

CULTURA

INTEGRAL Y FEMENINA.

NUMERO 7 15 DE JULIO PRECIO 60 CTS.

La Bastilla; Valmy; "La Marsellesa" (Aubin Rieu-Vernet).—
¿Qué debemos hacer cuando acaba de nacer un niño?

(Prof. Pinard).—De los músculos en particular (Profesor Julián de la Villa).—El mal de montaña (Hipócrates).—Un régimen brusco para adelgazar (Profesor L. de Pomiane).—La edad crítica en el hombre y la menopausia en la mujer (Dr. H. D.).—El desequilibrio moral (Joseph Cailiaux).—Historia de "La Marsellesa".—La muerte de Clara Zetkin.—El Preventorio de San Rafael. Etc.



Rouget de Lisle, en casa del Alcalde de Estrasburgo, cantando la "Marsellesa", que acaba de componer.

SUMARIO

La Bastilla; Valmy; La Marsellesa (Aubin Rieu-Vernet).—¿Qué debemos hacer cuando acaba de nacer un niño? (Prof. Pinard).—De los músculos en particular (J. de la Villa).—El número de nuestros glóbulos rojos aumenta con la altitud.—Un régimen brusco para adelgazar (Dr. L. de Pomiane).—La edad crítica en el hombre y la menopausia en la mujer.—El desequilibrio moral (M. Joseph Cailiaux).—El gran peligro de mañana.—Historia de "La Marsellesa". El Espinar y S. Rafael.—Sobre la vida y muerte de "Hildegart".—Facetas del amor.—La muerte de Clara Zetkin.—La copa internacional de la hábil campesina.—La expedición del Everest ha fracasado. ¡Hasta el Papa es judío!—Hace ciento cincuenta años que se inventaron los globos.—La langosta. El profesor Vachet hace reír.—Proveedores del Preventorio de San Rafael.—Mac Cardie, el juez más célebre de Inglaterra, se ha suicidado (Dr. Jhon Stevens).

12
3092



CULTURA INTEGRAL Y FEMENINA

LA REVISTA DE UNION SOCIAL PARA UNA OBRA COMUN DE CULTURA INTEGRAL Y FEMENINA

1.º Saber científico, para la defensa de nuestra salud; 2.º Saber cívico, para la defensa de nuestros derechos y el cumplimiento de nuestros deberes; 3.º Saber práctico y profesional, para triunfar en la lucha diaria de la vida; 4.º Saber especulativo, para los goces del alma y del corazón.

DIRECTOR: J. Aubin Rieu-Vernet

COMITE DE REDACCION. - MADRID: Berges (Consuelo), escritora; Cáceres (Aurora) "Evangeline", escritora; Campoamor (Clara), abogado, presidenta de "Unión Republicana femenina"; Halma Angélico, escritora; Malasechevarría (Eloína), abogado; Mantilla de los Ríos (María del Valle R.), presidenta de "España Femenina"; Martínez Sierra (María), escritora, presidenta de "Asociación femenina de Educación cívica"; Navarro de Luzuriaga (María Luisa), escritora, catedrática; Palencia (Isabel de), escritora, presidenta del Lyceum; Soriano (Dra. Elisa); Vicenti (Eulalia), escritora. BARCELONA: Domenech de Cañellas (María de), presidenta de la "Federación sindical de obreras"; Karr (Carmen), presidenta de "Acció Femenina"; Monturiol (Carmen), presidenta del "Lyceum Club"; Opisso (Regina), escritora; Serrano de Xandri (Leonór), inspectora de Primera Enseñanza; Serret de Fontanals (Elvira), presidenta de "Asociación femenina per la Cultura política y social de la dona"; Torrents (Antonia), presidenta del "Club Femení y d'Esports".

Secretaria general: María A. Brisso. - Secretaria de Redacción: Jacoba Reclusa. Secretaria Comercial: Sara Guerrero.

COLABORADORES. - Bolívar (Dr. Cándido), Director del Museo de Ciencias Naturales; Bergson (Henri), Profesor del Collège de France.-Premio Nóbel de Filosofía; Bravo Frías (Dr. Juan), Jefe de la Sección de Sanidad de higiene infantil (Dir. San.); Buen y de Cos (Dr. Odón de), Director del Instituto Oceanográfico; Caillaux (Joseph), ex Presidente del Consejo de Ministros francés; Carabias (Julio), Director del Banco de España; Carrel (Dr. Alexis), Director del Instituto Rockefeller, Premio Nóbel de Medicina; Comas y Solá (Dr. José), Director del Observatorio Fabra, Barcelona; Companys (Luis), Presidente de las Cortes de Cataluña; Curie (Mad. Pierre), Premio Nóbel de Física; Delaisi, Economista, autor del plan para salvar a la Europa Central, adoptado por la Sociedad de Naciones; Fonseré (Eduardo), Cated. de la Universidad de Barcelona; Forgue (Profesor E.), Director del Centro Anticanceroso de Montpellier; García Sanchiz (Federico), Escritor; Hernando (Dr. Teófilo), Cated. de la Facultad de Medicina; Jiménez de Asúa (Luis), Cated. de la Universidad Central; Llimona, Barcelona; Márquez (Dr. Manuel), Cated. de la Facultad de Medicina; Olariaga (Luis), Cated. de la Universidad Central; Ossorio y Gallardo (Angel), Abogado y escritor; Ovejero (Andrés), Cated. de la Universidad Central; Pinard (Dr. A.), Profesor de la Facultad de Medicina de París; Recaséns (Dr. Sebastián), Decano de la Facultad de Medicina; Reyes (Rodolfo), Presidente de la Sección de Ciencias morales y políticas del Ateneo; Río Ortega (Dr. Pto del), Director del Instituto Oncológico; Salazar Alonso (Rafael), Abogado y escritor; Sánchez-Covisa (Dr. José), Cated. de la Facultad de Medicina; Sol (Vicente), Director general de Prisiones; Stevens (Dr. John), Londres; Tinoco (José), Prof. auxil. de la Universidad Central; Van der Ghinst (Dr. I.), Prof. de la Universidad de Bruselas; Villa (Dr. Julián de la), Cated. de la Facultad de Medicina; Wolfgang (Prof. H.), Berlín.

¡Nunca más le volverá a doler el estómago!

Tenga la seguridad de que tan pronto como empiece a tomar el ESTOMACAL BOLGA se verá para siempre libre de dolores, ardores y peso en el estómago, vómitos, bilis, etc.

Sus digestiones, sin régimen ni molestias, serán perfectas.

ESTOMACAL BOLGA

PERMITE COMER DE TODO

Tratamiento para 10 días (Caja pequeña): Ptas. 6,75. — Tratamiento para 20 días (Caja grande): Ptas. 12,50

Se remite por correo certificado, previo envío del importe, más Ptas. 0,70 para cubrir gastos.

Remitimos gratis el folleto «En el estómago radica la vida». Informes gratis. De venta en farmacias.

Gabinete ESTOMACAL BOLGA. Aribau, 90. :: Teléfono 70801 :: BARCELONA

Artríticos: ANTIURICO "BOLGA"

FORMIDABLE DISOLVENTE URICO — Tratamiento 12 días, Ptas. 8,10 frasco.

SOMBREROS

SEÑORA:

LOS SOMBREROS MAS BONITOS,
MAS ELEGANTES,
MAS ECONOMICOS



los encontrará
en
PUEBLA, número 17
MADRID
(frente iglesia San Antonio)
MODELOS DE PARIS

FABIAN TALANQUER

CALLOS?

Producto patentado

Usándolo sólo tres días desaparecen totalmente callos

y

durezas, ojos de gallo, verrugas y juanetes

Hay muchas imitaciones ineficaces

En todas partes. 1,60 ptas
Por correo . . . 2

UNGUENTO MAGICO

FARMACIA PUERTO

Plaza de San Ildefonso, 4 - MADRID



MAQUINAS PARLANTES
DISCOS

RADIOTELEFONIA

SEIBT

APARATOS-ACCESORIOS

DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO PARA ESPAÑA:
ALEJANDRO R. DE CASTRO
CALLE DE LA MONTERA, 40. MADRID

LA BRASILENA

GRANDES ALMACENES DE TEJIDOS

SEDERIA
LANERIA
CAMISERIA
CONFECCIONES

Proveedores de los principales Sanatorios y Hospitales

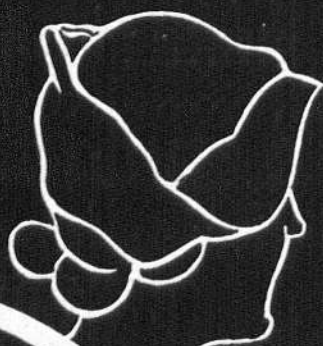
Fuencarral, 94
Teléfono 15649
MADRID



FUENCARRAL
22
ENTRESUELO



La Horra de los Sombreros



MONTERA
15
ENTRESUELO



Alvar

SUSCRIPCION

M A D R I D

Seis números 3,60 ptas.

Doce números 7,00 ptas.

PROVINCIAS

Doce números 7,60 ptas.

EXTRANJERO

Doce números 9,50 ptas.

CULTURA

INTEGRAL Y FEMENINA

PRINCIPE, 14
M A D R I DTELEFONO 95700
APARTADO 944

"El índice de cultura arrastra consigo el índice de salud y el de prosperidad." - ALBERT THOMAS

"Como el alma y el corazón del niño son obra de la mujer, para elevar al niño, elevar a la familia y elevar a la Humanidad, elevemos a la mujer."-PAYOT.

"No se puede discutir sin discutir, discurrir sin pensar, ni pensar sin saber." - R. V.

LA BASTILLA; VALMY; LA MARSELLA

Por Aubin Rieu-Vernet

14 de julio; conquista de la Bastilla.

Los espíritus liberales han tomado esa fecha como símbolo del triunfo del pueblo, y la España republicana de hoy se puso simbólicamente también bajo su égida, inaugurando sus Constituyentes el 14 de julio de 1931.

La construcción de la Bastilla de París fué empezada por el preboste Aubriot en 1369 y acabada en 1382. Su vida fué muy accidentada. Durante la guerra de Cien Años, los ingleses refugiáronse en ella para resistir a las tropas de Carlos VII; pero fué en vano, y el 3 de abril de 1436, cuando éstas se apoderaron de París, los expulsaron también de la Bastilla. Más tarde, en 1588, Bussy-Leclerc encerró a los miembros realistas del Parlamento en sus hondos calabozos. En 1649 y en 1651, los Frondeurs se apoderaron de ella, y en el combate del arrabal de San Antonio, el cañón de la Bastilla, disparado por orden de "Mademoiselle" (1) contra los soldados de Turena, salvó a Condé vencido. Además, durante toda su larga existencia, sirvió de Prisión de Estado a muchos hombres célebres, entre los que citaremos solamente a Voltaire; y así, para el pueblo, fué adquiriendo poco a poco el simbolismo mismo de la monarquía francesa y de sus lacras. Nada extraordinario, pues, que el 14 de julio de 1789, uno de los primeros gestos del pueblo parisino, al levantarse contra Luis XVI, fuese el de apoderarse de la Bastilla, no dejando piedra sobre piedra de la célebre fortaleza.

Valmy.—Europa, despótica, queriendo ahogar esa voz de libertad que amenazaba derrumbar sus privi-

legios, se coaligó contra Francia. Los prusianos capitaneaban la cruzada del absolutismo. El duque de Brunswick mandaba las tropas agueridas de Prusia. Estaban seguros de vencer, por su armamento, por su táctica y, además, porque los soldados que formaban el ejército francés no eran tropas de oficio: ¡ni siquiera sabían maniobrar! Soldados de los que muchos no tenían armamento ni calzado. Nada extraño, pues, que en Valmy, como algunos días antes en Jemmapes, el ejército prusiano se lanzase al asalto con una soberbia y una seguridad absolutas.

