambio de lo mucho que me dan, yo ofrezco los gritos y la cárcel, un sombrío manicomio, o empujo hacia el cementerio.

Niños, después de escuchar esta insultante confesión del alcohol, yo se que todos estais pensando que es preciso ponerse en guardia contra este feroz enemigo, para poder ser un hijo modelo, un excelente alumno y un buen ciudadano. Se, también, que todos habéis deseado muchas veces, en un arranque de patriotismo, engrandecer nuestra hermosa patria, con una hazaña sublime y extraordinaria, que la haga ser la primera entre todas. Pues, bien, la ocasión ha llegado. Cumplid vuestro anhelo y levantando vuestra mano derecha, jurad, queriendo niños, que jamás, seréis esclavos del alcohol. Respetad este juramento y daréis gloria a la patria y figuraréis entre los bienhechores de la humanidad.

Y como se que todos sois patriotas, terminaré diciendoo:

«En Chile no hay esclavos; el esclavo del alcohol no merece ser chileno».

Sara González Bravo.

Profesora de la Escuela Superior de Niñas N.º 48.

VIÑA DEL MAR.

«Vida Nueva»

Boletín Mensual Órgano Oficial de la Liga Nacional contra el Alcoholismo.

Director: Carlos Alberto Martínez

Colaboraciones y correspondencia diríjelas a la Casilla 3438, Santiago (Chile)

Sede de la Liga: Delicias 1707

La conciencia educacional del maestro

Una tupida malla de inter dependencia envuelve a nuestro Chile en humana comunión con los demás países del orbe. En esta hora de angustia y renacimiento moral, social y económico, el maestro debería ser el guía vidente y apostólico de las actuales y nuevas generaciones.

Precisa que cada maestro comprenda claramente el rol que le cabe desempeñar en este momento histórico y en esta obra de significación eterna y sepa elevarse sobre todas las miserias y olvidar todas las amarguras para ofrecer su corazón, su inteligencia y su actividad en el altar doblemente sagrado de la Patria y de la Humanidad.

El maestro deberá tener, ante todo un corazón generoso que palpita con entusiasmo al emprender cada día su obra educadora. Ha de tener clara conciencia de una bien sentada doctrina social, inspirada en los más altos intereses de la comunidad, que le sirve de base para edificar sobre ella su acción de bien público, dentro y fuera de la escuela y en todo momento y circunstancia, sin despreciar así no más las teorías erradas o extremas nacidas en otros medios con distintas necesidades y distinto pasado, sino obrando activa y prudentemente contra ellas.

Los maestros deben ser los glóbulos blancos de nuestro organismo social que lo defiendan efectiva y constantemente de sus enemigos internos y a la vez los glóbulos rojos que procuren al pueblo toda esa actividad, salud y energía como también todas esas virtudes que han menester las naciones que quieren ser libres, vigorosas, justicieras, nobles y felices.

La formación de generaciones sanas, fuertes y virtuosas que aseguren a la patria una victoria leal en las grandes luchas por la independencia económica, política y social que nos esperan en

días muy próximos, sólo pueden realizarlas maestros que tengan real y nítido concepto de su misión que comprendan claramente el porvenir de Chile como nación libre y soberana; que estén animados del más extenso y vibrante nacionalismo, de ese nacionalismo inspirado en el cariño y justa apreciación de lo que nos es propio en el respecto y aprovechamiento del estupendo patrimonio que nuestros antepasados nos legaron, legado de honradez y de trabajo, de sobriedad y de riqueza, de orden y de paz, de virtudes y de glorias.

El normalista debe ser un educador fecundo en amplias idealidades que llenen el corazón y lo desborden en bellas y patrióticas iniciativas, entregado por entero a su tarea que es verdaderamente fundamental; ha de ser un maestro que haga de su profesión un sacerdocio, que viva la vida presente, presienta el futuro para que dirija mejor sus enseñanzas por la línea recta de la conveniencia nacional; y americana que comprenda nítidamente la enorme importancia de su colaboración activa, sana e inteligente en la obra de engrandecimiento colectivo; que viva con y para el pueblo, no como encendedor de animosidades mezquinas y propagandista de ideas desordenadas de reivindicación y de revancha, sino como orientador consciente y esforzado del alma chilena por las sendas del respeto y la benevolencia, de la prudencia y la abnegación, del amor y del perdón; que posea un corazón siempre tierno y emotivo a fin de que pueda con ardor y espontaneidad, sentir los anhelos y vibraciones de la patria y transmitirlos purificados y enaltecidos a la conciencia de la juventud y de la niñez, confiadas a su celo de educador escrupuloso y leal.

Guillermo Martínez P.

