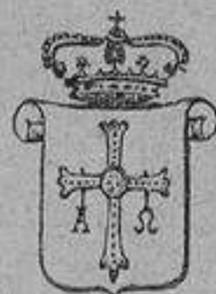


CARTILLA DE HIGIENE SOCIAL

A. BUYLLA

De la Española de Higiene



EL ALCOHOLISMO

Y

LA TUBERCULOSIS

(Obra premiada)

Tercera edición corregida y aumentada.

(6.000 EJEMPLARES)



OVIEDO:

LA COMERCIAL, IMPRENTA
Marqués de Gastañaga, 17

—
1902

48

~~17428~~

FA. 5448

G-172619

FA. 5448

148861

EL ALCOHOLISMO

Y LA TUBERCULOSIS

OMZLONHOJASU

SPALTONKMIT ALI

CARTILLA DE HIGIENE SOCIAL

A. BUYLLA

De la Española de Higiene



EL ALCOHOLISMO

Y

LA TUBERCULOSIS

(Obra premiada)



Tercera edición corregida y aumentada

(6.000 EJEMPLARES)



OVIEDO:

LA COMERCIAL, IMPRENTA

Marqués de Gastañaga, 17

CARTELA DE HIGIENE SOCIAL

LIBRO

EL ALCOHOLISMO

Es propiedad del autor.



CUATRO PALABRAS.



Dos enfermedades terribles amenazan acabar con la raza: la tuberculosis y el alcoholismo; ambas presentan en la demografía una aterradora estadística, y á poco que pensemos en su marcha destructora y siempre triunfante, asáltanos la triste idea del porvenir sombrío que espera á la humanidad enteca de cuerpo y amiseriada de espíritu, pues la enfermedad y el vicio no se contentan con herir la materia, sino que alcanza su influencia también al alma, para emponzoñarla y perturbarla.

Contra la tuberculosis, mucho se trabaja en campañas fructíferas. Congresos; sábios en sus gabinetes y laboratorios señalan el camino seguro para acabar con el producto patógeno y preparar el terreno para

hacerle estéril á la siembra y al cultivo.

El gran paso está dado: ahora es cuestión de tiempo y organización adecuada, y así como á fuerza de uno y otra se acabó con la repugnante lepra que aterraba á las generaciones pasadas, se acabará también con la enfermedad bacilar de Koch.

Su más simpático compañero en estragos, y á veces su amigo fraterno, el Alcoholismo, es la otra plaga, que hace más víctimas, degenera el cuerpo y desnaturaliza al hombre perturbando su razón, con la agravante de que somos responsables de sus efectos, pues con la voluntad nos acercamos á ellos y son obra nuestra, como el vicio y el crimen.

Por esto alabo mil veces la oportunidad del tema que nuestro señor Obispo presentó á los Juegos Florales en Oviedo, y cuya importancia tuvo bien en cuenta nuestro Ayuntamiento, cuando por circunstancias especiales hubo de hacerse cargo de él, una vez retirado del programa para el Certámen anunciado.

Y no es mi satisfacción, claro está, por haber tenido la suerte inmerecida, de ser mi humilde trabajo el premiado entre los otros

que acudieron al honroso palenque, quizá nutridos de sabios consejos y notables soluciones, sinó porque propagandista del bien, sé que por la higiene y la moral, auxiliadas de la ciencia y de la sociología moderna, pueden darse soluciones á los males que padece la humanidad toda, y especialmente en mi amada pátria, tan querida siempre y más cuando la vida va siendo larga. Quiero decir, que me alegra la ocasión de que se propague la verdad y se persiga al vicio sin mirar si son míos los consejos, porque después de todo, los conocimientos de las ciencias no son cosas particulares.

Debo dar gracias á la Excelentísima Corporación Municipal por haber acordado la impresión de esta Memoria, y más tarde su reproducción con una segunda parte sobre la lucha contra la terrible tuberculosis, fijándose más que en su mérito (que es escaso por cierto), en el bien que puede hacerse propagando el ódio fundado á la embriaguez, que tanto nos deshonra y nos denigra, animándonos á emprender una campaña verdaderamente moralizadora.

Para que la propoganda no se circunscriba solo al concejo de Oviedo, que si bien la necesita, ya su Municipio se encargó de hacerla,

he creído oportuno ampliar la tirada económica de la Memoria sobre estos dos asuntos que tanto se relacionan con el bien social, el progreso de las industrias y la perpetuidad de la especie amenazada tan seriamente por las causas que están á diario produciendo elementos de destrucción y muerte, causas que á toda costa deberemos aniquilar, instruyendo á las generaciones en la defensa y formando una verdadera liga de protección al débil, al ignorante y al pobre.

Alentado por esta gran idea, lleno de fé y entusiasmo, me dirigí á los Municipios de la provincia y á los hombres sostenedores de las principales industrias, obteniendo tan lisonjera acogida, que si no viera que todo se debe al fin que me propongo, sirviérame quizá de pecaminoso orgullo impropio de hombre sério.

En efecto: Mieres, Sama, Lena, Nava, Villaviciosa y otros representantes de la administración comunal, no solo me ayudaron en esta tercera edición que al contar los ejemplares por miles parece cosa extraordinaria en estos tiempos de egoismos y quietismo excesivo, sinó que con sus cariñosas cartas me dan fuerzas y esperanzas para mayores empresas en pro de la hi-

giene social de que tan necesitados estamos.

Todo lo que va unido al nombre prestigioso de las industrias regionales de esta provincia tan rica; todos aquellos que con su capital ó con su inteligencia han puesto en movimiento esa gran riqueza económica acudieron al llamamiento altamente humano que les hacía, y las Sociedades: «Industrial Asturiana», «Santa Bárbara», «Hulleras Españolas», «Unión Hullera y Metalúrgica de Asturias», el Peñón, Arnao, las Azucareras de Lieres y Veriña, «Tres Amigos» de Mieres, D. Inocencio Muñoz, hasta el Sr. Ruiz de Velasco, de Santander, protector entusiasta de toda mejora para el obrero, y las Fábricas nacionales de Oviedo y Trubia, son prueba elocuente de lo que decimos.

También la Excma. Diputación provincial nos honró con su valioso apoyo en la lucha contra el vicio y la enfermedad, prestando toda su simpatía á esta obra eminentemente social y de gran trascendencia para la educación de las nuevas generaciones, cosa que tanto nos importa á todos.

Ojalá que hombres tan prestigiosos y populares Corporaciones se unan para constituir esa gran liga de

amor al prójimo que demandan la caridad cristiana, la situación social y el bienestar de esta región.

Pensando los obreros sériamente en que deben responder á tantos esfuerzos y desvelos, con la honradez, la laboriosidad y la gratitud, discurrendo como aquél que dijo que el esclavo del vicio no puede ser el redentor de los demás, habremos hecho algo útil para nosotros y para el porvenir.



MÁXIMAS QUE DEBEN PROPAGARSE.

Al obrero, más que la carne, le convienen las grasas; el elevado precio de la primera le impide usarla en cantidad útil al trabajo. Las grasas, mucho más baratas, constituyen el principal combustible muscular, prestan energía nerviosa, y á la vez materia para sostener el movimiento, lo que no hace el alcohol, que sólo produce esfuerzo nervioso.

Doctor Cárlos de Vicente y Charpentier.

¿Queréis saber lo que bebe ese borracho en la copa que tiembla en sus manos? Pues bebe las lágrimas, la sangre, la vida de su mujer y de sus hijos.

Lamennais

El alcohol es el que puebla los asilos y los presidios y el que, si no se le combate, traerá, según Mr. Gaurdenier, el fin del mundo por el envenenamiento del hombre.

Doctor Sánchez de Castro.

Un embriagado no engendra ni produce nada de provecho.

Asmiat.

Por el alcohol, el hombre se convierte de sano y vigoroso en enfermo y valetudinario; de amable en grosero y provocativo; de bueno en perverso, y de inteligente en estúpido é idiota, muy por debajo de las bestias montaraces.

Doctor Bernabé Malo Écija.

«El vicio y el delito».—Dice un proverbio: *En todo delito misterioso buscad la mujer.* El proverbio no es completo, ni siquiera exacto, si no se añade: «ó la botella».

César Lombroso.

El alcoholismo es la plaga que hace más víctimas: degenera el cuerpo y desnaturaliza el hombre perturbando su razón, y sobre todo, porque somos de sus efectos responsables, pues con la voluntad nos acercamos á ellos y es obra nuestra, como el vicio y el crimen.