Pero no habían contado con el corazón. Y Goethe, que acompañaba al ejército invasor, sin duda para contar sus hazañas y asistir a la destrucción de la libertad naciente, al ver a aquellos soldados bisonños esperar impertérritos el asalto de las tropas de Brunswick, quedó estupefacto, así como el general prusiano. Pero su asombro subió de punto cuando contempló a aquellos soldados de la revolución agitando sus sombreros y contestando a los disparos del enemigo con un ensordecedor y continuo grito de "¡Viva la República!"

El vitor corrió enorme, creciente, formidable, por todo el frente francés. "¡Viva la República!", repitieron antes de contestar al ataque los voluntarios de la Libertad, ebrios de entusiasmo; y Goethe, entonces, al ver ese espectáculo inesperado y sublime, exclamó: "Un mundo nuevo acaba de nacer."

Y fueron Valmy, con Jemmapes unos días antes, las victorias que salvaron los Derechos del Hombre conquistados por el pueblo francés el 14 de julio de 1789.

La Marsellesa.—Desde el día en que, gracias a la inspiración sublime de Rouget de l'Isle, el himno sagrado de la Libertad tomó su vuelo, sus palabras enardecidas irradiaron por el mundo entero, impregnando los corazones más sencillos, inspirando los más grandes de los ensueños y tomando todos los aspectos sucesivos de la libertad en su carrera atormentada hacia el ideal.

Marsellesa tranquila y victoriosa, llevando a los *sans-culottes* a la conquista de los tronos; Marsellesa popular, buscando su destino en medio de las miserias humanas; Marsellesa hambrienta de pan y de derechos gritando su voluntad, a pesar de los golpes y de las risas, anhelante de fe eterna en la libertad humana, por encima de las muchedumbres de espaldas encorvadas. Y así, desde entonces, la vemos en el transcurso de la Historia, llevando en sus palabras y en sus notas la grandiosa impresión de todas las esperanzas y de todos los pesares humanos.

Hoy más que nunca, en esta época turbia, inquieta e incierta, todos los espíritus liberales enemigos de las *cracias* que se derrumban y de las que nacen, se inspiran en sus estrofas sublimes. Hoy más que nunca, la Marsellesa simbólica avanza, sus ojos ardientes fijos en un horizonte lejano lleno de brumas, detrás del cual brilla el sol vivificador. Y hoy más que nunca, el eco de su voz retumba en los rincones apartados del Universo, pidiendo, a la vez que más libertad y más derechos para el hombre, el cumplimiento más exacto de los deberes individuales y una religión cada vez más grande de la solidaridad humana.

(1) Título dado a la hija mayor del hermano mayor del rey de Francia.

¿QUÉ DEBEMOS HACER CUANDO ACABA DE NACER UN NIÑO?

Por el profesor Pinard

Si al lado de una madre, en el momento del nacimiento de su hijo, no hay más que personas extrañas a la medicina, ¿qué es lo que debe hacerse para prestar socorro al niño?

Ante todo, ¿qué es el nacimiento y por qué fenómeno se afirma?

Sencillamente, por el hecho de que por primera vez el niño *respira* y que con frecuencia grita, y hasta grita mucho.

Así, pues, hasta el momento de nacer el niño no respiraba, y cuando ha nacido, respira. Es decir, que toma el alimento que todos tomamos sin darnos cuenta de ello. Este alimento es el aire que absorbemos.

No se puede entrar aquí en grandes detalles concernientes a las causas de la primera respiración. En la mayoría de los casos, los niños respiran bien. Pero hay algunos en los que se establece más difícilmente la respiración. Es fácil comprobarlo, y no es preciso ser médico ni comadrona para eso.

El niño grita, grita bien, respira bien. Se le debe poner, sin embargo, de costado, pues colocándolo sobre la espalda o sobre el vientre está en malas condiciones para respirar.

Sin embargo, hay niños que al respirar dejan oír un ruido particular: se percibe que hay *algo* en el fondo de la garganta. Hay que hacer desaparecer ese obstáculo del fondo de la garganta, retirando con un dedo, muy limpio, las mucosidades que puedan encontrarse al nivel de la garganta, y más precisamente en la glotis, impidiendo que penetre el aire.

¿Hay todavía alguna otra precaución que tomar? ¿Puede presentarse el niño en condiciones especiales? Esto es excepcional; pero bueno será conocer hasta los casos raros.

Se habla en el mundo de los niños que nacen peñados.

"Ha nacido peinado—se dice—; esto es señal de que será afortunado."

Hay que saber que precisamente, y contradiciendo este dicho, puede ser peligroso nacer peinado. El velo membranoso puede ser arrastrado, recubrir la cabeza y la cara, e impedir de este modo que el aire pueda penetrar en las vías respiratorias.

Así, pues, cuando una membrana recubre la cabeza, y sobre todo la boca del niño, hay que apresurarse a quitarla.

Además, hay otra condición en que puede encontrarse. Hay niños que, como decía un comadrón del siglo xvii, vienen al mundo con *la cuerda al cuello*; esto es muy frecuente. Cuando por casualidad se comprueba al nivel del cuello del niño lo que se llama el *cordón umbilical*, hay que desatar esta ligadura inmediatamente; y si por azar este lazo está arrollado varias veces alrededor del cuello sin que sea posible quitarlo, lo que ocurre algunas veces, basta cortarlo con las tijeras.

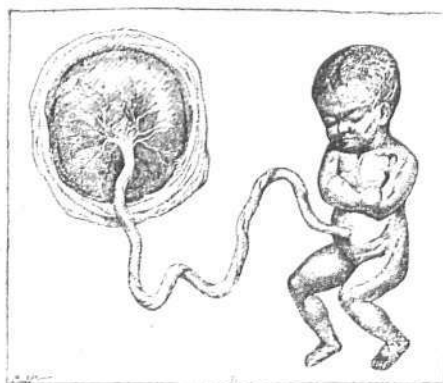
Ocurre también que el frío ha hecho que este niño experimente una reacción especial. Es natural, pues el niño se encuentra entonces en un medio exterior en que la temperatura es menos elevada que la que acaba de abandonar. Se deben, pues, tomar todas las precauciones posibles para que no tenga frío. Es preciso servirse de lo que se tenga a mano, para que no pierda mucho

calor, y, si es posible, se le envuelve en lienzo calientes. *El frío es el enemigo del recién nacido.*

Vamos ahora a examinar el hecho más frecuente. El niño que acaba de nacer no está todavía separado completamente de su madre: está ligado aún por lo que se llama *cordón umbilical*. Debiendo ser, por otra parte, este cordón objeto de cuidados especiales, será útil entrar en algunos detalles sobre este asunto.

DEL CORDÓN UMBILICAL

Primeramente, si el cordón está tirante, será preciso acercar el niño a la madre; es necesario que el cordón



no esté tenso. Y entonces, en aquel momento, se puede asistir a un fenómeno interesante en extremo: *el fin de una vida y el principio de otra.*

El principio de otra vida, esto se ha dicho ya anteriormente, es el establecimiento de la respiración. ¿Pero cómo se manifiesta el fin de la vida primera?

El cordón umbilical encierra tres vasos, y por medio de estos vasos, el niño, antes de nacer, respira, y además recibe todas las materias, los alimentos, que son indispensables para su desarrollo durante su primera vida. Por este conducto pasa cuanto le es necesario. Uno de los tres vasos, la *vena*, lleva a la sangre oxigenada; las otras dos, llamadas *arterias*, que están al lado, vuelven a llevarse la sangre que ya ha realizado su misión.

Este cordón tiene pulsaciones. Cuando algunos minutos después del nacimiento del niño se coge el cordón entre los dedos, se sienten las pulsaciones. Poco a poco las pulsaciones se hacen más raras. Al mismo tiempo, este cordón, que estaba tenso, turgente, se abate, se ablanda; después, en un momento dado, ya no hay pulsaciones. El último vestigio de la primera vida ha desaparecido.

Este cordón ya no late: está flojo y más o menos blando. ¿Qué debe hacerse con él? No hay nadie en aquel momento que sepa qué es lo que debe hacerse. La observación ha demostrado que era preciso hacer algo con este cordón.

Entre los animales, son las madres las que mascan el cordón, y al hacerlo determinan el estrechamiento y la impermeabilidad de los vasos del cordón. Esto no se hace en la especie humana, y hay que obliterar los vasos del cordón del niño que acaba de nacer, por la razón siguiente:

Cuando un recién nacido respira bien, el cordón no late ya; si se corta, no sale sangre de él.

Pero si en este momento el niño deja de respirar, si se produce un trastorno cualquiera en la respiración, el niño perderá de nuevo su sangre por los vasos que se han cortado. Por esta razón hay que ligar el cordón umbilical.

¿Cómo ligarlo? Hay que hacer lo que se llama una ligadura provisional. Esta ligadura debe hacerse siempre a bastante distancia del ombligo. La ligadura provisional no debe hacerse a menos de 10 centímetros del ombligo. Es provisional; la definitiva debe hacerse por un médico o comadrona.

¿Con qué puede o debe hacerse? Con lo que sea conveniente y se tenga a mano. Es preciso que sea una atadura bastante delgada, para conseguir, al hacer un nudo doble o triple, la obliteración completa de los tres vasos.

Es preciso que la atadura no sea demasiado gruesa, aunque sólida. Porque siendo este tejido gelatinoso, se corta con facilidad, y si la ligadura es demasiado delgada, cortará el cordón. Entonces, si hay que rehacer la ligadura una vez, dos veces, se corre el riesgo de tener que hacer una ligadura demasiado próxima al ombligo.

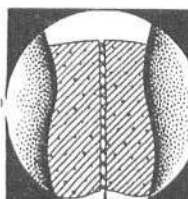
Es de absoluta necesidad que el hilo sea limpio, es decir, aséptico. En todas partes se puede obtener, por medio de ebullición, un cordoncito de hilo, de algodón, de cáñamo o de seda aséptico. Poco importa la materia del cordón, siempre que sea sólido.

En cuanto a la operación manual, es muy sencilla. Basta pasar el hilo bajo el cordón, aproximar los dos extremos en alto y hacer el primer nudo, que produce el cierre de los vasos. Es prudente hacer un doble y hasta un triple nudo.

Puede suceder que, a pesar de todo, el cordón se rompa. En este caso será conveniente doblar el cordón y hacer una ligadura con el cordón así doblado.

Estando el cordón atado así, hay que cortarlo. Pero antes de proceder a la sección, será útil hacer una segunda ligadura y cortar en seguida el cordón entre las dos ligaduras; y esto por consideraciones que no pueden exponerse aquí. Hecha la primera ligadura a 10 ó 15 centímetros del ombligo, se hará la segunda algunos centímetros más allá, y se corta entre las dos. ¿Con qué se cortará? Con un instrumento cortante cualquiera. Las tijeras de la costurera cumplen perfectamente la misión, y se encuentran en todas partes. Cualquiera que sea el instrumento, es preciso quemarlo para volverlo aséptico.

(Ese tema importantísimo será completado en sucesivos artículos.)



FAJAS
"CAUCHO IDEAL"
LAS MAS ELEGANTES
LAS MAS HIGIENICAS · LAS MAS ECONOMICAS
GARANTIA UN AÑO
CATALOGOS Y ENVIOS A PROVINCIAS
HUERTAS · 42 · Telefono 75282 · MADRID

JUAN ZORNOZA. - Alfombras

HAGA VD. SUS ALFOMBRAS CON
MATERIALES DE GRAN CALIDAD QUE SON LOS
MAS BARATOS
LABORES y NOVEDADES
LANAS DE TODAS CLASES
JUAN ZORNOZA
ARENAL · 20 · MADRID · TELEFONO 13201

Arenal, 20. - JUAN ZORNOZA



Mago de la belleza, es el verdadero y único preparado que limpia el cutis de pecas, granos y otras imperfecciones, dándole una clara transparencia y una envidiable tersura. Pídale en las principales perfumerías.