Refiriéndose a la **inofensiva** cerveza, he aquí lo que ellos confiesan con la mayor ingenuidad del mundo: "No puede la cerveza cargar con semejantes vituperios; porque si un hombre bebiendo mucho llega a perder el control de los sentidos, será para sumirse en el mayor de los sopores y despertar al día siguiente con el dolor de cabeza que es el terror de los bebedores."

Nosotros preguntamos ¿dónde queda entonces lo inofensivo de la cerveza, si hace perder los sentidos, si embrutece, si aniquila, tanto o más que el vino, el aguardiente y demás licores espirituosos?

Decir que bebiendo cerveza no hay transiciones entre la primera, segunda, tercera y siguientes botellas, como pasa con el vino y demás licores es una candidez demasiado estudiada e interesada.

El que comete un crimen bajo la influencia del alcohol, no lo comete naturalmente cuando ya ha llegado a sumirse en el sopor de la cantidad ingerida, sino que lo ejecuta, en ese período de transición mitad bestia mitad hombre que tiene todo bebedor, sea de cerveza, de vino o de aguardiente.

Y con todo. Demos por reales todos los argumentos que en favor de la cerveza aducen los fabricantes.

Sabemos ya de antemano, que es una bebida alcohólica.

Resuelto el problema del alcoholismo en la forma que lo pide el interés de la clase trabajadora y lo exige el interés del país y de la raza, y sin tocar a la **inofensiva** cerveza ¿no sería este licor el que haría entonces toda la fuerza manteniendo el vicio combatido?

Y allá precisamente van dirigidos los esfuerzos de los fabricantes de cerveza.

Sería el monopolio del vicio, muy simpático para los intereses de los accionistas de las Compañías Cerveceras, pero burlesco y criminal para el objeto final que la campaña anti-alcohólica persigue.

C. A. M.

El alcohol ataca los riñones

Los riñones son órganos de purificación, y la circulación en ellos es muy activa: la mayor parte de los cuerpos superfluos o nocivos deben ser eliminados por su vía. Su textura es muy delicada y se altera fácilmente bajo la influencia de muchas causas. Una de ellas es el alcohol, que determina, como en el hígado, una hipertrofia o una atrofia, formas anatómicas distintas, pero que pueden combinarse en un mismo individuo. La alteración de los riñones tiene dos consecuencias principales: 1.º la abuminuria o paso de la albúmina de la sangre a la orina, pérdida grave para el organismo; 2.º la uremia o autointoxicación por la acumulación de la sangre de las sustancias que los riñones debían eliminar (urea principalmente) como consecuencia, supresión de la orina, crisis de convulsiones, pérdida del conocimiento, sensación de sofocación, dolores de cabeza, vómitos repetidos, etc.

La circulación es también a menudo obstaculizada por las enfermedades renales: puede entonces aparecer lo hidropesía o derramamiento de líquido en las cavidades serosas y el tejido celular subcutáneo. La simple inflamación y congestión de los riñones por el alcohol es causa de desórdenes, tales como la supresión de la orina. El alcohol produce también otros trastornos graves que restan al individuo inteligencia y fuerza para desarrollar su vida con provecho.

¡La inofensiva cerveza!

Con pertinaz majadería, los fabricantes de cerveza continúan en su afán de asegurar que esta bebida no puede ser considerada como embriagante, para los efectos de la necesaria consideración en que debe ser tomada por la campaña anti-alcohólica que se ajita en todo el país.

Aseguran los fabricantes, que la cerveza no causa la degeneración de la raza ni mucho menos la miseria de los hogares obreros, "según se dice", agregan, de otros licores. Bien.

Que la cerveza es bebida embriagante creemos que no hay necesidad de demostrarlo. Esto lo sabe todo el mundo y más que nadie, los propios fabricantes que saben y confiesan que lleva 5 grados de alcohol en su fabricación.

Y en el supuesto de que se insista en afirmar que la cerveza no puede considerarse bebida embriagante, nada será más fácil que hacer un experimento con sus propios defensores y fabricantes que; eso sí que sería experimentar en **cabeza propia**.

A renglón seguido, y como enmienda a sus anteriores declaraciones: los cerveceros confiesan injenuamente que para embriagarse, se requería un consumo excesivo, exajerado, de muchas botellas, lo que fatal y lógicamente; es claro, re-

presentaría casi la totalidad de un sueldo o salario obrero en la persecución de una cura.

Si la cerveza, bebiendo mucho, puede embriagar y por lo tanto merecer se le considere entre las bebidas alcohólicas, dicen los fabricantes: entonces debería prohibirse el agua, la salutarifera, económica y fresca agua potable porque también, bebida en exceso, produce enfermedades de dolorosos tratamientos.