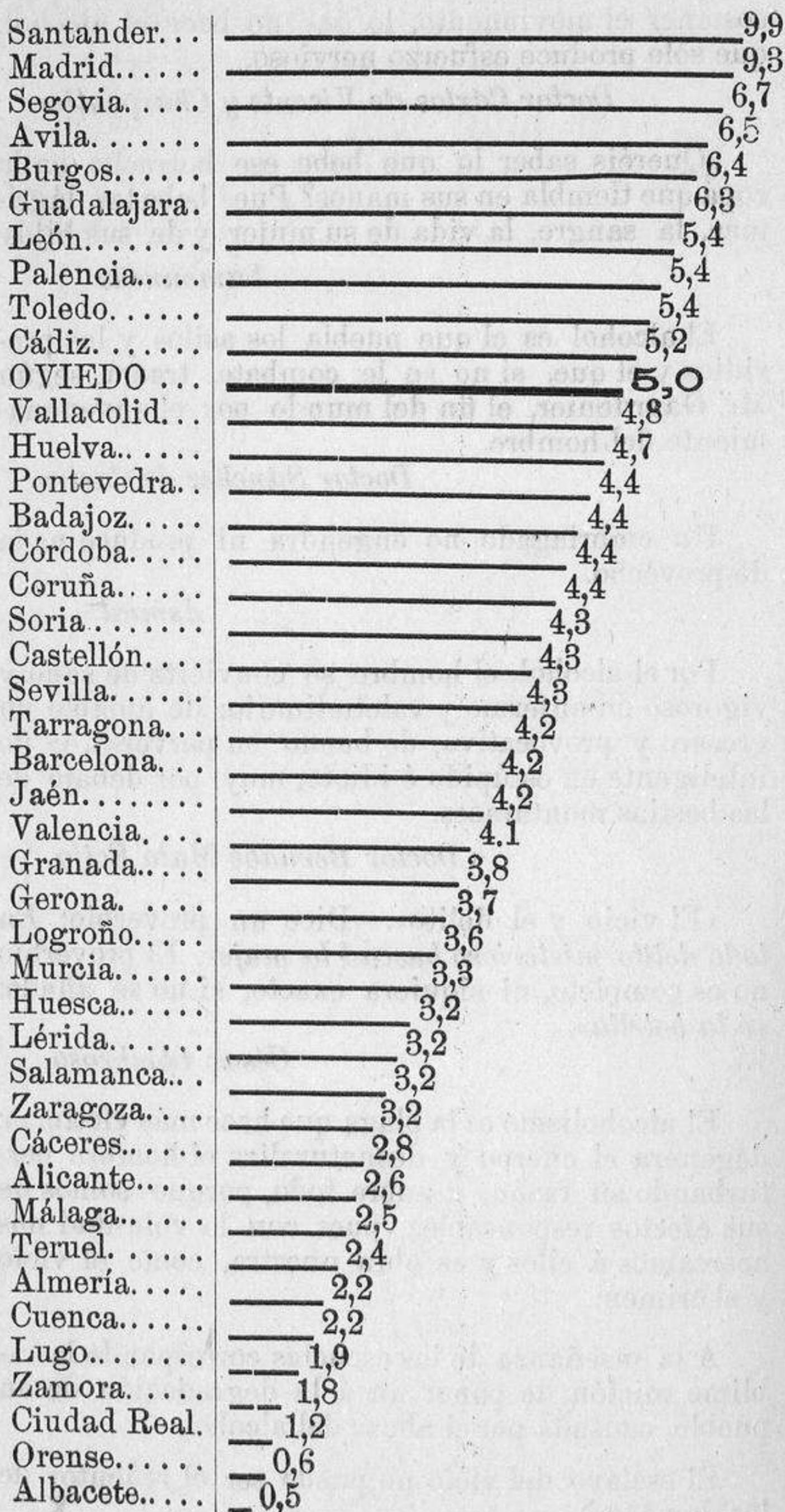
A la enseñanza de las escuelas corresponde la sublime misión de poner fin á la degradación de un pueblo, causada por el abuso del alcohol.

El esclavo del vicio no puede ser el redentor de los demás.

X

Gráfica de las provincias de España

con el número de establecimientos de bebidas que para cada mil habitantes corresponde á cada una de ellas, según la estadística publicada por el Ministerio de Hacienda (1896-97).





I

DEL ALCOHOLISMO

NTES de enumerar los medios más prácticos que creemos oportunos y hacederos en nuestra región para combatir el terrible vicio del alcoholismo, parécenos natural exponer de modo claro, sencillo y al alcance de todos, lo que es el mal que tratamos de curar, para que en vista del triste cuadro que observamos, contribuir á vulgarizar el remedio, puesto que la caridad cristiana lo demanda, la seguridad social lo exige y la ley de conservación de una raza lo reclama con imperiosa necesidad.

1

El alcohol, dice *A Hurnier*, es la base embriagante y tóxica de las bebidas espirituosas.

Existen dos opiniones para juzgar la extensión y causas del alcoholismo, tanto *agudo* como *crónico*; la primera recrimina á la calidad del producto consumido; y la otra á la cantidad del alcohol ingerido y considera de menos importancia la toxicidad que resulta de la impureza del alcohol.

Si á esto se agrega que la mayor parte de las bebidas del comercio, que están al alcance del obrero, son compuestas de los peores productos, se comprenderá el efecto *alcohólico* que han de producir envenenando su sangre y perturbando todas sus funciones, lo mismo las del cuerpo que las del alma.

Conformes con los luminosos estudios que sobre tan interesante asunto han hecho los señores Antheaime y Goffroy, creemos:

1.º Que la idea que se tenía hasta hoy de la toxicidad mucho más favorable de los alcoholes *mal gusto* (alcoholes industriales) comparativamente con el alcohol rectificado, es muy exagerada.

2.º Que los números alcanzados por estos alcoholes *mal gusto* (de cotuja) se aproximan mucho á los números hallados experimentalmente para el cognac y el ron, consistiendo, pues, más en la cantidad que se ingiera de bebida que en su calidad el alcoholismo agudo y aun el crónico, con mayor motivo.

3.º En la intoxicación aguda pueden influir las procedencias del alcohol, según sean etílicos, metílicos, naturales é industriales; pero en la crónica es la dosis tomada lentamente lo que ocasiona la enfermedad.

La invasión, la duración y los caracteres de la embriaguez accidental, varían según los individuos, la edad, el sexo y la naturaleza del líquido absorbido. El primer grado dura de 7 á 8 horas; el segundo y el

tercero 24 y 36 horas proximamente. En general, los *licores destilados* producen una embriaguez rápida, y mayor, por lo común furiosa y más duradera, y algunas veces vómitos y dolor de cabeza, y en otras ocasiones la muerte sobreviene rápidamente (Orfila Christison). El vino ocasiona una embriaguez más alegre, más bulliciosa; de menos peligro: los *vinos espumosos* embriagan con gran rapidez, pero como el gas que les caracteriza (ácido carbónico), se *evapora* pronto. La *ginebra* determina una embriaguez furiosa. La *cerveza* vuelve al bebedor tardo, pesado, estúpido, y entristece. Los *aguardientes* y las cervezas fuertes se parecen en sus efectos de gran duración.

La embriaguez *habitual* jamás se disipa por completo y el individuo se halla en un estado de estupidez permanente. Eso mismo hace que el organismo se perturbe más hondamente por pereza en las funciones y degeneración de aparatos importantes. Aquella ocasiona á la larga el *alcoholismo crónico* caracterizado por trastornos profundos: 1.º De la *sensibilidad* y de los *sentidos* en particular (alucinaciones de la vista y del oído). 2.º De la *inteligencia* (embotamiento, depresión intelectual, falta de conciencia, estupidez alcohólica, dipsomania, melancolía, locura depresiva, tendencia al suicidio, manía furiosa y como final, idiotismo y parálisis general. 3.º De los *movimientos* (temblor de los labios y de la lengua, de los miembros, *delirium tremens*, delirio tranquilo ó furioso). 4.º De la nutrición; al obrar el alcohol, no como alimento sino como escitante, gasta y cansa las energías del sistema nervioso, motor de todos los secretos de la gran función de la nutrición. 5.º De la *generación* debilitándola y trasformando sus *gérmenes*

en productos de peligro para la familia y para la sociedad, marcados con el sello de la pobreza y de la debilidad.

No debe olvidarse al contemplar el cuadro triste y sombrío del *alcoholismo*, que el peor de los envenenamientos alcohólicos resulta frecuentemente como dice *Ad Coste*, no tanto de una vida del todo desordenada, de una embriaguez nocturna y habitual, sino del hábito de beber algunas copitas todos los días: *una ó dos copitas en ayunas, un aperitivo antes de comer, un plus-café*, etc...

No influye solo en la aparición de los síntomas del alcoholismo, la calidad y la cantidad, el hábito y las malas costumbres en el beber, sino que hasta la hora de ingerir el alcohol, determina la preparación de la enfermedad. Por lo que el Dr. Villard se explica en estos términos: «De hecho estando una persona en ayunas la absorción del alcohol es mucho más completa sin contar con que el líquido irritante se encuentra en contacto inmediato con la mucosa del estómago y obra sobre esa cubierta activa por acción de contacto, desenvuelve su grado máximo de propiedades nocivas para el organismo en general haciéndose más absorbible. De aquí lo pernicioso de la costumbre en los obreros principalmente, al desayunarse con la copa ó copas del dañino aguardiente.

2

Del Heredo-Alcoholismo.

No solo los alcohóles producen en los individuos males sin cuento, sino que son también verdaderos venenos para la familia del alcoholizado por el *heredo-alcoholismo*,

ó sea la trasmisión de padres á hijos, de las enfermedades que un bebedor ha contraído por exceso en la bebida. En efecto, nos enseña hoy la fisiología que el alcohol se trasmite por medio de la sangre y de la secreción láctea.

Dice el Dr. Monin: «La epilepsia, el histerismo, la parálisis infantil, los vertigos y terrores nocturnos de la infancia, la degeneración cerebral y la terrible meningitis tuberculosa, son la triste herencia que los alcohólicos legan á sus hijos.

El niño que libra de estos males, es víctima del idiotismo, raquitismo y la tisis.»

Han comprobado el Dr. Howe de Massachusetts, y el médico Dahl de Copenhague, que la mitad de los idiotas son descendientes de ébrios alcoholizados, Charel, en Francia, ha dicho que las deformidades de la inteligencia, así como las del cuerpo, tienen frecuentemente por causa el alcohol, Ruer ha observado los mismos hechos entre los mineros de Westphalia; y hasta en los hábitos del niño influye este antecedente de tal modo, que el hijo de un alcohólico tiene una innata inclinación á las bebidas alcohólicas.

Hé aquí como los extragos de vicio tan feo, llegan verdaderamente hasta la descendencia de los ébrios, lo que le dá al alcoholismo el caracter de la más palpitante cuestión social, puesto que se trata de un mal que degenera las razas, atenta á su procreación y es causa segura de despoblación inmediata.

3

Males que produce.

Dice C. Bernard que el alcohol es el tipo de los venenos nerviosos.

Bajo este concepto el asunto es digno también de llamar la atención de los sociólogos.

Efectivamente, el sistema nervioso, retiene (según la expresión de los especialistas), y almacena el veneno alcohólico cuyos efectos irritantes actúan principalmente sobre el cerebro.

Está probado que todas las lesiones cerebrales pueden ser atribuidas al veneno, siempre con la complicación en el hecho, del temperamento y la predisposición.

El alcohol arrastra á los idiotas y los locos al suicidio, al homicidio, al incendio, y se ha demostrado que el bebedor habitual escapa con dificultad al embrutecimiento ó á la demencia.

Monin dice que el alcohol es la potencia generadora del suicio, la locura y la criminalidad, y agrega, que el delirio alcohólico dá anualmente en Francia, por término medio, 83.700 *inculpados* de diversos delitos.

He aquí el sombrío balance del alcoholismo: ¡Muertes, suicidios, enagenaciones mentales, crímenes de sangre!

Agreguemos, dice M. Rostand, el incalculable número de individuos que fallecen presa de enfermedades secundarias, fruto de la intoxicación; tales son las enfermedades del corazón, de los pulmones, de los riñones, del hígado, etc., y tendréis una mediana idea de la mortalidad humana producida por el abuso de las bebidas.