CONCE/IONARIO: **ONTO** RUIZ 18 MADRID
 URGEL 80 BARCELONA

KARDOL

MANTEQUERIAS LEONESAS



ofrece al público su nuevo establecimiento en
AVENIDA CONDE PEÑALVER, 21
 Traslado de Alcalá, 21

La mejor Mantecuería de España

PARA SER ENFERMERA

DE LOS MUSCULOS EN PARTICULAR

Por D. JULIAN DE LA VILLA, catedrático de Anatomía de la Facultad de Medicina de Madrid

Músculos del miembro superior. — Los del hombro.

Sólo citaremos el *deltoides*, así denominado por tener forma de delta, letra del alfabeto griego en forma de triángulo. En efecto, tiene forma de tal. Forma la convexidad del hombro, tapando por fuera la articulación de éste. Por su bor-

serta en el omoplato y dos en el húmero; se unen las tres, para insertarse, por detrás del codo, en la extremidad superior del cúbito. Es extensor del antebrazo.

Músculos del antebrazo.

Se dividen en tres regiones: *anterior*, *externa* y *posterior*.

La *anterior*. Tiene *músculos flexores de la mano*, sobre el antebrazo; *flexores de los dedos*, que bajan por delante de la muñeca, por el surco que forma el carpo por delante, a los dedos y *músculos pronadores*, los que ejecutan el movimiento de pronación.

La *región externa*. Tiene *extensores de la mano*, que van hacia atrás, al dorso de la mano, y *supinadores*, que ejecutan el movimiento de supinación.

En la *región posterior* se hallan los *extensores de los dedos* y un *separador del pulgar*.

Músculos de la mano.

Se dividen en tres regiones: *tenar*, *hipotenar* y *palmar media*. La *tenar* está formada por músculos cortos que forman la prominencia externa de la mano; son motores del pulgar. La *hipotenar* es la prominencia interna de la mano. Está formada por músculos cortos que mueven el dedo pequeño. La *palmar media* no hace prominencia, tiene como músculos principales los *interóseos*; se sitúan entre los metacarpianos y mueven las falanges de los dedos, doblan los dedos sobre la palma, ayudando a los flexores de los dedos del antebrazo, y aproximan y separan los dedos.

Músculos del miembro abdominal.

Se clasifican en: de pelvis, muslo, pierna y pie. Los de la pelvis. Son numerosos; sólo citaremos los *glúteos*. Son tres: *mayor*, *mediano* y *menor*. Forman la prominencia de la parte posterior de la pelvis. Por una parte se insertan en el iliaco, por otra en la extremidad superior del fémur.

Los del muslo.

Forman tres regiones: anterior, interna y externa. Como más importante citaremos el *cuadriceps crural*. Forma la masa principal de la región anterior y tiene cuatro porciones. Una se inserta en la parte anterior de la pelvis, las otras tres en el fémur. Por abajo, todas en la rótula, y por delante de ésta bajan a insertarse en la tibia, por un tendón muy grueso, el *tendón rotuliano* o *ligamento rotuliano*, que se toca debajo de la rótula, entre ésta y extremidad superior de la tibia. Es extensor de la pierna. La

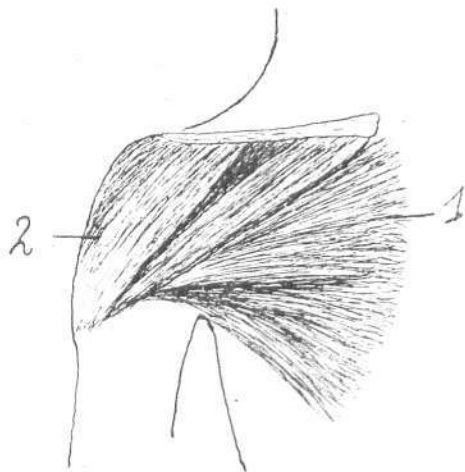
región interna del muslo está formada por los *aproximadores*, *mayor*, *mediano* y *menor*. De la pelvis saltan al fémur, formando la masa carnosa interna del muslo. Tienen por función juntar los muslos. En la *región posterior del muslo* se sitúan los flexores de la pierna, los que la doblan sobre el muslo. Sólo citaremos el *biceps femoral*.

Por su extremidad superior tiene dos partes: una inserta en el pelvis y otra en el fémur; se unen para insertarse por un tendón común en la extremidad superior del peroné.

Músculos de la pierna.

Se disponen en tres regiones: anterior, posterior y externa. La *anterior* está formada por los músculos que doblan el pie sobre la parte anterior de la pierna y extienden los dedos. Los de la *región posterior* los dividiremos en dos grupos: *superficial* y *profundo*. El grupo *superficial*, formado por el *triceps sural* o de la *pantorrilla*, tiene tres partes: dos superficiales, una interna y otra externa, que se denominan *gemelos de la pantorrilla*, *externo* e *interno*. Se insertan en los cóndilos femorales, detrás de la rodilla; forman la prominencia de la pantorrilla. La porción profunda del *triceps sural* es el *soleo*; contribuye a formar la prominencia de la pantorrilla. Los dos gemelos y el *soleo* se unen a un tendón muy robusto, al *tendón de Aquiles*, que se toca en la parte inferior y posterior de la pierna, encima del talón; se inserta en la extremidad posterior del calcáneo. El *triceps sural* es extensor del pie, es el que con más fuerza levanta el pie del suelo y el peso del cuerpo en la marcha.

J. GARCIA MANJON. Aceites andaluces. Cosechero. Fábricas en Martos.—Augusto Figueras. 33. Teléfono 16914. Servicio a domicilio.



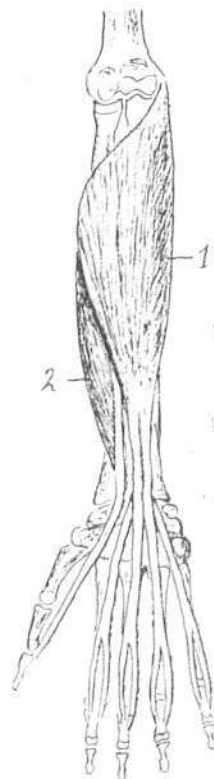
1. Pectoral mayor. — 2. Deltoides.

de superior se inserta en la extremidad externa de la clavícula y en el omoplato; por su vértice inferior, en la diáfisis humeral, en su tercio superior. Su principal función es levantar el brazo.

Músculos del brazo.

Sólo citaremos dos, como más importantes: el *biceps* y el *triceps braquiales*. El *biceps* se halla delante, tiene por arriba dos porciones insertas en el omoplato; se unen y juntan e insertan en la extremidad superior del radio.

Es flexor del antebrazo sobre el brazo. El *triceps* se halla en la parte posterior del brazo. Tiene tres porciones. Una in-



1. Flexor común superficial de los dedos. — 2. Flexor propio del pulgar.

Sal Laxante de Frutas

a granel

Polvo efervescente. Reguladora del intestino, depurativa, antibiliosa, estomacal y refrescante.

Kilo, 14 pesetas y fracciones

Laboratorio Español VILLEGAS

Jardines, 15, pral. (centro de la calle) MADRID

MUEBLES RUIZ, camas doradas y plateadas. Luna, 22, y Bravo Murillo, 147. Portadas naranjas.

Los músculos profundos de la región posterior de tibia y peroné bajan al pie a insertarse en la planta, en el tarso y dedos. Bajan a la planta por detrás del maleolo interno. Contribuyen a la extensión del pie y son flexores de los dedos.

Los músculos de la región externa de la pierna son los peroneos largo y corto. Se insertan en el peroné; bajan al pie por detrás del maleolo externo. El corto se inserta en el quinto metatarsiano; el

largo cruza profundamente la planta y se inserta en el primer metatarsiano.

Músculos del pie.

Se divide en dorsales y plantares. En el dorso del pie hay un músculo: el *pedio*; en el dorso de la mano no hay más que tendones que bajan del antebrazo a los dedos. Es delgado; se inserta en el dorso del calcáneo y termina por cuatro lengüetas, una para cada uno de los cuatro

primeros dedos. Los músculos de la planta del pie se disponen en tres grupos: *plantares externos, internos y medios*. Los *internos* del tarso van al primer dedo, aun cuando éste no sea movable como en la mano, pues no tiene más movimientos que de flexión y extensión; los *plantares externos* del tarso van al quinto dedo; los *plantares medios* se disponen como los palmares medios, aun cuando los dedos del pie no tengan más movimientos que la flexión y la extensión.

EL MAL DE MONTAÑA

EL NUMERO DE NUESTROS GLOBULOS ROJOS AUMENTA CON LA ALTITUD

Inmediatamente después de llegar a la alta montaña, el organismo humano experimenta trastornos que caracterizan al *mal de montaña*.

Se sufre debilidad muscular, cansancio invencible, torpeza mental, trastornos de la circulación (cianosis). El corazón se dilata; a menudo se trastorna el ritmo respiratorio. Pero si se resiste a esos trastornos iniciales, se puede comprobar un fenómeno singular. Poco a poco se adapta el organismo a esa vida anormal en las grandes alturas. Al cabo de ocho, quince, treinta días, según los individuos, desaparece el cansancio y renace el estado normal; el individuo se ha adaptado. Esta adaptación es muy curiosa.

Las causas del mal de montaña.

Los trastornos esenciales del mal de montaña dependen de la insuficiencia de la tensión en el oxígeno del aire respirado. La presión atmosférica general es tan baja, debido a la altura, que el oxígeno del aire no tiene la necesaria presión para disolverse en la sangre y, sobre todo, fijarse en la hemoglobina de los glóbulos rojos de la sangre, que está dotada de la eminente propiedad de fijar el oxígeno y transportarle a todos los puntos del organismo.

El primer fenómeno de adaptación que se comprueba se produce en los glóbulos rojos y en la hemoglobina (1).

Como debido a las bajas presiones, la hemoglobina toma mal el oxígeno; el organismo fabrica más hemoglobina. Como cada glóbulo rojo puede transportar menos oxígeno, el número de aquéllos aumenta. Se puede comparar a cada glóbulo rojo con un portador de oxígeno. En las altas alturas, debido a la baja presión del oxígeno en el aire rarificado, cada uno de esos portadores no puede tomar sino una carga reducida. Aumentando el número de los portadores, el organismo compensa la debilidad de cada uno de ellos.

Nada más llegar a la alta montaña, la médula ósea, que es la que fabrica los glóbulos rojos y la hemoglobina, entran en sobreactividad. En algunos días, el número de los glóbulos rojos y la cantidad de hemoglobina se elevan en la sangre. Después de cuatro o cinco semanas, la sangre ha tomado un número de glóbulos adaptado a la tensión del oxígeno. Desde luego que ese número varía de acuerdo con la altura, de la que depende la tensión.

De esto resulta que los habitantes de las grandes alturas tienen muchos más glóbulos rojos que los habitantes de las llanuras. Citemos algunas cifras:

En Oslo, al nivel del mar, la cantidad media de los glóbulos rojos por milímetro cúbico de sangre es de 4.970.000. En Zurich, a 412 metros, esta cantidad es de 5.752.000. Es de 6.551.000 en Davos, a 1.560 metros; de siete millones en Arosa, en los Grisones, a 1.800 metros, y de ocho millones en los Andes, a 4.392 metros.

La misión del Everest tendrá que precisar experimentalmente esas cifras y determinar las de las alturas todavía más elevadas. Es indudable que a 8.000 metros, según toda probabilidad, no hay adaptación posible. El oxígeno es insuficiente para permitir la vida. Pero entre 5.000 y 8.000 se podrá observar adónde llega el número de los glóbulos.

Al multiplicarse los glóbulos rojos, disminuyen de tamaño.

Si los glóbulos de la sangre aumentan en las grandes alturas, parece también que los glóbulos se hagan más pequeños. Un glóbulo rojo humano es, como se sabe, un disco lenticular que mide aproximadamente siete milésimas de milímetro de diámetro. Pero en las grandes alturas, los glóbulos se hacen más pequeños. Miden solamente cinco milésimas de milímetro de diámetro.