Ante este argumento, que mejor será llamar infantil, y que no deja sino traslucir la pobreza de los que se han acumulado para conseguir un monopolio de las cervecerías para explotar ellas solas el vicio de la embriaguez en el país; ante este argumento repetimos, salta a la vista el interés de los cerveceros en que la campaña anti-alcohólica, se deje de mano y aún se proteja la producción, de la cerveza, "porque no embriaga, porque no causa miseria y degeneración en la raza".

Pero es lo curioso, que en su defensa tan interesada, los cerveceros "se pisan la huasca" que es un gusto, con cientos de contradicciones y renunciadas.

No todos los licores, dicen, producen iguales trastornos en el cerebro del hombre. Los hay, continúan, que los convierten en fieras, que lo excitan, y que pueden hacer un asesino de un hombre de bien. Esto, naturalmente, refiriéndose al vino y demás licores espirituosos.

Antes y después

Te ví entrar en la taberna. Tu cuerpo mozo lucía el brillante color plomo de tu traje dominguero. Y tus pupilas azules danzaban con alegría a la sombra interesante del ala de tu sombrero.

Bebiste copa tras copa. de pie, junto al mostrador. Y se turbó tu cabeza. Y te manchaste la ropa, y te echaron a la calle por pelma y provocador.

Con el flexible a la nuca, y el rostro congestionado, y la corbata en desorden, vaciló al sol tu persona. Y las gentes que pasaban se apartaban de tu lado, riendo:—¡Vaya una mona!

Trazando un abecedario caminabas por la acera, No sé qué cosas gruñía... Babeabas... Y recuerdo que me dió pena mirarte, y exclamé de esta manera: —¡Al entrar eras un hombre, y al salir eres un cerdo!

Miguel R. SEISDEDOS

PUERICULTURA

La falta de apetito de los niños

Por lo general, la causa de la falta de apetito en los niños es la mala enseñanza de los padres. Se les permite comer entre horas bombones, galletitas, caramelos, etc., y naturalmente, cuando llega el momento del almuerzo o cena el pequeño se rehusa a comer, y la madre sin darle—importancia a las golosinas comidas por el niño—se preocupa y lamenta creyendo que debe estar enfermo y necesitará visita de médico.

Otras veces la dificultad es psicológica. A las criaturas como a la mayoría de los adultos—les gusta ser tomados en cuenta. El niño se encuentra que una de las formas más fáciles para atraer la atención de los demás es el de no comer. Lo es muy agradable al pequeño sentir que toda la familia está pendiente de él y que tratan en toda forma de tentarlo a comer, mientras él se rehusa a hacerlo.

En estos casos no hay nada mejor que servirle la comida al niño, y si se rehusa a tomarla, so pretexto de que no siente deseos, retirar el plato tranquilamente. "Si no tienes apetito es preferible no comer", o algo por el estilo. Muy pronto se dejará de estos mismos y comerá de todo si se insiste en dejarlo sin alimento hasta la siguiente comida.

También hay niño que empiezan la comida con entusiasmo, pero después de unos bocados no desea comer más, porque se han acostumbrado a oír decir a sus mayores que son "de poco comer", y se creen obligados a someter esta reputación. Hay que sugerirle al niño que come muy bien, que tiene bastante apetito y de esta manera será posible, mediante la conversación sensata, convencerlo de su fama de "comer bien" y animarlo a que la mantenga.

Una regla que puede seguirse es la de no forzar a rogar a un pequeño a que coma. Especialmente se hará esto cuando una criatura de buen comer dice con toda naturalidad: "Mamita, no quiero

más", en cuyo caso no se insistirá ni una sola vez a que se alimente, pero se le observará cuidadosamente, sin que él se dé cuenta. Si lo ha hecho por el deseo de llamar la atención de los demás, bien pronto el apetito lo hará volver a comer, y si ha sido por una causa física, es aún más importante no forzarle a alimentarse.

Las criaturas bien criadas y sanas rara vez pierden el apetito sin que haya justa razón. Una de las generales es la indigestión, que a menudo obedece a alguna falla en la nutrición. No hay cura mejor en estos casos que dejar al niño sin comer durante uno o dos días, mas que cosas sumamente livianas, y ni aún eso si no lo desea.

El descanso que se le da al estómago lo curará por completo. Otras veces esta falta de apetito puede ser precursora de una enfermedad, en cuyo caso sería sumamente grave la insistencia en la alimentación. Es natural que algunas veces puede sentirse inapetente, como por ejemplo, si está convaleciente de una enfermedad. En este caso si se puede probar de hacerle comer con engaños.