En cuanto á la influencia del alcohol sobre la locura, ¡enfermedad aun más terrible que la muerte! no tenemos para qué buscarla fuera de lo que con triste elocuencia nos dicen las estadísticas de nuestras casas de orates ó manicomios; 57,11 por 100 de los locos, se deben al alcoholismo, como puede comprobarse con Memorias que tenemos á la vista.

La criminalidad tiene por cuna la taberna, verdadera antesala del presidio, donde se despacha el veneno; y en la notable Memoria del Sr. Jimeno, constan datos que lo comprueban. Por esto el 40 por 100 de los homicidios, obedecen á tal causa, y el 63 de los asesinatos, el 74 de los heridos graves, el 62 de los leves, el 70 de las resistencias á la autoridad, el 54 de las perturbaciones domésticas, el 60 de los robos y el 76 de los atentados contra la moral.

Bastan estos argumentos para dejar puesto en evidencia que la embriaguez es un gran peligro social y un mal efectivo de los más transcendentales al ambiente en que vivimos, por esto tratar de corregirlo, poner todos, los medios de curación, es dar un gran paso para la defensa social.

4

Deberes sociales.

Y que á la sociedad corresponde este elevado deber, no cabe la menor duda.

Para los médicos, para los higienistas, para los químicos y para los moralistas, es un axioma que la embriaguez debe de ser castigada; hubo quien, como hombre de derecho, hacia sus distingos; pero esto pasaba antes de ser conocidos los terribles extragos del vicio; más después de las afirmaciones de Legrain, de que el alcoholismo embrutece lenta, pero totalmente al individuo; que hace degenerar intelectual y físicamente á la raza humana; que degrada el nivel moral del hombre y le conduce al idiotismo ó á la locura; que disminuyendo la procreación ó dando frutos morbosos, tiende á la despoblación; que con todo esto es causa de la inevitable decaden-

cia de las naciones que no se opongan por todos los medios á tal azote social; han venido á convenir todos en que la embriaguez es un delito que á la ley toca corregir y reprimir en defensa de los altos intereses que la inspiran para defensa del individuo, de la familia y de la sociedad.

Dice Ahrens en su *Curso de derecho natural ó de filosofía del derecho*: «El derecho, »por lo que se refiere al bien de la integridad ó de la salud espiritual y física, comprende todas las condiciones que el Estado »y los particulares deben cumplir, para el »mantenimiento de estos bienes. Por consiguiente, son injustos y punibles todos los »actos que naturalmente conducen á quitar »ó entorpecer al espíritu el ejercicio racional de sus facultades, á hacerle estúpido ó »volverle loco».

Molinari, en *La Morale Economique*, considera bajo el punto de vista del interés general y permanente de la especie los deberes de la paternidad que se distribuyen en tres clases de obligaciones:

Primero: La obligación de perpetuar la especie, ley divina cuya trasgresión constituye un pecado.

Segundo: La obligación de procrear una generación sana y vigorosa, absteniéndose dentro de lo que de la voluntad humana dependa, de criar hijos raquíticos, enfermos, viciosos, etc.

Tercero: La obligación de educarlos para formar de ellos miembros útiles que logren proveer á sus propias necesidades. Y es claro que el *alcohólico* contraviene á estos morales deberes.

Spencer, estima como un acto contra la *moralidad física* el alcoholismo.

Stuart Mill, dice: que la embriaguez,

como acto privado, no es punible sinó cuando daña á un tercero ó públicamente se exhibe produciendo mal ejemplo, escándalo y atacando el derecho de la sociedad al orden y á las buenas costumbres.

On. Liberty, piensa que la sociedad debe castigar al que por la embriaguez puede caer en peligro de faltar al medio social.

Opina Escriche, que aún cuando fuera un extravío ú olvido de un momento, el embriagado era digno de pena por atentar contra sus facultades, que son su guía.

Con tan buena compañía y razonamientos tales parécenos que bien decidido estará el pleito á favor de la represión y del castigo.

5

Aspecto económico de la cuestión.

Otro aspecto sociológico bajo el que debemos estudiar los efectos del alcoholismo, es el económico, por lo que supone en el ahorro del obrero y por ende en su bienestar físico y en la paz de la familia, pues bien sabido se tiene que cuando la pobreza entra por la puerta, el amor y el afecto, sinó salen por la ventana, al menos carecen de ese calor que les conserva.

No dudamos que una de las causas, y acaso la principal del malestar de las clases trabajadoras, depende de gastar, como si fuera necesidad vital, el sudor de su trabajo en la taberna, semillero de pependencias, que sobre matar la dignidad del hombre convirtiéndole en dañina fiera, desnaturaliza todos sus sentimientos y le impulsa al crimen, al encanallamiento y á la miseria de todas clases.

La bebida del alcohol cuesta nada menos á la Europa que *cuatro millones de francos*,

invertidos en el consumo de licores espirituosos: que aún en los casos de *beberse* con moderación, son nocivos para la salud, porque no por esto pierden el carácter de venenos que lentamente van perturbando el funcionalismo regular del cuerpo humano

El uso del alcohol ocasiona gastos directos é importantes de producción, y otros indirectos que significan sacrificios pecuniarios que conducen á la ruina y ocasionan males sin cuento al medie social, como son: días perdidos de trabajo, gastos de médico y medicinas, policía, cárceles, casas de sanidad y manicomios, etc.: etc.

II

Medios prácticos de atajar el alcoholismo en Asturias.

I

Hemos tratado de estudiar la enfermedad *alcoholismo* bajo el punto de vista de sus efectos en el individuo, en la sociedad y en la familia; hemos puesto de manifiesto su letal influencia para la salud del cuerpo y del alma, trabajo preliminar que nos elevará á la concepción de los medios para corregirlo, ó por lo menos, de oponernos á su triunfante marcha con escándalo de la moral, desprestigio de nuestros deberes con el prójimo, perjuicio inmenso para nuestra producción, atraso del progreso y de la civilización del país, degeneración de las fuerzas de nuestra raza, y obstáculo al desarrollo de la riqueza pública en España.

Es claro que entramos en la parte más difícil del problema, puesto que se necesitan muchos factores para resolverlo, y no todos al alcance de las fuerzas organizadoras con que hoy podemos contar.

Constituye un grave problema sociológico que en vano han tratado de resolver sabios y Congresos, gobiernos y sociedades, y preocupado á los pensadores de todos los países. Y conste que la lucha contra el alcoholismo, es cada vez más activa, en los pueblos que piensan hondo y bien.

El *Congreso de Medicina mental* reunido en París en el año 1889, acordó lo siguiente:

«1.º Que en interés de la defensa de la sociedad, se deben tomar medidas judiciales y administrativas contra los alcoholizados.

»2.º Que el poder judicial dé su sanción á los trabajos de Claude (des Vosges), de M. M. Ch. Roussel y de León Say.

»3.º Que se funden establecimientos especiales para detener á los ébrios consuetudinarios y á los ébrios de ocasión que hubiesen cometido algún delito.

»4.º Que estos establecimientos tengan el carácter de casas de sanidad y no de establecimientos penales.

»5.º Que la estadística judicial y la administrativa se organicen de suerte que sea fácil estudiar en ella todo lo relativo al alcoholismo.»

El reciente Congreso de Viena pide á las autoridades gran vigilancia y á los legisladores medios de represión.

El Dr. Legrain cita el ingenioso cálculo hecho por el ilustre higienista Mr. Rochard del que resultan gastados en bebidas alcohólicas, en Francia *mil quinientos millones de francos*.

Aunque serían preferibles estadísticas de Asturias para nuestro objeto, como no las hay, y en proporción los extragos de la bebida son los mismos en todas partes, permitímonos, por lo elocuentes, copiar las cifras

de Rochard, muy útiles para todos los países y siempre de aplicación.

Precio del alcohol consumido.	18.928.383
Días de trabajo perdidos.	1.340.147.500
Gastos de curación y huelgas.	70.842.000
Gastos de curación y alienados.	2.652.912
Gastos de represión de los criminales.	2.894.500
Suicidios, muertes accidentales.	4.922.107
	<hr/>
Total francos.	<u>1.446.387.295</u>

Según los datos del Congreso Internacional de Zurich, la Gran Bretaña gasta en el espacio de diez años 150.000.000 de libras, esterlinas en alcohol y solo 70.000.000 en pan, lo que prueba que el vicio de la bebida les cuesta más del doble que el alimento indispensable para la existencia.

El obispo de San Pablo (Estados Unidos), dice el Dr. Monín en *L'Alcoolinne*, manifestaba desde el púlpito á sus oyentes, que la suma gastada en Gran Bretaña en el consumo de bebidas alcohólicas, alcanzaba para comprar todos los ferrocarriles de ese país y para servir la deuda pública durante seis años.....

En Asturias se ha observado, y es ley general, que el mayor aumento del alcohol y sus terribles efectos en el bebedor, coinciden con la gran actividad que en los últimos años han tomado las industrias y los trabajos de ferrocarriles, probándonos que el mayor jornal obtenido por los obreros, se invierte en el consumo de las bebidas, ne-

gación del ahorro, y por la mala dirección de sus costumbres, pues cuantos más medios de vivir bien tienen, más llama la miseria física y moral á sus puertas.

Bastan estos datos para apreciar cuán enormes cantidades producidas por el esfuerzo del trabajo humano, son absorbidas por el vicio que consume las energías productoras de las naciones y lleva al hombre al crimen y á la miseria.

La escuela de Salford se ha dirigido á la Cámara de los Comunes aconsejándole prohiba la venta de los alcoholes y bebidas destiladas á los menores de 16 años, y la exclusión del oficio de tabernero, á las mujeres y á los niños.

Noruega hace activa campaña contra el alcoholismo con sus sociedades de templanza tan perfectamente organizadas.

Los Estados Unidos é Inglaterra no se quedan atrás; y solo á nuestra nación parece como que le es indiferente el mal que tanto degrada á sus hijos y que hace más extragos que la más mortífera epidemia.

Tiempo es ya de imitar siquiera lo bueno y conveniente.

Contra la taberna.

2

Llama la atención de las gentes cultas el aumento que en esta región, antes todo paz y honradez, ha tenido la criminalidad, sobre todo, en aquellos crímenes de sangre, pasionales, como son los que se observan en Asturias con harta frecuencia.

La taberna suele ser el escenario en donde se desarrollan los dramas sangrientos; el obrero ó el aldeano los protagonistas; el

abuso y la mala calidad de las bebidas, el veneno que perturba aquellas inteligencias, el crimen y el presidio, la deshonra y la vergüenza del hogar, el epílogo.