Sabemos por qué. En la fijación del oxígeno sobre el glóbulo rojo, un factor que interviene considerablemente es la superficie de contacto ofrecida al gas. Por eso, multiplicando el número de los glóbulos rojos y disminuyendo su diámetro, se aumenta proporcionalmente

la superficie de contacto, elemento esencial en el fenómeno.

La adaptación a las alturas no es un fenómeno instantáneo.

¿Cómo se hace el ajuste del número de los glóbulos rojos con la presión? Hoy en día se ignora. En relación con esto se desarrolla un mecanismo de extraordinaria precisión, pero que no es instantáneo. Exige cierto tiempo, semanas, para ser completo. Esto explica por qué no se observa en los aviadores. Estos alcanzan alturas a menudo muy elevadas, pero no permanecen en ellas. La adaptación en ellos no tiene tiempo de producirse.

La expedición al Everest puede aportar interesantes soluciones.

Las modificaciones de la sangre no son las únicas que se pueden observar en las grandes alturas. Existen otras muy poco conocidas hasta ahora. Son las adaptaciones del funcionamiento respiratorio y del funcionamiento circulatorio.

Al comienzo de la vida en las alturas, el corazón se altera. Late más de prisa. Con frecuencia presenta dilatación. Después, debido a la adaptación, todo esto se arregla y el corazón, al cabo de algunos meses, recupera el ritmo normal.

Las modificaciones observadas en la respiración, se refieren a la aceleración. Antes de la adaptación, la respiración es más activa. Eso se debe a que la sangre tiende a hacerse ácida. Después de la adaptación, la sangre recupera su alcalinidad. ¿Debido a qué proceso se realiza el retorno a la alcalinidad normal de la sangre, condición indispensable de la respiración normal? Lo ignoramos. Los fisiólogos han discutido ampliamente sobre esos puntos. Esperemos que los biólogos de la expedición al Everest nos traigan la solución de esos problemas difíciles.

Conocido el mecanismo de la adaptación a las grandes alturas, tal vez se pueda, por medio de ciertas prácticas, de ciertas sustancias, ayudar, acelerar esta adaptación bienhechora. Entonces la vida en las altas cumbres se hará más fácil. El mal de montaña habrá vivido.

HIPÓCRATES.

(1) La hemoglobina es la materia colorante de la sangre, que tiene la propiedad de cargarse de oxígeno a su paso por los pulmones, donde se desprende del ácido carbónico que acarrea, producto de las combustiones orgánicas.

UN REGIMEN BRUSCO PARA ADELGAZAR

Por el Dr. L. de POMIANE, profesor del Instituto Científico de Higiene Alimenticia, de París

La dinámica de nuestro organismo.

Recordemos en algunas palabras la dinámica de nuestro organismo. El organismo humano es un motor que quema hidratos de carbono (azúcares). Los hidratos de carbono los suministran los alimentos, bien directamente, bien por conducto de los almidones y de las grasas. Por tanto, las fuentes de azúcar para nuestro organismo son: el azúcar natural, todos los frutos, todas las pastas, pastelería, todos los féculáceos, como los macarrones, tallarines, arroz, patatas, etc... Si no suministramos ni azúcar, ni grasa, ni almidón a nuestro organismo, éste debe encontrar en alguna parte el carbono que necesita. Lo encuentra en las reservas de grasa. Un individuo sometido a semejante régimen, ve desaparecer rápidamente sus reservas de grasa. Adelgaza.

Régimen de voluntad.

Para entregarse a semejante régimen, hay que tener una voluntad muy grande y no dejarse vencer por nada. Por eso, lo mejor es seguir un tratamiento de "choque", o tratamiento brusco, y suprimir los alimentos carbonados. Desde luego que este tratamiento no puede seguirse indefinidamente. Después de veinte días de dieta, hay que disminuir un poco las privaciones. Pero en este momento se ha establecido ya cierto equilibrio de habitamiento, y el régimen mitigado no es tan penoso. No hay que reemplazar el pan por tal o cual sucedáneo. Hay que tener el valor de suprimirle completamente. Hemos visto que esta supresión no era cosa fácil. Hay que reemplazar el pan por una cuchara. Comemos mucho pan porque lo utilizamos para empujar, para ayudar al tenedor. Este pedazo de pan mojado, lo comemos; es natural.

Sólo durante veinte días.

El régimen de choque que describimos aquí es un régimen que se aproxima al llamado "régimen de Hollywood", pero no presenta la monotonía de este último, monotonía que empuja a la neurastenia. Todo régimen alimenticio debe ser variado. No contiene sino el mínimo de

azúcar aportada por los frutos. Pero las frutas no pueden evitarse. Son reservas preciosas de vitaminas, excitantes del peristaltismo intestinal. Las frutas son un arma contra el estreñimiento. Y los individuos que quieran adelgazar sólo conseguirán resultados si velan por la regularidad del funcionamiento intestinal.

El régimen racional se establece para veinte días. Sería peligroso continuarlo durante más tiempo de una manera absoluta. Después de veinte días de tratamiento, hay que enriquecer el organismo durante diez días. Después se puede empezar de nuevo el tratamiento durante otros veinte días. De este modo se creará un régimen tipo del que hay que aproximarse. En principio, hay que tener en cuenta que toda falta contra el régimen debe compensarse al día siguiente por un régimen un poco más severo.

Recomendaciones.

Las carnes deben cocerse o asarse sin añadirles manteca ni grasa. Se pueden confeccionar mayonesas o salsas picantes, añadiendo, de acuerdo con las reglas del arte gastrotécnico, aceite de parafina a una yema de huevo o a la mostaza. Se obtienen emulsiones perfectas que tienen el sabor de excelentes salsas. Una cucharada de café de una buena salsa rompe la monotonía del régimen vegetariano. El jugo de limón acondiciona perfectamente las legumbres. Durante el tratamiento de choque, más vale abstenerse de hacer gimnasia; en efecto, es inútil excitar el apetito en un momento en que nos imponemos un régimen alimenticio severísimo. Pero no hay que olvidar que el régimen de adelgazamiento debe ser seguido siempre por una gimnasia apropiada. Hay que devolver la elasticidad y la contractibilidad a los músculos de la piel cuando ha desaparecido la grasa sobre la que reposaban.

El desayuno.

El régimen de choque que vamos a dar se refiere a la composición del almuerzo del mediodía y la comida de la noche. En cuanto al desayuno de la mañana, se compondrá de una taza de café o de té

sin azúcar y sin leche, acompañada de una naranja o de 150 gramos de frutas. Después de cada comida se beberá una taza de té o de café, sin azúcar. El té y el café son estimulantes del sistema nervioso. Durante las comidas no hay que beber. Pero para absorber el agua absolutamente necesaria al organismo, se beberá, en el curso del día, entre las comidas cuatro grandes vasos de agua fría, o si se quiere, de infusión caliente, sin azúcar.

Una buena ocasión.

Jueves 20 de julio.—Martes 8 de agosto

He aquí, señoras, una buena ocasión. El verano, la vida en el campo, dan una gran libertad a muchas mujeres. Un régimen brusco no puede durar sino poco tiempo. ¿Queréis empezar éste el 20 de julio hasta el 8 de agosto? Pensad que varios millares de personas seguirán ese régimen al mismo tiempo que vosotras. ¿Cuántas tendrán el valor de ir hasta el final?

Este régimen es sólo para obesas.

Después del décimotercero día se puede añadir un poco de legumbre en cada comida, pero está prohibido comer pan y todo alimento harinoso. Evitar el azúcar. Usar moderadamente la manteca en la cocina: no poner nunca mantequilla en la mesa. Hay que pesarse todos los días; establecer la curva de peso, como se establece la curva de temperatura durante el curso de una enfermedad. En resumen: el régimen de adelgazamiento es una admirable disciplina de la voluntad.

Y ahora, felicitaos, porque adelgazáis sensiblemente y conseguiréis llegar a vuestro peso normal. Hemos comunicado este régimen a numerosas personas. El término medio ha sido de seis kilos en veinte días; a veces más. Pero... no olvidemos que una sola buena comida destruye el efecto de tres días de régimen, y que este régimen está hecho para obesas y no para mujercitas ya delgadas, que quieren estar como alambres.

Pesaros todos los días, teniendo cuidado de llevar siempre los mismos vestidos.