Hospitales para la clase media

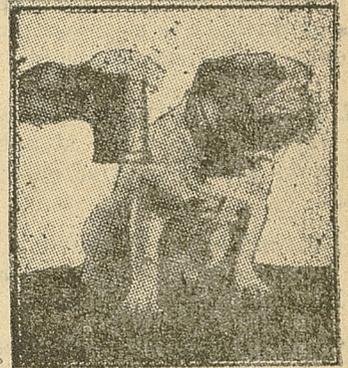
Si un grupo de mineros fuera cogido por un derrumbe, dijo un célebre médico de Nueva York en un discurso reciente y muy comentado, se gastarían millones de dólares para salvar la vida y devolver la salud a los damnificados. Pero en la ciudad de Nueva York existen actualmente miles de personas que evidentemente necesitan asistencia médica y nadie se preocupa de ayudarlos. Estas personas componen la clase media, o sea aquellas personas que tienen entradas modestas que no le permiten ingresar a los costosos pensionados, pero que se resisten a recibir su tratamiento por caridad.

Esta situación existe a pesar de que el Departamento de Salubridad gasta más de diez millones dólares cada año en atender gratuitamente a los enfermos indi-

gentes; de que los hospitales gastan varios millones más; y de que es imposible calcular el monto de lo que invierten aquellos que costean su propio tratamiento.

En algunos hospitales es prohibido recibir ni la más mínima cantidad por el tratamiento de los enfermos. En otros, los pacientes que pueden pagar, abonan una pequeña cantidad y reciben exactamente el mismo cuidado que los que no pueden hacerlo.

Se estudia, sin embargo, la manera de encontrar un sistema por el cual las personas con entradas modestas pudieran recibir un tratamiento eficiente que no fuera gratuito. El punto difícil de resolver es ¿quién vendría a pagar la diferencia entre el costo verdadero del tratamiento y lo que el paciente podrá pagar? La solución se ha encontrado en Boston, donde actualmente se construye un Hospital con donaciones, y en el cual podrán pagar los pacientes en relación con sus entradas. ¿Quién o quiénes se preocuparán en Chile de solucionar este mismo problema?



Comprende que le haría daño, y no bebe.

Chistecitos

TAMBIEN ESTABA SU PARAGUA.—Un viajero recuerda, estando ya en la estación, que se ha olvidado en el hotel su paraguas.

El dueño del establecimiento le dice que el cuarto acaba de ser ocupado por dos recién casados. El viajero sube precipitadamente la escalera y llama a la puerta.

De pronto, oye la voz del esposo, que dice a su mujer:

—Aquí dentro está toda mi vida, mi amor, mi alegría...

El viajero gritando:

—Dispense usted, caballero, también debe estar ahí mi paraguas.

COSAS DE GRINGO.—Un inglés está en una esquina esperando el tranvía y fumando su cachimba. Uno le pregunta:

—¿Qué espera, míster?

—Mi esperar el tranway.

—Pero si por esta calle no pasan los tranvías.

—No importa; mi no tener prisa.

OPERACIÓN.—¿Cómo sigue usted después de la operación? pregunta el doctor.

Enfermo.—Muy bien, doctor, pero me molesta la respiración.

—Bien, bien, ya cortaremos eso...

El Concurso de Bebidas, Jarabes y Dulces a base de frutas chilenas

se efectuará el 15 de Mayo en Santiago

Al acordar el Directorio de la Liga Nacional contra el Alcoholismo, realizar un Concurso de Bebidas, Jarabes y Dulces a base de frutas chilenas; no se imaginó el interés que esta obra iba a despertar.

A medida que ha ido avanzando el tiempo, numerosos industriales y particulares se han presentado solicitando su inscripción en este Concurso, al cual se presentarán con una diversidad de productos.

Cerradas las inscripciones el 30 de Abril, se han iniciado los preparativos para el torneo, que se efectuará en el local de la Liga, Delicias esquina de Riquelme el 15 de Mayo.

El jurado que actuará en este Concurso está formado por el señor Sub-secretario del Ministerio de Agricultura, por el señor Vicente Valdivia Urbina, técnico designado por este mismo Ministerio, por el Presidente de la Liga Nacional contra el Alcoholismo don Luis A. Castillo y por un miembro designado por los exponentes.

Los productos que se presenten estarán sujetos a la siguiente clasificación:

PRIMER GRUPO.—Extractos de Jugos o Jugos concentrados al natural, sin adición de azúcar u otras sustancias extrañas.

- a) Provenientes de las uvas.
- b) Provenientes de otras frutas.
- c) Provenientes de vegetales.

SEGUNDO GRUPO.—Jarabes de frutas vegetales, fabricadas a base de azúcar.

- a) Provenientes de las uvas.
- b) Provenientes de otras frutas.
- c) Provenientes de vegetales.

TERCER GRUPO.—Bebidas o Jugos de frutas para el consumo directo al estado natural.