Estudiemos el cuadro, y en sus detalles podremos ver el objeto hácia dónde deberemos dirigir el remedio para la curación del vergonzoso mal.

La taberna es el despacho del veneno en donde se procura vender mucho, y para esto, no se repara en las condiciones de pureza de la bebida: con tal de que resulte barata, basta para el tabernero, con lo que ya se tiene dispuesta la máquina destructora en condiciones de funcionar.

Y que no se pone reparos á la apertura de estos establecimientos malditos, con tal de que paguen su contribución, nadie lo dudará, como si el Estado no fuera más, ni representara otra función que la de acaparar todo el dinero y recursos de los ciudadanos sin fijarse en el orden moral.

La estadística que nos facilitó la Administración de impuestos, es elocuente, y eso que para asegurar su exactitud deberíamos multiplicar por *diez* sus resultados; tal es la deficiencia que notamos comprobando algunas de sus cifras con las noticias particulares que nos han dado personas de entero crédito y con nuestras propias observaciones.

Dice así la estadística:

PUEBLOS	Número de habitantes	Tabernas de bebidas alcohólicas	Tabernas de sidra y cerveza.
Allande (Pola de)	8.479	3	3
Aller (Cabañaquinta).	11.867	12	3
Amieva (Sames)	2.786	4	»
Avilés	10.145	79	25
Bimenes.	3.781	5	»
Boal.	6.342	7	»
Cabrales.	4.026	7	1
Cabranes.	4.082	12	1
Candamo.	5.341	16	»
Cangas de Onís.	10.757	27	5
Cangas de Tineo.	23.699	20	»
Caravia.	874	6	»
Carreño (Candás)	7.098	34	4
Caso.	5.673	14	»
Castrillón.	6.265	38	1
Castropol.	7.956	5	1
Coaña.	4 604	»	»
Colunga.	8.074	10	3
Corvera	4.045	5	6
Cudillero.	10.787	85	19
Degaña.	1.939	4	»
El Franco (Caridad).	4.780	17	»
Gijón.	35.144	117	143
Gozón (Luanco).	4.289	20	8
Grado.	16.669	48	12
Grandas de Salime.	3.626	1	»
Ibias.	6.808	2	6
Yernes y Tameza.	901	2	»
Illano.	1.861	»	»
Illas.	1.942	6	»
Langreo (Sama de)	14.091	66	35
Laviana (Pola de).	8.048	5	2
Lena (Pola de).	13.058	29	10

PUEBLOS	Número de habitantes	Tabernas de bebidas alcohólicas	Tabernas de sidra y cerveza.
Leitariegos (Brañes).	417	1	»
Llanera (Posada).	7.849	19	1
Llanes.	19.692	55	17
Mieres.	12.927	83	6
Miranda (Belmonte).	7.588	21	1
Morcín.	3.369	5	»
Muros.	2.078	11	1
Nava.	6.315	21	»
Navia.	7.140	12	1
Noreña.	2.022	8	6
Onís.	2.003	4	3
Oviedo.	44.814	186	50
Parres (Arriondas).	8.754	24	3
Pesóz.	1.154	»	»
Piloña (Infiesto).	19.315	50	36
Ponga.	3.561	19	»
Pravia.	9.259	67	»
Proaza.	3.571	7	3
Quirós (Bárcena).	6.215	15	»
Regueras.	4.250	2	»
Ribera de Arriba	2.394	7	8
Riosa.	1.729	1	1
Ribadesella.	7.801	15	10
Ribadedeva (Colombres)	3.080	13	»
Salas.	16.892	12	9
Sta. Eulalia de Oscos.	1.727	1	»
San Martín de Oscos.	1.828	1	»
San Martín del Rey Aurelio.	6.102	29	2
San Tirso de Abres.	2.001	1	»
Santo Adriano.	1.906	3	1
Sariego.	1.666	5	1
Siero (Pola de).	22.479	45	21

PUEBLOS	Número de habitantes	Tabernas de bebidas alcohólicas	Tabernas de sidra y cerveza.
Sobrescobio,	1.821	4	5
Somiedo (Pola de).	5.687	3	3
Soto del Barco.	3.918	19	»
Tapia.	5.143	5	»
Taramundi.	3.428	»	»
Teverga (Plaza)	4.637	23	4
Tineo	23.510	55	3
Valle alto Peñamellera	5.767	9	»
Valle bajo Peñamellera			
Valdés (Luarca).	23.498	16	»
Vega de Ribadeo.	6.797	8	»
Villanueva de Oscos.	1.311	1	»
Villaviciosa.	21.830	13	20
Villayón.	3.710	2	»
TOTAL.	611.590	1.606	504

Hay que agregar á esta suma los establecimientos de ultramarinos y otros, en donde se expenden también vinos y licores

Los sitios donde se vende la sidra son pocos con relación á la enorme cantidad que aquí se consume; es claro que la sidra como bebida fermentada es menos perjudicial que las otras siempre que no se le agregue alcohol como sucede ahora para conservarla por más tiempo y hacerla más fuerte, pues en este caso como la mezcla se hace con el de peor clase, por resultar al industrial más barata, entonces tórnase en veneno del sistema nervioso y cae bajo la categoría de las dañosas. Además el alcohol que se la extrae es

más nocivo según los higienistas que el de granos, (etílico, propílico, butílico y amílico).

La sidra como se bebe en grandes cantidades, por su abuso produce á la larga el alcoholismo crónico, á más de otras enfermedades de nutrición.

Por esto todo lo que digamos para remediar el mal de la taberná, es aplicable á los otros locales donde se vende sidra

La mayor parte de las tabernas están despachadas por mujeres y niños cuyo fin es el de vender mucho suceda lo que quiera, como si fuera tan inocente lo que se expende y no hubiera la necesidad, por parte de los encargados, de velar por la salud y orden sociales, de poner límites á lo que puede ser causa ó motivo de perturbación individual y aún social.

La vigilancia es ilusoria, y por más que en las Ordenanzas municipales se consignan artículos para reglamentarlas, estos suelen ser letra muerta, aún en las mismas poblaciones.

Contra la taberna deberán ser dirigidos nuestros primeros ataques en la defensa social para combatir el *alcoholismo*, ya que de esos lugares recibe la sociedad sus mayores ofensas y peligros.

«Quien quita la ocasión quita el peligro», dice un antiguo refrán, y es claro que no pretendemos suprimir las tabernas, porque aún siendo conveniente, parécenos exagerado é imposible; pero sí aconsejamos la reducción de ellas procurando gravarlas mucho, reglamentarlas seriamente exigiéndolas que no expendan alcoholes ó aguardientes no rectificadas, análisis frecuentes de los vinos y licores, multando á los falsificadores y cerrando los establecimientos de los reincidentes, sin contemplación alguna.

Grávense *más* las bebidas *más* dañosas y nocivas á la salud.

Todos los restaurants, cafés, tabernas, fondas, casas de comidas, etc., en que se vendan bebidas alcohólicas, sean ó no fermentadas, estarán sujetos á la vigilancia de la policía, *prévia* organización adecuada de este instituto, pues de seguir como hasta aquí, resultaría ilusoria la medida, como ahora sucede.

Ninguno de estos establecimientos podrá cubrir sus vidrieras, de puertas ó ventanas, con cortinaje ó pinturas que impidan la inspección desde la calle al interior del local.

Estarán abiertos al público desde las seis de la mañana hasta las once de la noche, en verano, y en invierno, desde las siete hasta la misma hora.

En las aldeas y campos, de sol á sol.

Incurrirá en multa de 10 á 50 pesetas el tabernero que facilite bebidas para consumirlas en el establecimiento á un menor de 16 años.

En la misma multa incurre cuando permita á los consumidores beber hasta embriagarse ó consienta *cuestiones* en su establecimiento.

Si ocurriera un crimen ó simplemente lesiones más ó menos graves en dichos locales, el tabernero ó dueño será responsable subsidiariamente, y cuando lo cometiera un individuo que fuera en él habitual la borrachera, se considerará al dicho dueño como encubridor del delito.

Además en la taberna donde sucediera el crimen se analizarán las bebidas nuevamente y se cerrará la casa por algún tiempo

Al frente del establecimiento deberá estar siempre persona responsable, prohibiendo á las mujeres y á los niños dirigirlas ó regentarlas, castigando con fuertes multas y aún

con el cierre temporal ó permanente al contraventor.

Los Municipios dedicarán especial atención á este servicio teniendo policía idónea y suficiente, que podría pagarse con los derechos sobre las bebidas, multas, etc., pues es justo que salga de este ramo.

Aplíquense sin contemplación las ordenanzas que existen sobre el particular, exíjanse formales y sérias condiciones para instalar las tabernas y locales de bebidas, coadyuven á esto las sociedades de templanza que deberemos de organizar debidas á la potente ley de la asociación, y habremos dado un gran golpe al medio de difusión y propagación del alcoholismo, en su cuna.

3

Contra el bebedor

Con terribles é infamantes castigos, con multas y reclusiones, trataron en otros tiempos de combatir el afán inmoderado de beber creyendo que los borrachos disminuirían y por la pena y el miedo habría de corregirse el mal del alcoholismo; pero nada han logrado y cayeron en desuso tan bárbaras como impropias medidas. Y es que las legislaciones que no están fundadas sobre las costumbres y su estudio no profundiza hasta el conocimiento de las causas del hecho, son letra muerta por completo.

Hay que estudiar el fenómeno, hay que conocer antes las causas de la enfermedad, y entonces y solo así podrá evitarse el efecto.

¿Qué es lo que busca el bebedor en la taberna? Contestar á esta pregunta, es ponerse en el buen camino.

Los que van á la taberna lo hacen por tres

impulsos: ó buscando un estímulo que despierte ó sostenga las fuerzas que por el trabajo ú otras causas encuentren decaídas; un goce que les haga pasar el tiempo más alegremente olvidando las miserias de una vida arrastrada, las penalidades del pesado trabajar continuo y fatigoso echando un pasajero velo sobre las molestias de una casa y hogar lleno de tristezas; una excitación cerebral muy en armonía y fácilmente asequible á su humilde estado de ignorancia y falta de cultura.

En consonancia con esto deberemos obrar con tanta más razón, cuanto que la iniciativa individual contra el vicio ha de ser la mejor palanca para removerlo; pues como dice un sabio, la honradez, la dignidad y el ahorro, hay que sentirlos, es cosa interna y solo pueden despertar en la conciencia.