Por 50
céntimos
diarios
puede ad-
quirirse
KUKI
1933

RADIO



KUKI 1933
Adquirido por
50 CTMOS
DIARIOS
LUIS MARTINEZ

PUENCARRAL, 12 Madrid

KUKI
1933
Corriente
continua
y corriente
alterna
Teléf. 16851

ALMACENES DE ACEROS Y METALES
FERRETERIA Y HERRAMIENTAS




Hortaleza, 39, y Pérez Galdós, 9
Teléfonos: 10780 y 14563 MADRID

20 DE JULIO ALMUERZO Diez rodajas de pepino con limón..... 25 Un poco de apio con limón (una plantita). 25 Un "tournedos" de 90 gramos asado..... 200 150 gramos de cerezas. 105 Café o te sin azúcar. COMIDA Un huevo pasado por agua 80 Media lechuga cruda y un tomate con limón. 20 Una naranja..... 50 Te ligero. Total en calorías... 505 Peso el 20 de julio ... Diferencia ...	21 DE JULIO ALMUERZO Media lechuga con limón 20 Una chuleta de cordero de 100 gramos asada. 300 150 gramos de fresas... 65 Te o café. COMIDA Ensalada de dos tomates con limón..... 25 Un huevo escalfado..... 80 Una naranja..... 50 Te ligero. Total en calorías... 540 Peso el 21 de julio ... Diferencia ...	22 DE JULIO ALMUERZO Seis rabanitos, seis aceitunas verdes..... 75 Un riñón de cordero asado 150 Una lechuga cocida sin aceite 25 150 gramos de cerezas... 105 Café o te sin azúcar. COMIDA Un huevo pasado por agua 80 Ensalada de dos tomates con limón..... 25 100 gramos de judías verdes con limón..... 40 Una naranja..... 50 Te sin azúcar. Total en calorías... 550 Peso el 22 de julio ... Diferencia ...	23 DE JULIO ALMUERZO 100 gramos de coliflor con limón..... 35 100 gramos de manos de ternera 150 Berros con vinagre..... 15 150 gramos de fresas... 65 Te o café sin azúcar. COMIDA 150 gramos de queso blanco 150 100 gramos de judías verdes con limón..... 40 Una naranja..... 50 Te ligero Total en calorías... 505 Peso el 23 de julio ... Diferencia ...	24 DE JULIO ALMUERZO 80 gramos de jamón cocido con vinagre..... 200 Una lechuga cocida con limón 25 Dos tomates escalfados con cebolla muy frita. 25 150 gramos de cerezas. 105 Café o te sin azúcar. COMIDA Un huevo escalfado..... 80 Seis espárragos con limón 25 80 gramos de queso blanco 80 Una naranja..... 50 Te ligero. Total en calorías... 590 Peso el 24 de julio ... Diferencia ...
25 DE JULIO ALMUERZO 300 gramos de ensalada de fresas y cerezas con limón..... 175 Te ligero. COMIDA Un huevo pasado por agua 80 Ensalada de lechuga con limón..... 25 Te ligero. Total en calorías... 280 Peso el 25 de julio ... Diferencia ...	26 DE JULIO Un lenguado de 150 gramos cocido con limón. 100 Tres tomates en ensalada de limón..... 30 80 grs. de queso blanco. 80 150 gramos de fresas... 65 Café o te ligero COMIDA Un huevo medio duro, con una cucharada de café, de puré de tomates frescos..... 100 100 gramos de ensalada de pepino con limón... 25 Un poco de apio con salsa picante..... 20 150 gramos de cerezas... 105 Te ligero. Total en calorías... 525 Peso el 26 de julio ... Diferencia ...	27 DE JULIO ALMUERZO Media langosta asada (200 gramos con caparazón)..... 180 Una lechuguita con limón 20 Una naranja..... 50 Café o te ligero. COMIDA Un huevo escalfado con espinacas 110 Seis espárragos..... 35 Una naranja..... 50 Te ligero. Total en calorías. 445 Peso el 27 de julio ... Diferencia ...	28 DE JULIO ALMUERZO Un huevo pasado por agua 80 Dos naranjas..... 100 Te ligero. COMIDA 80 gramos de vaca cocida con salsa picante. 200 Una lechuga..... 20 Una naranja..... 50 Te ligero. Total en calorías... 450 Peso el 28 de julio ... Diferencia ...	29 DE JULIO ALMUERZO Dos setas grandes cortadas en rebanadas, con sal y jugo de limón 30 100 gramos de almejas a la marinera (pesadas sin concha)..... 70 150 gramos de cerezas. 105 Café o te ligero. COMIDA Un huevo revuelto, cocido al baño de maría, sin aceite..... 80 150 gramos de judías verdes con limón..... 60 150 gramos de fresas..... 65 Te ligero. Total en calorías... 410 Peso el 29 de julio ... Diferencia ...
30 DE JULIO ALMUERZO Dos naranjas 100 Te ligero. COMIDA Una loncha de pierna de carnero cocida..... 200 Dos tomates al horno... 20 Un apio con limón..... 10 Te ligero. Total en calorías... 330 Peso el 30 de julio ... Diferencia ...	31 DE JULIO ALMUERZO Langosta asada (200 gramos) 180 Ensalada de berros con limón 15 Una naranja..... 50 Te o café. COMIDA Huevo duro con un poco de puré de cebolla. 90 Ensalada de pepino con limón 25 150 gramos de cerezas... 105 Te ligero. Total en calorías... 465 Peso el 31 de julio ... Diferencia ...	1 DE AGOSTO ALMUERZO Seis aceitunas verdes... 60 Un filete asado (90 gramos) 200 Espinacas cocidas..... 20 Una naranja..... 50 Café o te ligero. COMIDA Un huevo medio duro. 80 Una lechuga cocida..... 25 Un apio con limón..... 10 150 gramos de cerezas. 105 Total en calorías... 550 Peso el 1 de agosto ... Diferencia ...	2 DE AGOSTO ALMUERZO 150 gramos de lengua de vaca hervida y asada 250 200 gramos de escarola cocida..... 50 Una naranja..... 50 Café o te ligero. COMIDA Un huevo al plato..... 80 80 gramos de setas cocidas con limón..... 40 150 gramos de cerezas. 105 Te ligero. Total en calorías... 575 Peso el 2 de agosto ... Diferencia ...	3 DE AGOSTO ALMUERZO Una chuleta de cordero a la parrilla..... 250 Berro cocido y picado con limón..... 20 150 gramos de fresas... 65 COMIDA Cuatro cangrejos cocidos (100 gramos)..... 100 Seis espárragos con limón 25 Apio con limón..... 10 Una naranja..... 50 Te ligero. Total en calorías... 520 Peso el 3 de agosto ... Diferencia ...
4 DE AGOSTO ALMUERZO Un muslo de pollo cocido 150 150 gramos de judías verdes con limón..... 60 Una naranja..... 50 Café o te ligero. COMIDA Una alcachofa con limón 30 80 gramos de queso blanco 80 150 gramos de fresas... 65 Te ligero. Total en calorías... 435 Peso el 4 de agosto ... Diferencia ...	5 DE AGOSTO ALMUERZO Un salmónete de 200 gramos con limón..... 180 Ensalada de repollo escaldado con limón..... 25 Un tomate asado..... 10 Una naranja..... 50 Café o te ligero. COMIDA Un huevo duro..... 80 150 gramos de judías verdes 60 150 gramos de cerezas... 105 Te ligero. Total en calorías... 510 Peso el 5 de agosto ... Diferencia ...	6 DE AGOSTO ALMUERZO 250 gramos de langosta, preparada sin aceite. 225 Ensalada de naranjas con limón 100 80 gramos de queso blanco 80 Café o te ligero. COMIDA Un huevo pasado por agua 80 Lechuga cocida con jugo de tomates 25 150 gramos de fresas... 65 Te ligero. Total en calorías... 575 Peso el 6 de agosto ... Diferencia ...	7 DE AGOSTO ALMUERZO Tournedos asado (90 gramos) 200 Apio (dos plantas pequeñas) 50 Dos setas grandes asadas 30 150 gramos de cerezas... 105 COMIDA Una alcachofa cruda... 30 Dos tomates 25 Una naranja 50 Total en calorías... 490 Peso el 7 de agosto ... Diferencia ...	8 DE AGOSTO ALMUERZO Una escalope de ternera asada 200 Espinacas cocidas 20 Ensalada de pepino con limón 25 Tres ciruelas 90 COMIDA Un huevo duro..... 80 Seis espárragos 25 150 gramos de fresas... 65 Total en calorías... 505 Peso el 8 de agosto ... Diferencia ...

Si fuese difícil proporcionarse alguno de los productos que citamos en estos menús, puede reemplazarse por otro producto de idéntico valor en calorías.

LA EDAD CRÍTICA EN EL HOMBRE Y LA MENOPAUSIA EN LA MUJER

La importancia sexual de las glándulas de secreción interna.

Se ha escrito ya mucho sobre este asunto. Médicos y cirujanos han disertado cada cual desde su punto de vista: medicina preventiva o cirugía curativa; ambas tienen razones en que apoyarse y sus éxitos.

Nos proponemos pasar revista a los incidentes y accidentes de este "período crítico" que el hombre y la mujer tienen justamente (período crítico, menopausia, retorno de edad, son las distintas expresiones del mismo estado).

Desde el momento en que el período genital o activo declina o desaparece, el hombre o la mujer están sometidos a un nuevo ciclo de su organismo y, sobre todo, a un nuevo funcionamiento de sus glándulas internas: ovarios, testículos, cuerpo tiroide (glándula de extrema importancia situada en la base del cuello por encima del esternón), cápsulas suprarrenales (situadas encima de los riñones), etc.

Estas glándulas han coadyuvado, en el transcurso de la vida joven (y cada

los órganos, a todas las células, a las arterias, a las venas y hasta a los nervios; es el nervio de la célula y de los mismos nervios, y el gran regulador de sus acciones recíprocas.

Urea sanguínea y urea urinaria.

En la edad llamada "crítica", los hombres van a consultar a su médico porque se sienten aquejados de vértigos, dolores de cabeza, inapetencia, crisis de hemorroides, palpitaciones, fatigas inexplicables, disminución de la actividad cerebral y física, tendencia al sueño después de las comidas, hinchazón de los tobillos, de los párpados, dolores en los riñones, etc.; eczemas diversos, rojez, granos; incluso suelen presentarse forúnculos y ántrax graves.

El médico piensa en seguida en examinar el corazón, las arterias y el estado de funcionamiento de los riñones, y a menudo descubre que el paciente tiene urea, hipertensión arterial o albúmina, en mayor o menor cantidad, y sobre todo, si manda hacer el examen de la sangre, el laboratorio le dará como respuesta: urea sanguínea, muy aumentada; urea urinaria, disminuida; coeficiente de Ambard, muy aumentado.

Tiene ante él a un urémico, que no sabía que estaba tan gravemente enfermo. Porque la uremia (presencia anormal de urea en la sangre que circula) es una cosa muy grave y está probado, con las estadísticas en la mano, que la mitad de las personas que sufren síncope fulminantes, en sus casas o en la calle, o mueren de supuestas roturas de aneurismas, son urémicos desconocidos hasta el día del mortal accidente, urémicos que habían vivido hasta entonces con los riñones deficientes en las nueve décimas partes de su funcionamiento, y que si se hubieran hecho reconocer mucho antes y cuidar seriamente, habrían podido evitar estos accidentes desagradables, y aun los accidentes mortales.

El fibroma de la glándula prostática puede curarse gracias a la radioterapia profunda.

El hombre, al llegar a su edad madura, tiene una disminución de las funciones de la reproducción, que se traduce por una esclerosis de sus órganos (esclerosis—transformación fibrosa) y de su próstata en particular. (Véase el corte esquemático.)

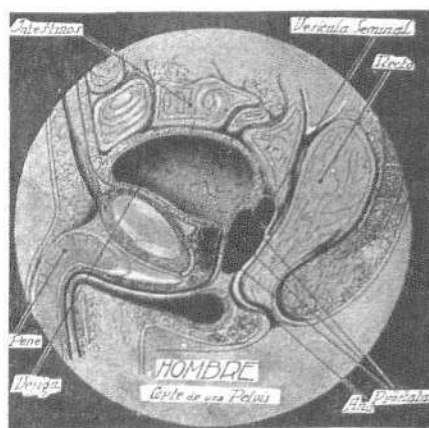
Todo el mundo conoce ahora, por haber oído hablar de ella, la glándula prostática (situada encima de la vejiga y rodeando con sus dos lóbulos principales el canal de la uretra posterior). La próstata sirve, por sus múltiples y pequeñas glándulas, para segregar un líquido prostático, destinado a diluir la esperma en el momento de la eyaculación. Tiene también una secreción interna, cuyo papel es muy importante. Entendemos por secreción interna la secreción de un producto cuya naturaleza no está todavía

bien determinada, y que es absorbida de nuevo por los vasos linfáticos que la llevan a la circulación general.

Además, esta glándula prostática tiene a cierta edad una desagradable tendencia a endurecerse o a transformarse en un fibroma muy congestionado, o en cáncer. Esta transformación de la glándula prostática es una de las dolencias que hieren del modo más terrible a los varones, como ha dicho el profesor Delbet.

Los trastornos que de ello resultan son clásicos: dificultades para orinar, que van progresivamente aumentando hasta llegar a una imposibilidad absoluta, necesitando sondajes cada vez más frecuentes, o de urgencia, pudiendo llegar hasta estallar la vejiga si no se la vacía a tiempo.

Los orines se vuelven poco a poco turbios, fangosos, llenos de colibacilos. El enfermo llega a orinar sangre, según la expresión popular. Se ve obligado a orinar a toda hora, algunas veces cada cinco minutos: la noche es un suplicio.

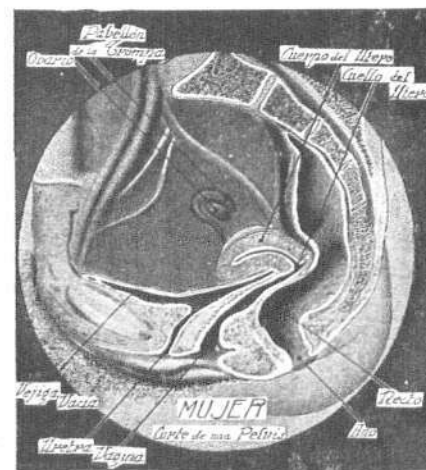


una con su actividad particular), a un equilibrio orgánico y humoral, que podríamos llamar "idealmente normal". El declinar de esta actividad se manifiesta por un desequilibrio de este conjunto, que los fisiólogos llaman desequilibrio del sistema neurovegetativo, o del sistema vagosimpático, del que todos seguramente han oído hablar desde hace algunos años.

El gran simpático es el regulador de nuestras secreciones y de nuestras funciones.

Está generalmente reconocido por todos los médicos y fisiólogos actuales que el sistema nervioso simpático regula la función y los cambios de todos los órganos, tanto de los pulmones como del hígado, de los riñones, del intestino, de los ovarios, de la próstata, de los testículos, etc.

El gran nervio simpático envía sus fibrillas a todo el organismo, a todos



para él y sus familiares; ya no duerme; no come; pierde las fuerzas, y su tez se vuelve amarilla o del color de la cera.