- a) Provenientes de uvas.
- b) Provenientes de otras frutas.
- c) Provenientes de vegetales.

CUARTO GRUPO.—Materias primas, productos desecados o pulverizados de producción nacional.

- a) Provenientes de las frutas.
- b) Provenientes de vegetales.

De cada producto deberá presentarse a lo menos una docena de botellas o una cantidad en su envase común que no sea inferior a 5 litros, para los líquidos y de 3 kilos para los sólidos, debiendo ser acompañados de análisis, si lo hubiere, que acredite el carácter higiénico de la bebida, e indicaciones del precio comercial de los productos por mayor y menor y todos los demás comprobantes que el jurado exija para acreditar que las materias primas son de producción nacional.

SE CONCEDEN LOS SIGUIENTES PREMIOS:

PRIMER GRUPO

Un primer premio de \$ 1,000 y Diploma.
Un segundo premio de \$ 250 y Diploma.

SEGUNDO GRUPO

Un primer premio de \$ 750 y Diploma.
Un segundo premio de \$ 250 y Diploma.

TERCER GRUPO

Un primer premio de \$ 500 y Diploma.
Un segundo premio, objeto de arte y Diploma.

CUARTO GRUPO

Un primer premio, Diploma.
Un segundo premio, Diploma.

PREMIOS ESPECIALES

Se concederá también un Premio Especial consistente en un objeto de arte al producto de menor precio de venta de entre los cuatro que hayan obtenido primeros premios y un Premio Especial de Grupo.

¿QUÉ ES LA VIDA?

¿Qué es la vida? preguntas. Un misterio que nunca nadie ha logrado descifrar, no importa cuánto tiempo ha escudriñado en la tierra y al aire y en el mar.

La vida está en el aire que respiras; en los pétalos leves de la flor; en las ondas salobres del Océano; en el vuelo gentil del ruiseñor.

La vida está en el agua cristalina que esparce por doquiera su frescor; la vida está en el árbol que su sombra te ofrece en el verano, protector.

Fulge en el sol y vibra en el espacio, se agita en lo más hondo de la mar; sacude las entrañas de la tierra... ¡La sientes en tí misma palpitar!

Más ¿qué es la vida? insistes. ¡Un misterio!

La vida es movimiento y es calor. Es perfume y es luz y es pensamiento... ¡Es el hábito eterno del creador!

AURA.

Diez cosas que deben recordarse

- 1.º El valor del tiempo.
- 2.º Que éxito viene con la perseverancia.
- 3.º Amar el trabajo.
- 4.º La dignidad y la sencillez.
- 5.º La fuerza del carácter.
- 6.º La energía y la bondad unidas.
- 7.º La influencia del ejemplo.
- 8.º La prudencia y la economía.
- 9.º Cultivar el talento.
10. La alegría y la originalidad.

CON MOTIVO de la AMPLIACION

De los Nuevos Almacenes de Nuestros Depósitos

Brindamos a usted la más ventajosa oportunidad para que adquiera un buen sombrero. Vendemos al de talle a los mismos precios del por mayor.

SOMBREROS de rico Fieltro, estilos de última novedad, lo venden a \$ 42, solo a \$ 30.00
SOMBREROS calañés, bonitas formas y colores a \$ 12.50

SOMBREROS estilo Principet, todos colores 13.50
SOMBREROS con Dorsés (bonitas formas) 14.50
SOMBREROS con ribete, paño inglés a... 18.80

Depósitos: Esmeralda 872 (A 20 metros de 21 de Mayo)

21 DE MAYO FRENTE A ROSAS

Fábricas Unidas Americanas de Sombreros

New York

M. C. R.

Santiago

LOS PREMIOS DEL CONCURSO INFANTIL DE TEMPERANCIA SE REPARTIRÁN EL 22 DE MAYO A LAS 10 DE LA MAÑANA EN EL TEATRO ESMERALDA

Con toda actividad se hacen los preparativos para el gran acto público que se efectuará el 22 de Mayo en el Teatro Esmeralda, para la repartición de los premios del Primer Concurso Infantil de Temperancia.

Invitados especialmente por el Directorio de la Liga Nacional contra el Alcoholismo, institución organizadora de este Concurso, que tanto éxito obtuvo entre el elemento estudiantil; asistirán varios de los autores de trabajos premiados, de diferentes provincias, a recibir personalmente sus premios.

Los Diplomas que se otorgarán a los concursantes son de una hermosa factura y servirán de adorno y estímulo en el hogar de cada niño premiado en este concurso.

La Secretaría de la Liga Nacional contra el Alcoholismo prepara las bases del II Concurso Infantil de Temperancia a realizarse en el curso del presente año.