Hagamos comprender por medio de las predicaciones, las propagandas, los carteles en los mismos establecimientos de bebidas y por cuantos recursos nos sugiera nuestro buen deseo, que el alcohol y sus compuestos las bebidas, son falsos generadores de fuerzas que si durante su primer estímulo sobre el sistema nervioso parece que dan energía, es á expensas de un lento agotamiento y que más tarde producen mayores estragos.

Llevar la completa convicción al ánimo de las gentes más fáciles de caer en el pecado de la bebida, de que no encontrarán el remedio que buscan en ella, pues no puede ser remedio lo que de hecho es enfermedad, evitando que en las dolencias, en el raquitismo de los hijos se acuda á los espirituosos, pues poco á poco se establece la costumbre, y al fin, el que *bebe beberá*.

Hágase que por la asociación, la caridad, ó por las sociedades cooperativas se propor-

cione mejor alimentación al obrero, para que, teniendo buenas condiciones nutritivas, no sienta los estragos del agotamiento y no trate de engañarse con la bebida.

Proporcionense en los pueblos industriales y no industriales honestas distracciones y entretenimientos, que lo mismo para el rico que para el pobre son necesidades de su espíritu, que ha de solicitarlas quizá donde peor sean para él; fúndense *Casas-Comunales* en las que al paso que se hacen más cultos con enseñanzas sanas, morales y convenientes, que eleven su dignidad, puedan encontrar juegos de *sport* propios á sus necesidades.

Fomentese la afición á la música con orfeones, etc., pues sabida es la influencia que aquella tiene sobre las pasiones y lo que entretiene y hace distraer el ánimo, siendo elemento educativo de primer orden, como sucede en Cataluña, gracias al gran Clavé, y en varias fábricas del extranjero, como en la de *Halifax Harley*.

Estimúlese el ahorro en la familia creando Cajas de imposición de pequeñas cantidades como los *Bancos de Peniques* en Inglaterra, y entre nosotros los *Bancos Asturianos* con un fin patriótico y humanitario que les honra; estableciendo sucursales en todos los pueblos y en todas las industrias para facilitar el medio de imponer los pequeños ahorros.

Procúrese hacer casas para obreros en buenas condiciones de higiene y comodidad que no sean objeto de lucro sinó caritativa empresa de hombres buenos, cuyos barrios han de ser vigilados por los mismos obreros, con lo que el orden estará asegurado mejor y servirá de buen ejemplo y educación.

Déense premios á la templanza y buena conducta, como medio de recomendación para mejorar de trabajo y de salario, al mismo tiempo que de buen estímulo.

Fórmense *Sociedades de templanza* en todas partes, y para evitar la propagación del mal en la familia, hágase lo que tan buenos resultados está dando en las escuelas con dichas sociedades de Bélgica, contando hoy con muchos miles de niños de ambos sexos que son esperanza para el porvenir y un dique para el vicio en el presente, pues aquellos pequeñuelos serán en la familia los que lleven la buena nueva de la moralidad y del deber.

Los preciosos razonamientos de Bienfait, deben propagarse entre los obreros, por todos.

Hélos aquí:

«¿El alcohol es un digestivo? No, porque su ingestión produce una excitación pasajera, nefasta al buen funcionamiento de los músculos estomacales, porque anestesia, después de haber irritado, las paredes del estómago, y porque impide la acción del jugo gástrico.

»¿Es un aperitivo? No, pues que produce una excitación del estómago que determina una sensación dolorosa, tomada ilusoriamente por el hambre.

»¿Es un alimento? No, porque no responde á esta definición, y las calorías que produce no sirven para una calorificación real, ni para una acción muscular.

»¿Activa la calorificación? No, porque determina un aflujo de sangre á la piel y un enfriamiento general.

»¿Es un estimulante? En ningún caso, pues pervierte y deprime la actividad física y la actividad intelectual.

»¿Preserva de los contagios? No, al contrario, predispone al organismo para recibir el contagio.

»¿No se puede vivir sin el alcohol? Es un error que desmienten numerosos hechos.

»¿El alcohol hace bien á los niños? No, pues aún es más tóxico para los niños que para los adultos.

»¿El alcohol no se opone á la longevidad? La disminuye, según estadísticas indiscutibles.

»El alcohol no tiene razón de ser más que como medicamento, y no debiera despacharse más que por los farmacéuticos con prescripción facultativa».

Es claro que si atendiéramos á lo que nos conviene, con lo dicho bastaría para que nadie pecara; pero como una vez organizado el gran ejército contra el alcoholismo, no caben disculpas ni ignorancias, es preciso pensar en el deber en que está la sociedad para castigar el vicio, pues de este modo logramos aplicar la sanción merecida al que delinque y corregirle también con esto

El borracho es un insulto á las costumbres y una exposición para el medio en que vive; por esto debemos quitarle de la vía pública, llevándole á un sitio donde se le pueda retener y procurar curarle con los medios de que hoy dispone la ciencia, y no solo esto, sinó que á todo borracho debe luego aplicársele la pena á que tiene derecho, sufriendo un día de detención cuando *esté cuerdo* y procurando que sea en día festivo, evitando así que vuelva á embriagarse cuando más costumbre tiene de hacerlo, resultando la detención curativa.

Los encargados de la corrección llevarán un libro-registro en el que han de constar los borrachos, sus condiciones y sus hábitos y

cuyos nombres deben publicarse, si son reincidentes, en las tablillas de anuncios de los Ayuntamientos y en las puertas de las iglesias parroquiales.

Los que padecen embriaguez habitual deberán ser recogidos en Asilos de curación.

Para éstos deben esforzarse las sociedades de templanza que se funden, y que serán los centinelas avanzados de la lucha contra el alcoholismo, en pedir á las Cortes de la nación la modificación del art. 9.º de nuestro Código en el sentido de no considerar como atenuante el embriagarse, pues que el hombre que sabe á lo que tal estado le expone, deberá poner los medios para no ser un peligro social.

En otros países se ha tratado de privar del derecho de sufragio al alcohólico, pero aquí que tal derecho es ilusorio, sería ridícula pretensión.

Todo lo propuesto, es práctico; pero necesita ser aplicado por las autoridades locales, judiciales, y por el Gobierno, impulsados todos estos elementos por sociedades de templanza, ya oficiales, como las de las escuelas públicas, ya nacidas por la asociación individual inspirada en la defensa social, la conveniencia propia y el amor al prójimo.

Las sociedades de obreros, que tan bien se organizan en nuestra región, deben mirar más que nadie por evitar el alcoholismo entre los obreros del campo y de las industrias una vez que necesitan sangre buena para tener energía en el trabajo y alma grande para emanciparse de su precaria situación.

La Excma. Diputación asturiana puede prestar también gran ayuda á la obra de la lucha contra el alcoholismo en nuestra región, por la condición especial en que se encuentra con los arbitrios provinciales res-

pecto á las bebidas y alcoholes importados: ya como fácilmente inspectora de la calidad del alcohol prohibiendo seriamente ó con grandes gravámenes los impuros é industriales que para el consumo se reserven, ó ya también subiendo la tarifa actual á que están sujetos los buenos y los licores y vinos, especialmente los primeros, ya que el último en condiciones higiénicas y en dosis moderadas puede considerarse sinó indispensable ni mucho menos para la vida, por lo menos no perjudicial.

España es de las naciones más beneficiadas en las tarifas respecto á los demás Estados en sus dos impuestos: uno llamado de fábrica y otro de patente; el primero es de 37 pesetas 50 céntimos por hectólitro de cualquier grado, y el segundo se aplica sobre los alcoholes extraídos de los productos de la viña, estando divididos los alambiques en siete categorías, pagando de 18 céntimos por litro hasta un franco 35 céntimos según la capacidad.

Por esto aún recargando la entrada del alcohol y licores que tanto daño nos causan, saldríamos beneficiados con el extranjero.

La tarifa actual de arbitrios provinciales es la siguiente:

1.º Cinco pesetas por cada 100 litros de vino.

2.º De 16 pesetas 66 céntimos á 33 y 33 por cada 100 litros de aguardiente, según sus grados, con arreglo á la siguiente escala:

GRADOS	Pesetas
Hasta 16 grados.	16,66
De 20 y 21.	18,33
De 22 y 23.	20
De 24 y 24.	21,66

GRADOS	Pesetas
De 26 y 27.	23,33
De 28 y 29.	25
De 30 y 31.	26,66
De 32 y 33.	28,33
De 34 y 35.	30
De 36 arriba.	33,33

3.º Licores por cada 100 litros, 33,33 pesetas.

Es claro que como los rendimientos habrían de ser mayores y solo por medida saludable aumentados los impuestos, una buena parte de ellos serviría para la campaña anti-alcohólica fomentando las sociedades de templanza, creando inspecciones, premios, etc., etc.; prestando así un gran servicio á la moralidad de la provincia y al progreso material de la misma en gravísimo peligro hoy con tan terrible plaga.

4

Los alcoholes en Asturias.

No solo en nuestra región se importa una respetable cantidad de alcohol para usos distintos, sinó que también se fabrica.

Hace un año, próximamente, que en Gijón (Porceyo), funciona una fábrica de alcohol industrial, que por normalizar su situación pasó á manos del Sr. Tartiere y Compañía con el nombre de *Alcoholera Asturiana*.

La primera materia que allí se emplea es el maiz y produce de 26 á 28 litros de alcohol de 90 centesimales y 5 á 6 de 75º, lo que significa un rendimiento práctico de 84 por 100; siendo 31 y 35 por 100 el rendimiento teórico de las primeras materias maiz y cebada.

Escasa es la venta por cierto: pero esto débese más que á defectos de producción, al impuesto provincial que recarga el alcohol y lo hace imposible para competir en el mercado y no con el licor vínico, pues este paga solo por la capacidad de los alambiques, lo que resulta más económico y mejor para la salud.

Otra fábrica tenemos también en Ribadesella de los Sres. Blanco Hermanos; es de poca importancia y se montó como auxiliar de la de sidra, destilando solo aquella que no tiene condiciones para el embotellamiento, no pudiendo venderse en los mercados extranjeros.

Produce de 8 á 10 litros de alcohol de 52° centesimales y 2,5 á 3 litros de cabezas y colas de 30° por cada 100 litros de sidra, esto es, el 84 por 100 del rendimiento teórico, siendo éste 4 ó 5 por 100.