Esta terrible afección diagnosticada prematuramente, puede retroceder, con cuidados hábiles de médicos especialistas. La radioterapia profunda hace con frecuencia maravillas en los casos de próstata grande y blanda, después de haber desinfectado bien la vejiga de su colibacilo (el colibacilo es un microbio que pasa anormalmente del intestino, en donde debería permanecer siempre, a la vejiga, y es la causa de males a menudo graves).

El cáncer de la próstata, como todo cáncer, es curable cuidado en sus comienzos.

El cáncer de la próstata proyecta una sombra que hace terrible esta palabra para el desdichado público, que se espanta de él con razón. Pero que se dé cuenta de que si se preocupa de hacerse reconocer con frecuencia, por lo menos

tres o cuatro veces al año, por un médico especialista, y si el cáncer se *diagnostica pronto*, muy prematuramente, es decir, aun antes de que hayan hecho su aparición los clásicos síntomas (dolores, orines sanguinolentos, tez de un amarillo pajizo, decaimiento), tiene muchas probabilidades de poder curarse; pero no tendrá ninguna cuando haya dejado aparecer los síntomas que todos conocemos en estas enfermedades y que señalan un periodo avanzadísimo. En ese momento se puede decir que no tiene ya sino algunas probabilidades de curarse; en la mayoría de los casos, ninguna.

En resumen, y para evitar tanto como sea posible estas lamentables posibilidades de un fin de vida desgraciado, es absolutamente preciso hacerse reconocer a menudo, para saber exactamente a qué atenerse sobre su organismo. Es preciso también que el médico haga un diagnóstico claro, preciso, muy prematuro, y utilice para la lucha todos los medios que nos proporciona hoy la ciencia para combatir el mal. Son numerosos, es cierto, y eficaces; pero a condición, lo repetiremos mil veces, de que no se empleen demasiado tarde; y esto es aplicable a todas las hipertrofias de la próstata, así como a todos los cánceres en sus comienzos, ya sean en la lengua, en el estómago, en el intestino, en el hígado, en el riñón, en la próstata, etc.

Los tratamientos a base de extractos glandulares en las afecciones de la edad crítica de la mujer.

Pasemos ahora revista a los incidentes y accidentes del periodo crítico en la mujer.

La menopausia es muy temida por ella, y con razón. Es también para ella el periodo en que declina el funcionamiento de los ovarios. Este periodo se caracteriza por sus trastornos nerviosos, bien conocidos, mareos, ráfagas de calor, erupciones, enfermedades de la piel muy frecuentes. Los trastornos del sistema nervioso entrañan molestias graves del estómago, del intestino, dolores en los plexos nerviosos, dolores de cabeza muy frecuentes, ideas extrañas, algunas veces locuras transitorias. La mujer se descubre todas las enfermedades, pero ¿qué

hay a menudo en el fondo de este estado? La aprehensión de algo grave. Bien; pero, no obstante, es preciso buscar un modo de corregir y compensar estos trastornos, empleando extractos ovarianos, añadidos diestramente a los extractos hipofisarios y tiroidianos. La hipófisis es una glándula situada debajo del cerebro, en la base del cráneo, cuya secreción interna se combina con las de las glándulas tiroidianas y ovariánicas; pero los tratamientos exigen un gran cuidado por parte del médico, que debe estar muy entrenado en el uso de estos medicamentos, muy "al tanto" de "la endocrinología" y del empleo de los extractos de las glándulas internas.

La mujer no debe de fiarse de los consejos de personas inexpertas: debe acudir al médico.

Hasta aquí, aparte de estos trastornos muy alarmantes para los enfermos, pero, digámoslo, sin gran importancia desde el punto de vista vital, las mujeres no se preocupan con exceso de su salud.

Se atribuyen estas pequeñas molestias a un trastorno de la circulación. Es, según la expresión admitida, "que se revuelve la sangre", y se piensa: "Esto pasará con el tiempo y algunos remedios caseros; la botica está bien provista de pociones, pildoras, extractos..." Error, y ¡con cuánta frecuencia funesto! No nos cansaremos nunca de recomendar a esas mujeres que no se confíen y vayan a contar a su médico sus trastornos y sus inquietudes. El médico de familia existe todavía, por más que se diga, y conoce muy bien las taras y las tendencias de cada organismo o de cada familia, que se ha confiado a él desde hace muchos años.

Teméis al quiste del ovario, al fibroma, al cáncer del útero. Pero os habéis dicho, confiándoos en palabras huecas: "Tengo metritis, sangro un poco, algunas veces mucho. Mis reglas, que habían desaparecido desde hace mucho tiempo, han vuelto; con un poco de hamamelis, esto se cura."

PAZ ISCAR.—PROFESORA EN PARTOS, HOSPEDAJE. Fuencarral, 28. Tel. 95181

Es un error, debemos decirlo.

En la tercera parte de los casos, es exacto: en el resto de los casos, vuestro médico diagnosticará, ya sea un fibroma, un quiste o un tumor canceroso.

El diagnóstico prematuro es una garantía de éxito.

No nos cansaremos de repetir que sólo el diagnóstico prematuro de estas afecciones es asunto primordial, porque tratados desde el principio, vuestra afección tiene muchas probabilidades de ser yugulada y curada.

¿Qué hay que hacer en ese momento? Un examen completo de todo el organismo, del sistema génitourinario entero, sin falso pudor.

Si habéis tenido la precaución de consultar con vuestro médico desde el principio de estas pequeñas señales, y mejor aún, en el periodo que las precede; si os habéis hecho reconocer con bastante frecuencia, como lo hemos indicado anteriormente, debéis confiaros a la sagacidad de vuestro médico, del cirujano o del radioterapéutico, según el caso. Usted misma no puede juzgar de la oportunidad del tratamiento que se debe emplear; y de este modo, el tratamiento muy prematuro y practicado en confianza, sea por la electricidad, sea por la diatermia, por el radio, por los rayos X ultrapenetrantes y sobre todo por una operación quirúrgica bien hecha, os permitirá curar completamente, y con frecuencia muy pronto. Me acuerdo siempre de esos veinte casos de cánceres del útero operados muy prematuramente, es decir, a la aparición de los primeros síntomas, por el gran maestro, profesor J.-L. Faure, en el hospital Cochin, y curados por completo desde hace diecisiete años (y esto pasaba en 1908); es decir, curados sin reproducción, ni ninguna complicación; curados de un modo absoluto, a pesar de la etiqueta clara de cáncer, dada por el Laboratorio en repetidos exámenes, y esto fué una gran lección para mí: la premura del diagnóstico en estas afecciones, es la mejor garantía de una formidable posibilidad de curación.

DR. H. D.

Señora, SUS ZAPATOS
en esta Casa



200 modelos en calzado
blanco desde 12 pesetas

**CALZADOS
EL FERROCARRIL**

Magdalena, 24 Toledo, 24 Fuencarral, 68

EL DESEQUILIBRIO MORAL

Por M. JOSEPH CAILLAUX, ex Presidente del Consejo de Ministros francés.

¿Es que exagero cuando hablo de la anarquía económica (1). ¿Es que comparto el defecto de muchos hombres que han traspasado ya la mitad de su existencia, y se complacen en denigrar el presente? ¿Seré yo, según la expresión latina, *laudator temporis acti*?

Me frotó los ojos. Miro en derredor mío.

No quiero considerar lo que pasa más allá de los Cárpatos. Se me dice que la Guépéou no hace más que continuar la Okrana. No estoy convencido de ello, pero no ignoro que Rusia ha sido siempre la tierra del sufrimiento, y que Iván el Terrible y hasta Pedro el Grande han abierto ampliamente los caminos a Stalin.

No me detendré, tampoco, en los espectáculos trágicos que nos ofrece periódicamente la Europa oriental. Hace algunos meses, en plena sesión del Parlamento, cuatro diputados de la oposición eran asesinados por un miembro de la mayoría. Casi diariamente nos informa el telégrafo de las odiosas matanzas que continúan en Macedonia y sus confines. ¿No nos han hecho saber las Agencias que hasta en las prisiones donde están encerrados se matan entre sí mismos los partidarios macedónicos? La persecución a los judíos continúa en estado endémico en Polonia y en ciertas regiones balcánicas. El relato de las atrocidades cometidas durante estos últimos años más allá del Danubio y en los territorios vecinos llenaría un grueso volumen.

No se puede dejar de pensar al cándido de Voltaire en el mundo de horrores por que atravesaron el discípulo de Pangloss y la bella Cunegunda, cuya persona sufrió algunos daños, antes de ir a cultivar su jardín cerca de Constantinopla, en donde es dudoso que encontraran hoy un retiro tan apacible.

¿Es que la rueda gira hasta el punto de que, al salir de un siglo, que no figurará tal vez entre las épocas de alta inteligencia creadora, pero que formará entre los períodos de profunda humanidad, estamos condenados a volver a caer y a hundirnos cada vez más en el cieno del que creíamos que nuestros descendientes estarían libres para siempre?

Se plantean con angustia estas preguntas, cuando con la lectura de los periódicos ingleses con correspondencias americanas se da uno cuenta de que la esclavitud vuelve, bajo una forma odiosa, en algunas partes del Nuevo Mundo.

El pueblo de los Estados Unidos no se contenta con juntar el antialcoholismo jurídico y el antialcoholismo práctico, con el cortejo de robos, saqueos, asesinatos, que es el patrimonio de los gangsters. No se contenta con tolerar más allá del Atlántico la horrible ley de Lynch. Se cierra los ojos sobre el tráfico de prisioneros, ¿de los prisioneros que los guardianes no asesinan! ¿Que no se diga que es inverosímil! ¿Que se escuche más bien esta dolorosa historia! Hace algunos meses, un tal Arturo Maicefort, blanco, detenido en Jacksonville, que fué preso a consecuencia de no sé qué falta que había come-

tido en el desempeño de su cargo, era encerrado en una estrecha caja de madera y expuesto a los ardientes rayos del sol de La Florida hasta su completa cocción. ¡La Edad Media ignoraba semejantes abominaciones!

¡Quiero creer que se trata de un caso excepcional! Sí; quiero creerlo, aunque... Pero lo que es constante en todos los casos es la prestación de los prisioneros. Se les presta a los que emprenden algún negocio, los que explotan minas, que les sometan a los trabajos más penosos, que les hacen sufrir toda clase de malos tratos; tanto, que de diez, nueve mueren de sufrimientos o de agotamiento. Se ha observado precisamente en las hojas inglesas que en otros tiempos, los propietarios de esclavos tenían interés en conservar en buen estado la salud del rebaño humano que formaba parte de su haber. El interés de los que se benefician con el innoble tráfico es todo lo contrario. ¿Qué se les importa ver sucumbir a los seres humanos que se les ha prestado? Lo esencial es sacar de estos desdichados, insuficientemente alimentados, desde luego, el máximo de trabajo. Cuando han muerto de fatiga, los tratantes se apresuran a sacar nuevos esclavos de esos inmensos depósitos que son las prisiones.

¿He aquí lo que pasa en un gran país, a quien sus triunfos económicos han llenado de orgullo, que pretendía ayer, que pretende hoy mismo volver a traer al Antiguo Continente al camino de la prudencia! ¿Qué pensarían los emigrantes del Mayflower, que poseían categoría suficiente para predicar la virtud, del contraste que existe entre las piadosas homilias de sus descendientes y los actos de salvajismo que organizan o toleran?

Y para ampliar nuestra visión, ¿quién dejará de comprender las inquietudes que el retroceso de la civilización moral da a los que se asoman a los grandes problemas de este tiempo? No hay evolución social (o revolución, las palabras no tienen importancia) que sea posible si no tiene por sostén una evolución moral. Pero, ¿qué peligros no habría de tener si se intentara una transformación radical del sistema económico del Mundo con elementos humanos en desequilibrio moral?