Los premiados en el I Concurso son los siguientes:

TEMA PRIMERO

Los efectos del alcoholismo en los individuos y en la familia

PRIMER PREMIO.—Una libreta de la Caja de Ahorros, con \$ 50 y un diploma, señorita Marina Salinas F. (**Hoja de Parra**), de la Escuela N.º 19 de Colbún.

SEGUNDO PREMIO.—Una libreta de la Caja de Ahorros, con \$ 40 y un diploma, señor Italo Caiani Ayala (**Un Patriota**), Alumno de la Escuela Superior N.º 15 de Santiago.

TERCER PREMIO.—Una libreta de la Caja de Ahorros, con \$ 30 y un diploma, señor Juan Sandoval Oliva (**Roxamado**), Alumno de la Escuela Superior N.º 9 de Chillán.

PRIMERA MENCION HONROSA.—Señorita Berta Rivera Guzmán (**Tari**), Alumna del Liceo Fiscal de Concepción (II Año de Humanidades).

Efecto de la leche

SOBRE EL PESO Y LA ALTURA

Las investigaciones y experimentos recientemente efectuados con el fin de comprobar los verdaderos efectos de la leche en los niños y niñas que crecen, han dado cifras tan convincentes y que comprueban un valor tan superior al que hasta hoy se le había dado, que hasta los mismos médicos han quedado asombrados.

El doctor H. C. Mann acaba de informar al Consejo Británico de Investigaciones Médicas sobre los resultados obtenidos en uno de los más extensos experimentos que se hayan efectuado hasta la fecha. Duró cuatro años, e incluyó a más de 500 niños. Esta investigación ha demostrado que, añadiendo un litro de leche a la alimentación diaria que de suyo satisface el apetito de un niño que crece, se aumentaba en término medio anual de ganancia en peso de 3,85 libras a 6,98 libras, y se aumentaba el crecimiento de 5 cms. a 7 cms.

Los niños que sirvieron para el experimento, eran en su mayor parte mucha-

SEGUNDA MENCION HONROSA.—Señorita Olga Baltra C. (**Titiana**), Galvarino 6, Santiago.

TEMA SEGUNDO

Como debemos combatir el alcoholismo

PRIMER PREMIO.—Una libreta de la Caja de Ahorros, con \$ 50 y un diploma, señor Roberto Tapia Carvajal (**Un Cruzado**), Arturo Prat 1159, Santiago.

SEGUNDO PREMIO.—Una libreta de la Caja de Ahorros con \$ 40 y un diploma, señorita Matilde H. Alvarez (**Reina del Valle**), Quebradita.

TERCER PREMIO.—Una libreta de la Caja de Ahorros con \$ 30, señor Atilio Binda P. (**Fehuse Bidan**), Buenos Aires 466, Valparaíso.

PRIMERA MENCION HONROSA.—Señor Guillermo Estéban Romo (**Brexic de Brexiac**), Escuela Salvador Sanfuentes.

SEGUNDA MENCION HONROSA. Señor Germán Astorga (**Toqui Lautaro**), Carahue.

TEMA TERCERO

Como se llega a ser bebedor

PRIMER PREMIO.—Una libreta de la Caja de Ahorros, con \$ 50 y diploma, señor Luis Pérez Morales (**Alfa**), Alumno de la Escuela Superior N.º 15, Santiago.

SEGUNDO PREMIO.—Una libreta de la Caja de Ahorros, con \$ 40 y diploma, (**Urilda**), Concepción.

TERCER PREMIO.—Una libreta de la Caja de Ahorros, con \$ 30 y diploma, (**Corona de Oro**), Escuela Superior N.º 5 de Parral.

PRIMERA MENCION HONROSA.—Señor Hernán Silva Gerlach (**Hernáni**), Cuevas 1448, Santiago.

SEGUNDA MENCION HONROSA.—Señorita Matilde H. Alvarez (**Reina del Valle**), Quebradita.

chitos huérfanos sin hogar; fueron debidamente examinados antes de incluirlos en la prueba para impedir que los que pudieran estar enfermos alteraran los resultados del experimento con las variaciones que las enfermedades pudiera causar; su habitación se fijó en los suburbios, pero cerca de la ciudad, en chalets sumamente higiénicos, de manera que las condiciones de vida eran excelentes. Se les permitían muy pocas ausencias, y éstas de poca duración, con el fin de que los chiquitines estuvieran constantemente bajo la observación médica.

Desde el principio se establecieron diferentes clasificaciones: el primer grupo recibía sólo la alimentación básica que se considera suficiente para satisfacer las necesidades del niño escolar. Muchos médicos que visitaron el establecimiento consideraron que esta pensión era igual, y aún tanto mejor, que la acostumbrada entre los niños de familias obreras, y el examen médico frecuente y periódico de estos niños demostró que estaban en buena salud.