Actualmente se dispone una destilería en la *Azucarera de Lieres* para las materias aprovechables de esta fábrica y para las que pueda acaparar dentro y fuera de la provincia, y tan adelantados están ya, que tienen en su poder la maquinaria adquirida en el extranjero.

Es claro, que si las demás Azucareras la imitan, hoy que el negocio primitivo está tan parado, la producción de alcohol en Asturias podrá tener gran importancia.

El año último se recaudaron por concepto de alcoholes 2.664.470 pesetas, siendo la producción del industrial, 5.034.125 litros.

Es preciso prepararse á fin de evitar los estragos que á la salud de este pueblo pueden producir las industrias alcoholeras.

No tenemos la pretensión de que los medios que hemos propuesto sirvan de panacea para un mal tan grande y arraigado, cuyas

causas son muy complejas, y que fustiga más al ignorante y al que carece de recursos, sin que por esto sea patrimonio de alguna clase determinada; pero tenemos fé en la buena organización social, inspirada en altos fines y dirigida por quienes sientan el amor al prójimo, el cariño á su pueblo y el aguijón del deber en su conciencia, aplicando con orden y con método algunos de los consejos que la observación y los hombres peritos en la materia nos han sugerido. Mucho podría lograrse atenuando los estragos del alcoholismo en el presente y educando en la templanza á la generación que nos suceda para que el porvenir sea digno de las virtudes de esta patria chica adornada con los encantos y bellezas con que la dotó la naturaleza.

Educar y corregir, ¡qué grandes principios para llegar algún día á la regeneración apetecida por todos los buenos hijos de esta desgraciada España!

Nuestro mejor premio sería llevar un grano de arena al edificio del engrandecimiento moral y material de Asturias.

UN BUEN EJEMPLO QUE IMITAR.

Como ejemplo para el obrero, no podemos sustraernos al deseo de copiar aquí un hecho ocurrido entre obreros ingleses y que Owen cuenta á los que trabajan en sus fábricas, para moralizarlos y para que aprendan cómo se regenera una familia por medio tan natural y sencillo.

El día en que se casó un aventajado operario, estampador de sarasas en Manchester, pidióle su prometida que en lo sucesivo le asignase para ella una quartilla de cerveza diariamente. El, aunque aficionado á la bebida, hubiera preferido una mujer sóbria, por lo que quedó sorprendido de la proposición, pero él bebía mucho más de una quartilla, y enamorado además, aceptó la proposición de su novia.

El matrimonio trabajaba con afán sin que ninguno de los dos se entrometiese en los gastos del otro; ella cobraba todas las quincenas lo señalado para su quartilla diaria de cerveza y él bebía en la taberna algo más de tres quartillas. Tan solo algunas veces conseguía ella, por medio de halagos y cariños, que se retirase más temprano ó que pasase en casa la velada.

Hacia un año que estaban casados, sin que disgusto alguno hubiese turbado la paz del matrimonio, y el día del aniversario, Juan, mirando enamorado aún el cuerpo garboso de su mujer, le dijo con una ligera sombra de remordimiento: «María, hoy hace un año que nos casamos y en él no hemos tenido ni un solo día de esparcimiento; y si no fuese porque no tengo ni una peseta, íbamos á dar una vuelta por el pueblo para ver á

»tu madre». ¿Te agradaría ir, Juan? preguntó ella dulcemente, recordando al oírle expresarse con tanta afabilidad los días pasados de las amorosas relaciones. Si quieres ir, yo pago el gasto. ¿Tú pagas el gasto? contestó él con una sonrisa y sin dar crédito á su mujer. ¿Tienes tú algún dinero, por fortuna?

Tengo mi cuartilla diaria de cerveza, añadió María; y como Juan no la entendiese, ella sacó una media vieja de debajo de un ladrillo suelto de la cocina, y contando 365 monedas de tres peniques, que puso sobre la mesa, exclamó: he aquí mi cuartilla diaria de cerveza que fuí ahorrando y hoy disfrutarás conmigo.

Juan quedó avergonzado del ejemplo que le daba su mujer y fué luego sóbrio y ahorrado; él encontró la salud y bienestar en la templanza y élla logró conservar el amor de su marido, evitando con su ahorro los sinsabores de la miseria, pues como dice el refrán, «cuando la pobreza entra por la puerta, el amor sale por la ventana».

Imiten todos la previsión de la excelente esposa y verán cuán fácilmente se regenera una familia acabando con el vicio y la inmoralidad por el remedio eficaz del ahorro.





II

DE LA TUBERCULOSIS



LA tuberculosis es otra de las grandes calamidades con que luchan hoy los pueblos; compañera inseparable del alcoholismo, se aprovecha de los estragos que éste ocasiona al organismo humano debilitando el cuerpo y preparando de tal manera el terreno para el cultivo del tubérculo y para hacer que crezcan sus malditos frutos de desolación y de llanto en las familias.

Es la gran explotadora de todas las miserias: hace su recolección en todas las edades acechando con predilecta mirada al joven, que débil é inesperto camina entre las flores de la ilusión por el campo de las grandes esperanzas

Penetra en todos los hogares, pero con más facilidad en el miserable del obrero y del aldeano, porque allí tiene seguridad de entrar por la puerta abierta siempre, por la ignorancia, el abandono y la pobreza, á todo

producto patógeno ó de infección ó sea al enemigo de la salud y del bienestar físico.

Con el carácter de enfermedad popular, preséntase como gran peligro social capaz de destruir, la raza y producir un verdadero conflicto económico.

Por esto todas las naciones se aprestan á la lucha contra el tubérculo y los Congresos científicos se suceden dando la voz de alarma y animándose á levantar cruzada contra un enemigo hoy conocido, prometiéndonos en premio de nuestros esfuerzos y afanes, la victoria más cumplida siempre que aceptemos con entusiasmo los consejos de la ciencia y pongamos en práctica sus remedios.

Así lo comprendieron las naciones más cultas, y Suiza, Alemania, Inglaterra, Bélgica, Italia, Dinamarca, los Estados Unidos, etc., sostienen un muy loable pugilato para abolir esa nueva esclavitud del microbio cuyo fin es la destrucción de nuestros semejantes.

Sólo la pobre España, empieza ahora á enterarse de que si en otras épocas fué grande por sus conquistas y dominaciones hoy esas conquistas están en los Códigos del Derecho y de la salud por nosotros poco respetados.

Por esto nuestra digna Corporación municipal de Oviedo como una de sus primeras determinaciones, tomó la de secundar con entusiasmo la idea de publicar en profusa edición la Cartilla alusiva al Alcoholismo, ampliándola con la Tuberculosis, logrando con ello cumplir el sagrado deber de mirar por la salud de sus administrados, colocarse á la altura de las necesidades de los pueblos cultos y realizar lo que con gran elocuencia preceptúa en sus famosísimas circulares el Sr. Pulido, Director General de Sanidad; reconocido como una de las ilustraciones más

competentes y de los médicos más conspícuos.

Dedicado yo más por aficiones que por otra cosa, á esta clase de estudios de Higiene popular, recibí el honrosísimo encargo de poner en práctica y llevar á cabo el elevado pensamiento de tan estimada Corporación.

Difundir por todas partes la luz de la verdad en asuntos de tal naturaleza, con aquella sencillez que se requiere para hacerla penetrar en todas las inteligencias, procurar restár víctimas á la fiera que acecha las generaciones para destruirlas; obra de gigantes es seguramente y aunque me considero muy pigmeo, al aceptarla confío; en el valor y en la santidad de la empresa más que en mis humildes condiciones.

Después de todo, yo me propongo propagar y vulgarizar las grandes verdades que se consignan en las circulares aludidas facilitando á todos el medio de que sean conocidas.

I

Estado actual de la cuestión.

La enfermedad popular que más estragos ocasiona hoy en todas las naciones de Europa y aún en América; que no respeta la posición y cultura de los pueblos y que ataca de modo inusitado á la juventud ensañándose con la clase obrera y trabajadora por lo mismo que vive fuera de todas condiciones de resistencia orgánica en medio de las miserias del alma y del cuerpo y en lucha constante con malos hábitos y pasiones debilitantes, es la tuberculosis, conocida de un modo más genérico y vulgar con el nombre de tisis.

Las estadísticas oficiales lo comprueban

mejor y con más elocuencia que todos los razonamientos.

Solamente en Madrid causa anualmente más de *dos mil víctimas* y en España pasan de *cincuenta mil*.

En Italia exceden de *sesenta mil* y de *ciento cincuenta mil* en Francia, y su proporcionalidad va subiendo según el número de habitantes y la importancia específica de las poblaciones, como sucede en Inglaterra y los Estados Unidos.

Este alarmante hecho no pasa desapercibido para las fuerzas vivas de las civilizadas naciones y su energía en la lucha guarda consonancia con el afán natural de la necesidad de la defensa.

Congresos médicos en Paris, Viena y Londres, la creación de Hospitales que reúnan condiciones propias para curar, aislar y sostener á los pobres enfermos; las Ligas especiales, á cuyo frente pónense los soberanos y potentados de los pueblos; el incesante trabajo de los laboratorios; las leyes y ordenanzas que los Gobiernos y Ayuntamientos disponen; la propaganda que se hace con tan plausible fin, todo indica bien á las claras que se considera como el principal deber la intervención de las fuerzas sociales para poner diques á ese azote que castiga á la humanidad y que amenaza acabar con la especie en plazo breve, haciéndola mientras tanto vivir en la mayor zozobra y malestar.

España es hoy plaza desmantelada para el enemigo que nos cerca y hasta tal punto se ceba en nosotros, que aquí no hay ni más Hospitales que los generales para toda enfermedad, con las deficiencias que son propias de todo lo oficial entre nosotros, ni Ligas de defensa, ni Sanatorios más que el deficiente de *Porta-Cæli*, creado por el poco agradecido

esfuerzo de un hombre que por ser extraordinario en este país desgraciado y superficial, es motejado de extravagante en vez de ser solo por su empeño considerado como amigo de la humanidad; ni los ricos comprenden sus deberes para con el prójimo en esta época en la que se hacen tantos negocios industriales; ni las autoridades están á la altura de su misión protectora y de defensa social y tan solo el Sr. Pulido comprendiendo el triste papel que ante la civilización representamos, dá la voz de alarma, y en la circular sobre la Tuberculosis excita á las Corporaciones todas para que imiten el buen ejemplo que de fuera nos dán, y señalando dónde se encuentra el peligro, dá nociones sobre los remedios que la ciencia presenta como única tabla salvadora en este general naufragio, confiando más en la iniciativa individual y en la defensa propia, que en el amparo oficial cuyos recursos están dedicados al equilibrio en el poder y no á los grandes intereses del pueblo, entre los que consideramos como muy principales y de atención primordial los que á la salud se refieren.