¿No acabará de comprenderse que la felicidad del hombre no la consiguen los técnicos, y que no se fabrica en serie como los Fords? La cultura del alma, la realización espiritual del individuo, condicionan el progreso del Mundo.

J. CAILLAUX.

PELUQUERIA DE SEÑORAS ROSSY

ESPECIALIDAD: ONDULACION PERMANENTE Y TINTES. - (MANICURA)

Paseo de Recoletos, 8 - Teléfono 59545 - MADRID

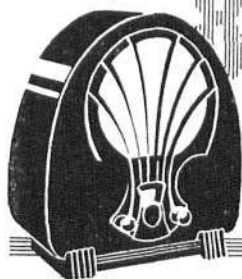
(1) Véase el número de CULTURA del mes de marzo último.

SEÑORA,

¿ha probado los cafés de
La Paz Azucarera?

La prueba es el mejor con-
vencimiento

BORDADORES, 5 **MADRID**
TELEFONO 13664



30

PHILIPS

RADIO
A SUPERINDUCTANCIA

PLAZOS
CONTADO

AGENCIA OFICIAL

ZATO

PI MARGALL, 11
PELIGROS, 10

EL GRAN PELIGRO DE MAÑANA

Si la simiente depositada actualmente en los jóvenes empieza a germinar.

Poco importa que de aquí al año que viene todo conflicto quede alejado; lo que hay que preguntarse es si Ginebra es capaz de llegar a decisiones que aseguren que dentro de dos, tres o cuatro años tendremos paz todavía.

¿Depende esto únicamente de la técnica de los armamentos? ¿Basta para esto establecer por medio de un control internacional hasta qué punto se tendría el derecho de armar en los diferentes países? Si no se consigue evitar la guerra próxima, no hay que hacerse la menor ilusión: no solamente esta guerra será la más cruel y la más inhumana que se haya visto en la historia del mundo, sino que dará la victoria a quien haya tenido mayor genio de improvisación. Los medios de la próxima guerra podrán obtenerse de un día para otro. Y el desarme material importa mucho menos que el desarme moral.

Según von Papen, es una vergüenza morir en la cama.

¿Cuál es, bajo este aspecto, la situación de Alemania? El discurso que recientemente ha pronunciado von Papen, vicescanciller del Reich, es un testimonio terrible del estado de espíritu actual de los medios dirigentes de Alemania. Ni una palabra de aquella civilización de que Alemania estuvo tan orgullosa. Unicamente se aplaude el espíritu guerrero. Y no ese espíritu de los soldados del servicio militar obligatorio, que en todo momento están dispuestos a arriesgar su vida por la defensa de la patria, sino el espíritu de los raitres, que consideran como una vergüenza el morir en la cama.

Las palabras grandilocuentes de von Papen no son de su propia invención: son una cita de la Germania de Tácito. Y hace mucho tiempo que los historiadores saben que esta frase de Tácito era una exageración del autor latino, que quería poner ante los ojos de los romanos afeinados las virtudes guerreras de los germanos para enardecerlos. Incluso si los viejos germanos fueron tal y como quieren representárselos hoy en día los dirigentes románticos de Alemania, se encontraban en un grado de civilización en que los hombres no podían tener otro motivo de preocupación que la caza, la comida y la guerra. ¡Magnífico ejemplo para el siglo xx!

Por desgracia, es ése el espíritu que actualmente se predica en Alemania.

Ahí está el peligro de mañana.

¿Qué significan todas las discusiones sobre el número de las fábricas de armas, de los cañones, de los submarinos, de los aviones de guerra y de las ametralladoras, si se representa a la guerra no como una desgracia irreparable, sino como un acontecimiento deseable? Ahí está el peligro para la paz del mundo. Un peligro que hoy en día tal vez sea aún pequeño, pero que puede hacerse enorme en algunos años si la simiente depositada actualmente en los jóvenes empieza a germinar.

PROFESOR GEORG BERNHARD.

Compañía Colonial

A. Y E. MERIC

CHOCOLATES, CAFES, TES
FABRICA EN PINTO

DEPOSITO GENERAL Y OFICINAS
Mayor, núm. 16 -- MADRID

La Casa pequeña

EXTENSO SUR-
TIDO EN BORDA-
DOS Y ENCAJES
DE TODAS CLASES
LOS MAS NUEVOS
Y BARATOS PA-
RA EQUIPOS Y
CANASTILLAS.



GRAN TALLER
DE BORDADOS
CORDON E INCRUS-
TACIONES DE TODA
CLASE DE PRENDAS

SERVIMOS MUESTRAS Y ENCARGOS A PROVINCIAS
FUENCARRAL 37 (FRENTE A GALDOS) **MADRID**



PERFUMERIA NEMY

Av. Eduardo Dato, 12 - Teléf. 90683

Perfumes de las primeras marcas y bi-
sutería fina. Perfumes selectos de lujo,
1.º peso. - Colonia Brisas del Cairo.

SUPER COLONIA NEMY

RADIO-ELECTRICIDAD
APARATOS Y MATERIALES ELECTRICOS Y RADIO
CASA RICARDO
(HIJO JULIAN TEJEIRO)
PLAZA DE NICOLAS VALHERON 12
Y AMAZONAS 2.
TELEFONO 72756 - MADRID

HISTORIA DE "LA MARSELLESA"

José Rouget de Lisle nació en Lons-le-Saulnier en 1760, y era oficial de Ingenieros, de guarnición en Estrasburgo, cuando creó "La Marsellesa". La creación del "Himno de guerra al Ejército del Rin" tuvo lugar, según cartas auténticas, en las siguientes circunstancias:

Viernes 20 de abril de 1792.

Querido capitán:

El martes próximo, con ocasión de la marcha de los voluntarios, se celebrará una velada en la plaza de Saint - Etienne. Los Dietrich son apasionados de la poesía. ¿No podría usted darnos la sorpresa de una de sus bellas composiciones? Sirvase responder sin perjuicio.

Cordialmente,

Kellermann (1)

A esta invitación, que fija bien los hechos, respondió Rouget de Lisle lo siguiente:

Mi general:

A quien no fuese un gran militar, hubiese contestado negativamente a la pregunta que usted me hace el honor de dirigirme, porque mi "sorpresa" es su halagadora sujeción. Pero a mi superior le debo obediencia. He aquí algunas frases sin perifrasis:

(1) General en jefe de los ejércitos del Mosela y del Rin. Nació en Estrasburgo. Vencedor en Valmy de los ejércitos de la Europa despótica, coaligados contra Francia republicana.

I

Hablar sin gracia,
pensar sincero,
todo a mi guisa
es mi divisa.

II

Ir y venir,
marchar, correr,
velar, dormir,
es mi placer.

III

Mujer discreta,
grácil e inquieta,
mas no coqueta,
mi anhelo es.

IV

Para los buenos,
dulzura extrema;
guerra a los malos
es mi sistema.

V

Mente alocada,
conciencia honrada,
es mi deber.

VI

Y ésta es mi esperanza,
dar a la patria
mi vida entera.

Respetuosamente
suyo,

Rouget de Lisle.

Pero cuando en el curso de esta velada se pidió a Rouget de Lisle que cantase alguna de sus composiciones para acompañar a una sobrina de los Dietrich, se excusó diciendo que las "canturrias" no eran de su competencia.

El barón de Dietrich le dijo entonces:

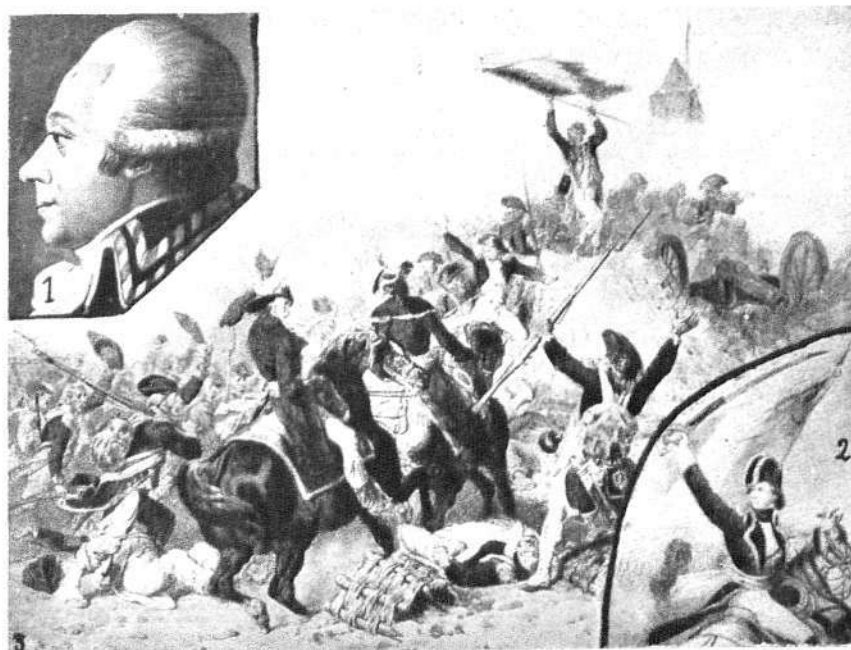
—Usted, que es músico y poeta, debe escribirnos algo que merezca ser cantado en el campo de batalla.

El mariscal de Luckener insistió:

—Si; un himno entusiasta, un canto nacional digno de un poeta militar. Ese es el cantar que nos falta, el que deseamos.

LA BATALLA DE JEMMAPES

LA PRIMERA VICTORIA DE "LA MARSELLESA"



1. General Dumouriez, comandante en jefe del ejército francés en Jemmapes.—2. El duque de Orléans, que se distinguió en las primeras filas del ejército republicano.—3. Las tropas republicanas subiendo al asalto, 6 de noviembre de 1792. (Estampa de Bollangé.)

"LA MARSELLESA" EN JEMMAPES

"Un belga, venerable anciano de Jemmapes que, por haber huido todo el mundo, fué el único que permaneció y vió la batalla desde las alturas inmediatas, nos ha contado la imborrable impresión que ha conservado de ella. En el momento en que nuestras columnas se pusieron en movimiento, en que la neblina de noviembre al empezar a disiparse descubrió al ejército francés, un gran concierto de instrumentos se dejó oír; una música grave, imponente, inundó el valle, subió a las colinas; una armonía majestuosa parecía preceder a Francia. Las bandas de nuestras brigadas, partiendo todas a la misma señal, iniciaban la batalla con "La Marsellesa"; la tocaron varias veces, y en los raros intervalos en que las espantosas ráfagas del ruido de los cañones concedían alguna tregua, se oía el himno sagrado. El furor de la artillería no podía ahogar completamente la música sublime de las guerras fraternas. El corazón del joven belga, conmovido con esta dulzura inesperada, estuvo a punto de traicionarle. La artillería le había dejado indiferente: la música le había vencido. Era, ¿cómo ignorarlo?, era el ejército de la Justicia, que iba a devolver al mundo sus derechos olvidados; la Fraternidad en persona acudiendo a libertar a sus enemigos, y ofreciéndole, a cambio de sus balas, los beneficios de la Libertad."

MICHELET.

Rouget de Lisle asintió.

—Y ¿cuándo, capitán?

—¡Mañana a las diez estará escrito!

Rouget de Lisle cogió un violín y se despidió. Al día si-

rrentes se reunieron comenzó a cantar su "Himno de guerra para el Ejército del Rin".

Al siguiente día, 26, por orden del alcalde Dietrich, las estrofas patrióticas instrumentáronse para la banda militar, y se publicaron por Dannebach, impresor municipal. La primera vez que el himno se ejecutó en público fué el día 29 de abril, domingo, en la Plaza de las Armas, por los músicos de la Guardia Nacional. En una semana, los 600 voluntarios de Estrasburgo aumentaron en 1.000.

El 4 de junio de 1792, el general Serván, ministro de la Guerra, glorificó ante la Asamblea Legislativa el "Canto a la guerra" de Rouget de Lisle.