Para averiguar qué clase de alimentos producirían el mayor aumento en altura y peso, otros grupos fueron alimentados

con cantidades extras de azúcar unos, y otros, con cantidades extras de mantequilla fresca con un alto porcentaje de Vitaminas, leche fresca de vaca, margarina con un déficit de vitaminas, y proteidos concentrados con un valor igual a la carne de la alimentación regular.

Los grupos que recibían cantidades mayores de leche y mantequilla ganaron más en peso y altura, y los niños que recibían un litro de leche diaria obtuvieron la mayor ganancia, casi siete libras y más de seis. 1½ cms. por año. Los visitantes casuales, con sólo verlos entre los demás niños, declaraban que eran los de mejor aspecto del establecimiento, y esto, ántes de saber a qué grupo pertenecían. Todo este grupo estuvo constantemente libre de enfermedades, asegura el doctor Mann, aún cuando ellas eran cosa común en los demás pabellones.

El descontento de sí mismo

El descontento de lo que otros hacen es, sin duda, fuente de progreso y de mejora. Los resignados, los que todo lo encuentran bien en el mundo en que viven no se moverán nunca para la reforma. Pero es más eficaz todavía el descontento de los hechos propios y en él debemos basar toda nuestra formación. Conviene que cada elogio suscite en nosotros una duda, cada acto de confianza en nuestras aptitudes, una pesadumbre de nueva responsabilidad que nos obligue a mayor esfuerzo, cada ascenso en nuestra cultura, una mirada hacia todo lo que nos resta por subir. Sólo así humillaremos la vanidad y pedantería, siempre prontas a sublevarse y a clavarnos en el camino.

Y no temamos que de ahí venga el desaliento. El espíritu sabe bien lo que puede y ese saber de su fuerza propia es un impulso continuo. El miedo no lo sienten más que los incapaces.

RAFAEL ALTAMIRA.

EL CERCO AZUL

Por Juana de Ibarbourú

Frente a mi casa hay un tupido cerco de enredaderas. Y todas las mañanas amanece azul, como si un trozo de cielo, durante la noche, se hubiera desmenuzado sobre él. Muy temprano, apenas me levanto, corro a abrir la ventana de mi cuarto para mirar el hermoso cerco azul. Debe ocultar muchos nidos porque son muchos los gorriones que entran, salen, y se agitan chillando entre el verde laberinto de sus tallos. A veces los chicos del barrio arrancan puñados de sus bellas flores y se las ponen en las gorras mugrientas. Es como si llevaran penachos de cielo sobre la sucia cabeza. Pero las tiran en seguida. Ayer ví que el lechero, al pasar, pegó al cerco con el látigo y la vereda quedó cubierta de campanillas multiladas. Y sentí una indignación profunda ante ese inconsciente y torpe acto de maldad. Creo que, mirando ese cerco, ya tengo un diario motivo de alegría para todo el Verano. No sé por qué, me serena verlo tan lleno de viva y sana belleza. Y creo que me dá una constante lección de optimismo floreciendo sin tasa, cubriéndose de mañana a mañana con sus campanillas azules, apesar de la avidez inconscientes de los muchachos del barrio y de la crueldad del lechero que al pasar, le pega con el látigo.

J. Y.

En Estados Unidos

¿COMO SE EXPLICA?
Los depósitos bancarios han aumentado en más de dos billones.

En 1926, los depósitos de 28 mil bancos de Estados Unidos reunieron un total de 48 billones 800 millones.

El «Diario Oficial» del Estado de Ohio ha publicado una información que demuestra que el año 1926 ha sido el más próspero de la vida nacional. 28 mil Bancos de la nación han reunido un total de 48 billones, 800 millones de dólares, demostrando un aumento de 2 billones, 300 millones sobre los depósitos del año anterior.

Los hombres de negocios, comerciantes y vendedores de toda especie, aseguran que los negocios prosperan y que quien no tiene dinero es por que no quiere o no sabe.

Las tiendas de muebles y de trapos han aumentado; se vende mucho a crédito, pero mucho más al contado entre gente que antes andaba andrajosa y macilenta. Ahora parece que cada familia obrera se esfuerza por tener un hogar propio y arreglarlo cómodamente.

Los niños que van a la escuela se ven hoy bien vestidos y mejor alimentados.

Reformatorios y orfanatos, asilos y hospitales han debido cerrar sus puertas porque en su barrio no hay necesitados ni criminales a quienes atender. En el local de más de un asilo hoy se vé un biógrafo o una Escuela.

¿A qué se debe esta prosperidad?

Pregúnteselo a los dirigentes de las federaciones obreras y uniones gremiales, si quisieran ver restablecida la libertad de fabricación y venta de licores alcohólicos y la respuesta será negativa.