Pensando alto y hondo sobre nuestro desamparo, ya que todo pelagra ante el enemigo, tranquilidad, vida, riqueza industrial, fuerzas y posición, es indispensable que todos secunden el buen deseo de nuestra Corporación municipal ovetense, organizándose, reclutando para este ejército de conquistas higiénicas donativos de los ricos y poderosos de la tierra, luces de los sabios, propaganda de todos, subvenciones de la Diputación y demás Ayuntamientos de la provincia, en la seguridad de que al salvar un sólo tísico de los *sesenta mil* que fallecen en España y de los muchos que en esta región *privilegiada* del microbio son víctimas, merecemos las

bendiciones del Cielo, el agradecimiento de los hombres, nuestros hermanos, y satisfacción de una conciencia honrada por el cumplimiento de un deber.

2

Instrucciones populares.

La tuberculosis es una enfermedad infecciosa producida *única y exclusivamente* por un parásito tan pequeño, que sólo por el microscópio puede apreciarse y cuyo microbio se llama de Koch por ser éste gran hombre el que le dió á conocer (bacilo de Koch).

El bacilo se implanta en nuestros tejidos, allí crece y se desarrolla, los mata y desnaturaliza, y en su afán de destrucción, elabora unos productos (toxinas) que envenena progresivamente al individuo hasta acabar con él en plazo más ó menos largo, según sus condiciones de resistencia en la lucha entablada.

Hay que desechar hoy la idea antigua de que la tuberculosis es un efecto, obrando como causas, la debilidad, la miseria, la anemia, el agotamiento por el trabajo mal dirigido y los estragos de las pasiones, no, la enfermedad tuberculosis tiene por causa exclusiva la infección bacilar de un producto conocido y el que solo se adquiere por contagio.

Es claro que como para que haya infección se requieren tres condiciones principalmente; el agente de infección, el ambiente propio para la infección y el terreno abonado para que aquel prospere, todo ese proceso de miseria orgánica es una condición apropiada para que puestos en relación con la causa morbosa, experimentemos sus efectos:

pero conste que solo podemos en el estado actual de estos conocimientos asignarle un papel meramente secundario y de condicionalidad.

Es decir, que si á pesar de todo no nos ponemos al alcance del bacilo no tendremos la tuberculosis. Proposición muy ventajosa para la defensa.

Esto pugna contra la idea, tan arraigada, por la observación de un hecho mal interpretado, de la *herencia*, pues siendo hereditaria habría que negar toda la teoría hoy en boga ó admitir que el bacilo de Koch tenía medio fácil de invadir al organismo en la como nebulosa del ser ó primera materia de su formación, y si así fuera, toda lucha para los primitivamente atacados, sería perfectamente estéril.

La *herencia* materna, ó por la línea de madre, aún nos la explicamos siempre que en el periodo del embarazo aquella estuviera afectada de la tuberculosis, pues su sangre, que al fin es el elemento básico de la nutrición del feto, serviría de vehículo de infección del nonnato aún en ese hospedage de nueve meses en el que madre é hijo llevan una vida nutritiva tan íntima.

Mas la *herencia* paterna, ó por el padre, no puede tener tanta importancia, si bien ambos progenitores influyen, si son tuberculosos, como focos de propagación entre sus hijos y los que teniendo vida íntima, estén en situación propia para el contagio y difusión del mal.

Lo que sí sucede es que los organismos enfermos engendran con gran facilidad seres débiles, por la ley de las semejanzas, y es claro que según ya hemos dicho, importa mucho como uno de los elementos de infección, el terreno preparado.

3

Modos de adquirir la enfermedad

Por tres medios puede hacerse el individuo tuberculoso y que por orden de importancia y frecuencia son: por inhalación, por alimentación y por contacto.

1.º *Por inhalación.* Siendo el bacilo de Koch como la semilla que más tarde ha de dar por fruto copioso la tuberculosis y encontrándose aquél principalmente en el esputo ó mucosidad que arrojan los enfermos con la tos, hasta tal punto de expulsar en ellos millones de éstos gérmenes, es natural que si estos productos de los pulmones y de los brónquios se depositan en el suelo ó en los pañuelos, se secarán y convertirán en diminuto polvillo el cual es suspendido en el aire de la habitación que ocupa el enfermo y llevado al respirar al aparato respiratorio de los que rodean al enfermo ó permanecen en aquel medio contaminado, llegando por este sencillo modo los microbios vivos y con todo su poder hasta los pulmones de los sanos, pudiendo producirles la enfermedad si el terreno está abonado para ello.

No es indiferente la manera de respirar, cosa que parece sencilla y que muy pocos saben sin darse de ello cuenta, tanto es así que solo el niño durante el período de la lactancia lo hace fisiológicamente por la nariz, instinto que bien pronto pierde pasando á verificarlo, como casi todos, por la boca, de aquí lo conveniente de educar al niño á respirar como demanda la defensa de su aparato respiratorio: en primer lugar para que al aire frío no llegue con esta temperatura á los pulmones, lo que es causa de muchos cata-

rros, y luego para que la configuración estrecha y quebrada de las fosas nasales y el moco que segregan éstas dificulte el paso franco del microbio y deteniéndole le destruya con aquel que es mal medio para su vida.

Otro de los peligros está en el barrido de las habitaciones y aseo de las ropas.

Cuando no se humedece el suelo antes de barrerle se corre el peligro de poner en movimiento por el aire el polvo que en muchas ocasiones vá impregnado del bacilo de la tuberculosis y siempre de otros gérmenes productores de enfermedades; el cepillar las ropas y botas en sitios cerrados puede producir las mismas consecuencias.

Otro peligro evidente está también en vivir cerca del enfermo y aproximándose á menos de un metro cuando rie ó habla, pues saliendo el aire respirado humedecido por gotitas de saliva en ellas puede anidar el diminuto autor de la enfermedad y ser proyectado hácia el que nosotros aspiramos.

2.º *Por alimentación.* Al alimentarnos con carnes ó sustancias contaminadas ó que pertenecieron á un animal tuberculoso, puede producirse la enfermedad, ya infectando la boca y faringe por inhalación de sus gérmenes aproximándolos al árbol respiratorio, ó ya también llevando el mal al estómago é intestinos y así sucedería lo mismo con las toxinas ó productos de secreción del bacilo que son los venenos que en la leche nos perjudican, siendo la coción de ella perfectamente inútil, pues resisten á las temperaturas á que la sometemos ordinariamente.

Esto, generalmente admitido hasta ahora, se ha puesto en entredicho por el eminente Koch en el último Congreso de Lóndres, pero aunque pese mucho su opinión no es asunto bien resuelto lo de la trasmisión de la

tuberculosis bovina, ó del ganado vacuno, á la especie humana.

De aquí la prudente defensa contra las carnes contaminadas y las leches de vacas tuberculosas.

3.º *Por contacto.* La piel y las membranas mucosas cuando no están intactas pueden ser también puerta abierta á la tuberculosis; un simple arañazo en el tegumento externo ó el llevarse los dedos á la nariz ó á la boca cuando las manos están sucias, sobre ser una falta grande de educación constituyen un verdadero peligro.

El tísico es un foco de infección y todo lo infecciona por consiguiente, debiendo preservarse todos contra el peligro que representa para la difusión del mal.

Hoy piensan los hombres que al asunto se dedican, que la tuberculosis es curable si se logran reunir condiciones de oportunidad, de lesión y de tratamiento, y perfectamente evitable cuando se ponen en práctica los consejos de la profilaxis ó defensas para no caer bajo la acción de su agente morboso ó patógeno: de aquí procede la importancia que tienen para la salud de los pueblos amenazados de agotamiento y muerte, los siguientes consejos inspirados en la Circular citada.

4

CONSEJOS HIGIENICOS.

1

La guerra contra el esputo.

Como el peligro mayor para adquirir el contagio está en el esputo, toda precaución que contra él tomemos será pequeña.

Destruir el esputo cuanto más antes y hacerle inútil para difundir el mal es lo primero que deberá

preocuparnos una vez que como se dijo, hasta la saciedad, la guerra al esputo es la guerra á la tuberculosis.

Esta lucha deberá comenzar desde la misma escuela de instrucción primaria, surtiéndolas de escupideras ó recipientes en buenas condiciones y afeando y castigando al que de ellas no usen en casos necesarios; recomendando en carteles esta práctica salvadora de una enfermedad terrible y al mismo tiempo altamente urbana.

Las escupideras deberán contener agua que se verterá todos los días y se lavarán con agua hirviendo para esterizarlas.

Pero no es solo en estos establecimientos en donde debe seguirse tan higiénica práctica sinó en todos los sitios cerrados, como cafés, teatros, iglesias, casinos, talleres, en fin, allí donde el hombre tenga necesidad de escupir, hasta en las calles si fuera posible como se ha hecho ya en algunas poblaciones cultas; en los coches de alquiler, wagones de ferrocarriles, etc., etc.

Deberá evitarse que los enfermos se contaminen con su propio esputo, ó ya manchando con la saliva las ropas ó las manos, y en este caso, aconséjeseles lavarse con agua hervida caliente.

En escuelas y talleres debe exigirse buena ventilación, y que las mesas no sean dobles, para impedir que sentados unos frente otros puedan exponerse con las contaminaciones mútuas, sobre todo si hubiera alguno enfermo.

La misma regla deberá seguirse en los talleres y oficinas.

Los pañuelos que usen los enfermos, así como las ropas, muebles, etc., requieren gran limpieza y desinfección, con la estufa, que no siempre se tienen á mano, ó ya también por medios más sencillos y factibles, como las soluciones de sublimado, el agua hirviendo, las legías, etc.

Los alimentos deben estar bien conservados y con la mayor limpieza; vigilar mucho las carnes que se coman y procurar someterlas á altas temperaturas. Las frutas y hortalizas se lavarán y se rasparán con esmero.

Las habitaciones que ocupen ó hayan ocupado los tuberculosos no serán habitables sin previa y minuciosa desinfección, ventilación y limpieza bien detallada; fregado del suelo, blanqueo con soluciones de cloruro de cal, etc.