¿Por qué será?

Díganlo los enemigos de la prohibición.

L. J.

La Pulmonía Aguda Fulminante

La neumonía o pulmonía es una inflamación aguda de los pulmones, causada por un microbio. Este microbio está en la garganta y nariz de muchas personas sanas, y siempre es peligroso.

Cuando la persona que tiene este microbio está sana, solo contagiará a otra persona con romadizo o bronquitis; pero si está enferma a la persona que contagie, seguramente, le dará pulmonía.

Los gérmenes de la pulmonía viven durante mucho tiempo en la oscuridad, en los muebles, alfombras y ropas, etc., y si consiguen llegar hasta la boca o nariz de las personas, las contagian.

De cinco personas que les dá la pulmonía, muere una, y cada año mueren tantas de pulmonía como de tuberculosis.

Si al sentir los primeros síntomas de la enfermedad se cuida con esmero, en muchos casos se puede salvar la vida.

El enfermo se debe ir a la cama inmediatamente y no levantarse hasta estar completamente sano, ni para ir al baño, ni para sus necesidades. La pulmonía hace grandes estragos en el corazón y pulmones, por eso el menor esfuerzo puede causar la muerte.

La pulmonía principia de un modo brusco, con escalofrío intenso que dura 15 a veinte minutos o más. Algunas horas después «puntada» o dolor de costado, muchas veces sumamente intenso; empieza una tos corta, seca, dolorosa, la respiración se hace frecuente (diarrea).

Al segundo o tercer día, el cuadro de esta enfermedad tan aguda, tan rápida y tan mortífera, es completo. El enfermo se tiende sobre el lado sano, la cara inyectada, especialmente en una o ambas mejillas la respiración es precipitada, acompañada de un corto gemido expiratorio; las alas de la nariz se dilatan en cada respiración; generalmente herpe en los labios o en la nariz; ojos brillantes; el desgarró está te-

nido de sangre y es sumamente pegajoso; la temperatura sube hasta 40 1/2°. El pulso es lleno y tenso.

Después de 7 a 10 días de enfermedad, termina de repente, por crisis, con descenso brusco de la temperatura; el enfermo pasa del estado de intranquilidad extrema al de un bienestar admirable.

Para prevenir la pulmonía; ante todo no hay que usar jamás el pañuelo de otra persona, no hay que llevarse a la boca las manos o los lápices, hay que taparse la boca al toser o estornudar. *no hay que escupir jamás en el suelo*, ni en la calle, ni en lugares público; no hay que exponerse a los resfriados; es preciso ventilar bien la casa y oficina, usar ropa caliente, tener bastante reposo (sueño) y hacer ejercicio moderado al aire libre.

Cuando se ha tenido la pulmonía hay que seguir hasta el último las instrucciones del médico; no se levante antes que el se lo permita, porque es muy fácil que venga una recaída, que es más peligrosa que la misma enfermedad y puede dejarlo enfermo para toda su vida; no se vaya a trabajar demasiado pronto, descanse en cama 10 y mejor 15 días.

La naturaleza es buena con los que la ayudan; usted puede ayudarla, haciendo exactamente lo que el médico le receta.

PENSAMIENTOS

Cuando los hombres que rigen los destinos de los pueblos, dicten de común acuerdo una ley que prohíba esos antros tenebrosos donde se expende el repugnante alcohol, habremos dado el más bello ejemplo con que podrán enorgullecerse las generaciones.

PÉREZ MATTOS.

¿Qué es lo que embrutece al hombre y degrada a la mujer, convirtiendo el hogar en un infierno? ¡El Alcohol!

SILABARIO DE LA RAZA

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

PROFILACTICO

(a base de calomelano)

Su empleo previene las Enfermedades Sociales
VALOR DEL TUBO \$ 1.00

NEOSALVARSAN

(a base de arsénico)

Para curar las Enfermedades Sociales

REARGON

(a base orgánica de plata)

Produce la cura abortiva de la Gonorrea.—Se expenden en todas las Farmacias de la República

Unicos Depositarios para Chile

LIGA CHILENA DE HIGIENE SOCIAL: Delicias 1707 - Casilla 3057 - Teléfono 924

Los enfermos de escasos recursos podrán adquirir NEOSALVARSAN en empaque Clínico.

Los Precios Detallados de la Serie Clínica quedan como sigue:

Dosis de 0.15	\$ 2.20	Dosis de 0.60	\$ 3.50
„ „ 0.30	2.50	„ „ 0.75	4.00
„ „ 0.45	3.00	„ „ 0.90	4.80

Valor de la Serie \$ 20 — En venta en San Francisco 85 — (Hospital San Juan de Dios) Santiago.