Mucha limpieza en su persona y sus enseres, buena alimentación sana y suficiente y una vida

ordenada y moral con la prudente distribución del trabajo y del reposo, la gimnasia, el *sport*, bien dirigidos y el paseo al aire libre son las armas que debemos esgrimir contra el enemigo que nos acecha.

2

Reglas para los predispuestos.

Como la predisposición orgánica á la tuberculosis representa, en las probabilidades de contagio y de curación, el principal papel, es importantísimo conocer sus signos más salientes.

La facilidad de acatarrarse, la resistencia que presenta el catarro para lograr curarse con los medios higiénicos adecuados; la debilidad general; la opresión de pecho; la frecuencia que tienen los catarros en hacerse febriles con esa calenturilla que se presenta sobre todo por las tardes, el enflaquecimiento rápido sin motivos que lo expliquen; el temperamento excesivamente linfático, los infartos del cuello y las afecciones escrofulosas de los ojos tan frecuentes en la infancia, hace suponer una falta de resistencia grande y un fondo de debilidad harto sospechoso que reclama el reconocimiento del médico con lo cual lo menos que podremos lograr es el alivio ó curación de las molestias, y si fueran indicios de tuberculosis la causa principal de estados tan completos, no se perdería el primer momento, acaso el más apropiado, para establecer un plan curativo salvador, una vez que según las estadísticas es la tuberculosis en ese periodo la *más curable de las enfermedades*.

Además, que ese sería el primer paso para evitar el contagio, porque ¡cuántas veces se difunde el mal por ignorar dónde está el foco de invasión!

Otra regla muy de atender por los padres de éstos seres que llevan en su organismo el estigma del mal, radica en la elección de profesión ú oficio.

Desde luego les serán perjudiciales las ocupaciones en sitios cerrados, escasos de luz, húmedos y que requieran esfuerzos y cansancio, que también los oficios en los que se respiren gases, polvillos y humos, ó aquellos que expongan á rápidos cambios de temperatura son perjudiciales.

Conviene mucho que las personas que estén encargadas de la asistencia de los tuberculosos, observen con frecuencia una gran limpieza y se refuercen con buena alimentación, llevando á sus pulmones aire puro y renovado.

Las fuerzas sociales ante la tuberculosis.

Ante el inminente y gravísimo peligro social que ocasiona esta enfermedad, demostrado en las aterradoras estadísticas de demografía, la defensa es lógico que esté en relación con el ataque sufrido, por esto todas las naciones se aperciben á ella con recursos cuantiosos y con medidas de reconocida importancia para prevenir á la humanidad contra enfermedad tan destructora.

Al Estado, á los Gobiernos, les está señalado papel muy importante también para el individuo asociado la iniciativa popular no puede dormirse confiada, antes por el contrario, como principal paciente, debiera salir del marasmo que en España lo incapacita todo y presentarse organizada, potente y vigorosa para tomar principalísimo puesto en la lucha.

Educando y enseñando por medio de la prensa, el folleto y las conferencias, llevando á los centros docentes, comenzando por la escuela, los consejos de la ciencia para evitar el mal y curarlo.

La formación de instituciones benéficas, Juntas de caridad, patronatos para proteger al niño, sanear las viviendas, mejorar la alimentación de las clases desheredadas, combatir el fatal alcoholismo, moralizar al pueblo, regular el trabajo y el descanso, amparar al inútil y enfermo, recoger al anciano y secar toda fuente de miseria física y moral.

El establecimiento de una adecuada hospitalización como en Francia ó de Sanatorios antituberculosos como en Suiza, Alemania, Bélgica, Italia, etcétera, etc.

Convencer á las clases afortunadas de que están obligadas á prestar su poderoso apoyo por caridad primero, por deber social y hasta por egoísmo, puesto que no es el dinero bien empleado en negocios industriales el que las ha de librar de ser víctimas de las infecciones, que al entrarse por sus dorados palacios les acibarará los placeres y las hará derramar muchas lágrimas, no proporcionando los pingües rendimientos, ni la riqueza, la satisfacción purísima de la conciencia sinó cuando se aplica en atender al bien de sus semejantes y á la salud de los pueblos.

Todos deberemos formar en el gran ejército para combatir al enemigo común de la salud, solo así seremos dignos de nosotros mismos y llegaremos á un fin práctico en asuntos de tal importancia para la humanidad en general.

APÉNDICE.

Para facilitar á los señores maestros la enseñanza importantísima de las ideas que informan la cartilla, creémos oportuno publicar á modo de programa, el contenido de ella, y que de esta manera sencilla pueden examinar á los niños y hacer que éstos se den cuenta de que no es infructuoso el fin que nos proponemos. También sería muy conveniente que se fijaran carteles en las escuelas y talleres con las principales máximas de higiene profiláctica ó de defensa tanto del alcoholismo como de la tuberculosis, llevando á la inteligencia del escolar el ódio al vicio y el temor á la enfermedad.

Sobre el alcoholismo.

1. Del alcoholismo. Modo de adquirirlo y sus dos divisiones. — Su invasión, duración y caracteres según la bebida ingerida, en el *agudo* y en el *crónico*.

2. ¿Todas las bebidas y todos los alcoholes lo producen del mismo modo?

Del heredo-alcoholismo. Enfermedades que ocasiona en la familia y en el individuo.

La locura y el alcohol. El crimen y la bebida en Asturias.

3. ¿Tiene la sociedad el deber de combatir el alcoholismo?

Aspecto social y económico de la cuestión.

4. ¿La taberna, qué es y qué significa para las costumbres?

¿A qué vá el obrero á la taberna?

5. Medidas que deberán tomarse para reglamentarlas y hacerlas menos perjudiciales.

¿Quién deberá tomarlas?

6. El bebedor. ¿Cuál deberá ser el mejor medio para hacerle desistir de su hábito?

Medios morales, sociales y penales.

7. Los razonamientos de Bienfait sobre las bebidas alcohólicas.

8. Recitar el ejemplo del estampador de sarasas en Manchester, que cuenta Owen.

Sobre la tuberculosis.

Difusión de la enfermedad.

9. ¿Cuál es la enfermedad popular que causa mayor mortalidad en todos los pueblos, aún en las naciones más cultas?

Datos estadísticos en conjunto de la capital de España, de toda la nación; de Francia é Italia.

¿Quiénes colectivamente han de ponerse al frente de la campaña contra la tuberculosis?

¿Con qué medios cuenta España y cuáles son los más apropiados para su profilaxis y curación?

¿Cuáles son las causas que impulsaron á la Dirección general de Sanidad para publicar la Circular sobre tan importante asunto?

Instrucciones populares sobre la enfermedad.

10. ¿Cuál es la causa de la tuberculosis y qué es la enfermedad?

¿Cuáles son sus causas predisponentes, y la exclusiva ó determinante?

La herencia.

11. ¿Qué importancia se dá hoy á la herencia?

¿Los hijos de tuberculosos solo por serlo son ya tuberculosos?

¿Cómo se evita el malantecedente de la predisposición orgánica?

¿Es indiferente la herencia paterna ó la materna?

Medios de adquirir la enfermedad.

12. ¿Cuántos son?

1.º *Por inhalación.* ¿Cuál es el agente infectivo de la tuberculosis?

Condiciones más apropiadas de éste para su propagación.

¿Cómo debemos respirar?

Importancia y método mejor para barrer las habitaciones y hacer el aseo de las ropas y de los muebles.

Peligros de habitar cerca del enfermo.

2.º *Por la alimentación.* Peligros de tragar el esputo; en la boca, laringe, bronquios, esófago, estómago é intestinos.

¿Qué importancia tiene hoy el alimentarse con leche sin hervir?

3.º *Por contacto.* Además de la via respiratoria y digestiva ¿por qué otras puede penetrar en el organismo el bacilo de Koch?

Necesidad de hábitos de limpieza y aseo en el niño.

¿Por qué otros medios se difunde el contagio?

¿Es curable la tuberculosis pulmonar cuando se reconoce á tiempo?

13. Organos que invade el tubérculo y sus relaciones con la escrófula y el lupus.

Consejos higiénicos.

La guerra contra el esputo.

14. Siendo el esputo el principal agente de propagación de la tuberculosis ¿qué cuidados han de observarse para escupir?

¿Dónde debe comenzar la guerra contra el esputo?

¿Qué significa el escupir en el suelo en las escuelas, lugares públicos, casas y aún en la calle?

¿Quiénes deberán tomar precauciones contra el esputo?

¿Qué condiciones han de reunir las escupideras?

16. ¿Qué precauciones pueden tomar los individuos enfermos?

Medidas que deben adoptarse en las oficinas de empleados, escuelas y talleres.

16. Precauciones que hay que tener con las ropas de cama y de vestir que usen ó hayan usado los enfermos. Precauciones en las habitaciones que ocupen ó hayan ocupado.

17. Reglas higiénicas que reclaman los alimentos. Aseo del enfermo.

18. Precauciones que demanda la función respiratoria.

Medios de librarse de los objetos contaminados.

19. ¿Qué condiciones exige la higiene para regularizar la vida y qué importancia tienen éstas como medio de evitar la tuberculosis?

20. Papel de la gimnasia al aire libre para fortalecer y endurecer al niño.

Consejos á los predispuestos.

21. ¿Qué síntomas pueden considerarse como señales de predisposición para la tuberculosis?

Importancia del reconocimiento y asistencia médica en tiempo oportuno.

22. ¿Quiénes deberán tener mayor cuidado con la fiel observancia de las reglas expuestas como preventivas?

23. Elección de oficio. Condiciones higiénicas de estos. Precauciones que se refieren á los que más se relacionan y están en contacto con los tuberculosos.

De la acción social.

24. ¿Qué significa y quiénes desempeñan en ella el principal papel contra la plaga tuberculosa?

¿Con qué medios debe contar y cuáles han de ponerse con toda urgencia en práctica?



BIBLIOTECA DE HIGIENE POPULAR

POR

ARTURO BUYLLA

Médico y Abogado.

Pesetas.

<i>Cartilla sobre el Alcoholismo y la Tuberculosis (premiada)</i>	<i>0,75</i>
<i>Catecismo de la lucha anti-alcohólica, especial para escuelas y talleres.</i>	<i>0,15</i>

En preparación.

Higiene popular para la infancia.

Cartilla de los accidentes del trabajo en fábricas y talleres, medios sencillos de evitarlos y primera asistencia de los más principales.

Puntos de venta.

Librerías principales.

Casa del autor, Uría, 16, Oviedo.

Y en esta Imprenta.

F
54