El resto de la historia es muy conocido. Se sabe cómo los voluntarios marseleses, que iban a pie a París, cantaron durante su marcha el "Himno de guerra al Ejército del Rin", y contribuyeron así a popularizar, por donde pasaban, el canto inmortal. En su honor, pues, Rouget de Lisle bautizó su himno con el nombre de "La Marsellesa".

Esta obra inmortal, de inspiración grandiosa, no impidió que poco después, durante la época del Terror, Rouget de Lisle fuese detenido como sospechoso de tibieza republicana. Afortunadamente para él, el 9 Termidor llegó con oportunidad para salvarle y libertarle. Vuelto al Ejército, y luchando contra los "chuanes", fué herido en Quiberón en 1795 y después olvidado.

Treinta y cinco años más tarde, en 1830, fué condecorado, y recibió una pensión de 1.500 francos del rey Luis Felipe I. Poco tiempo le quedaba para disfrutarla, pues murió seis años más tarde, en 1836, a la edad de setenta y seis años.



guiente, 25 de abril de 1792, los invitados de la víspera acudieron a casa de los Dietrich, calle de Broglie, número 4. A las diez en punto entró Rouget de Lisle, quien llevaba un pliego enrollado, y en el saloncito en que los concu-

"LA MARSELLESA"

Ha nacido en Strasbourg, en tierra gala, de un grito de amor para los oprimidos y de odio contra los tiranos.

Ha venido a Marsella, a bañar el borde de sus alas en el milagroso Mediterráneo, cuya espuma dió vida a Kypris Afrodite, la Belleza, y cuyo glauco azul resplandece a los ojos de Pallas Atenea, la Razón.

Ha sido bautizada en París, donde arde el alma del mundo nuevo.

Se ha paseado a través de toda Europa, sembrando en ella el Evangelio de los Derechos del Hombre.

Es el himno de guerra que une a todos los civilizados de los dos hemisferios en la postrer cruzada con el fin de aniquilar a los últimos bárbaros.

Será el himno de triunfo, el *Magnificat* de justicia, de luz y de libertad, que cantará la Humanidad al final de su camino hacia la estrella, al entrar en el Paraíso reconquistado, por la suprema victoria que abrirá para siempre la puerta de la paz.

El día en que la tierra muera en el cielo, entre todas las canciones de toda su vida, que recordará para acompañar a su agonía grandiosa, el tono y las palabras que con mayor ternura conmoverán a su corazón, tú se los cantarás, *Marsellesa*, y de esta manera, el cielo mismo los propagará todavía hasta el fondo de la eternidad.

JEAN RICHPIN

(De la Academia Francesa.)

REPORTAJES DE "CULTURA"

EL ESPINAR Y SAN RAFAEL

No recuerdo paisaje más bello que el que se contempla en el camino de Guadarrama a El Espinar. Siempre subiendo, el coche deja tras sí escarpadas vertientes, planicies inmensas, donde entre masas de obscuro verdor ponen sus notas pintorescas los caseríos y los pueblos que se agrupan bajo las altas cumbres de los montes nevados.

Y a uno y a otro lado del camino destacan su típica fisonomía los grandes sanatorios, donde acuden enfermos de todo el mundo en busca de remedio a sus dolencias.

Culmina la grandiosidad del paisaje al llegar al Alto del León, desde el cual se divisa un panorama, no por muchas veces contemplado, menos bello y admirable.

Luego, la carretera se abre entre apretados bosques de pinos fragantes, en los que, a pesar de que los huracanes invernales arrancaron de cuajo centenares de árboles, se hace difícil penetrar a la luz del sol.

Y así hasta llegar a El Espinar, el pueblo pintoresco por excelencia; el pueblo por excelencia sano, y el pueblo más rico de todos los que en la sierra de Guadarrama tienen asiento.

Atraído por estas condiciones excepcionales, el Estado se hizo propietario de un inmueble en El Espinar.

Un inmueble, no para fines de recreo u ostentación, sino para dedicarlo a una de las más altas funciones sociales que le están encomendadas: la lucha contra la tuberculosis.

Expresado esto, no hay que decir que el inmueble a que se alude es el Preventorio Infantil de San Rafael.

Institución de renombre universal, considerada como modelo entre las de su clase, el Preventorio de San Rafael honra a la Sanidad española: es un galardón de la lucha antituberculosa, que debe ser conocido y admirado en toda España.

Sus fines son tan sabidos, que casi huelga repetirlos; pero, por si alguno lo ignorara, vamos a expresarlos

en pocas palabras. Este Preventorio, como todos los de su clase, tiene por objeto acoger los niños predispuestos, por herencia, por debilidad orgánica, por cualquier otra causa análoga, a contraer la tuberculosis.

Mediante una selección cuidadosa,



D. Antonio Pallefe, ilustre figura de la puericultura española, Director del Preventorio de San Rafael.

sa, y previa la solicitud oportuna, estos niños van ingresando, por turno riguroso, en el Preventorio, donde permanecen el tiempo indispensable—un año, por regla general—para robustecer su organismo y proporcionarle defensa contra posibles contaminaciones.

En el Preventorio, bajo la dirección de un médico en propiedad y un médico residente, los niños llevan una vida que les transforma rápidamente, y les proporciona la salud y la alegría de que carecen al entrar en el establecimiento.

El Preventorio Infantil de San Rafael está, como antes dijimos, considerado como un modelo. Construido expreso para el fin a que se dedica,

reúne la casi totalidad de las condiciones exigibles a un edificio de esta índole.

Y decimos casi la totalidad, de un lado, porque la arquitectura sanitaria está en mantillas en España, y arquitectos ilustres al llegar a este terreno fracasan; y de otro, porque cada día se hacen precisas obras nuevas para acomodarlo a las nuevas exigencias.

Le forman dos vastísimos pabellones en ángulo, cuyo vértice ocupa una airosa torre, e independientemente, varios edificios aislados para servicios accesorios.

En el vértice de este ángulo se halla el *hall*, espléndida pieza que da acceso a la escalera que pone en comunicación la planta baja con la principal.

A la derecha del *hall* se hallan una serie de lavabos, donde antes de entrar en el comedor hacen limpieza de manos los pequeños; y frente a estos lavabos, pulquerrimos por cierto, el gran comedor, de blancas paredes, suelo de mosaico, zócalo de mármol, en el que se alinean un centenar de mesas, que a las horas oportunas se cubren de blanquísimos manteles, preciosa porcelana y cristalería rutilante.

A la izquierda del *hall* se halla una habitación que sirve de comedor al personal directivo del Preventorio; después,

una vasta galería en donde se hallan las habitaciones del director y el médico residente; al fondo, el cuarto de duchas de los niños; y luego la sala donde éstos hacen reposo.

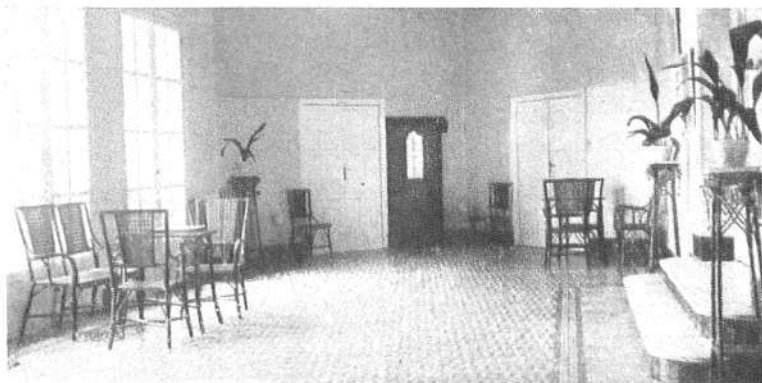
En la planta superior, a que da acceso la escalera a que antes nos referimos, se hallan el cuarto de costura, los dormitorios y habitaciones del personal subalterno.

En todos ellos brilla una pulcritud admirable, insuperable, ésa es la frase, que honra a los elementos directivos del establecimiento.

Visible en todas partes, aun brilla más en los dormitorios, que por el tono de su decoración, la blancura del pavimento, ropas, muebles, etc., dan una sensación de deslumbramiento.



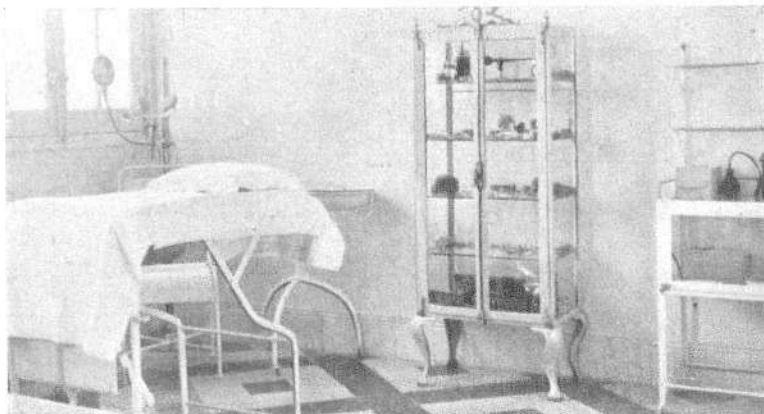
Exterior del Preventorio Infantil de San Rafael.



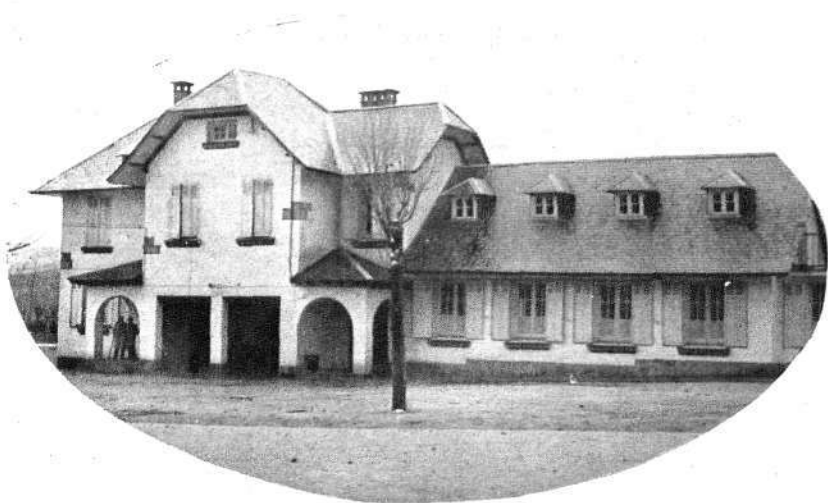
Hall del Preventorio.



Dormitorio mayor del Preventorio.



Quirófano del Preventorio.



Exterior de la enfermería y quirófano.

También es digna de mención por su limpieza la cocina, desde la cual se complementan eficazmente los beneficios que el aire, el sol y el reposo reportan a los acogidos.

El régimen del Preventorio no difiere del que se sigue en establecimientos análogos.

Los pequeños son sometidos, al levantarse, a una ducha; tras ella, un periodo de reposo; luego, el desayuno, verdaderamente espléndido; etapa de juego y descanso; comida con

arreglo a las normas médicas, abundante, sana, variada, condimentada de un modo admirable; reposo, juego, gimnasia, merienda; cena, en las mismas condiciones que la comida, y a descansar hasta el día siguiente.

Y como es natural, intercalado entre estos momentos, algunos dedicados a preparar con estudios fáciles el espíritu del niño para enseñanzas ulteriores.

El Preventorio está bajo la dirección de un médico—hoy lo es el doc-

tor Pallate, meritísima figura de la puericultura española—; un médico residente: actualmente D. Valentin Blanco de la Plaza, y un administrador, cargo que desempeña D. Adalberto García Vázquez.

Secundan en el terreno médico la labor del Sr. García Pallate, especialistas destacados en garganta, nariz y oídos, boca y dientes, radiología y un Cuerpo de enfermeras adiestradas convenientemente para el desempeño de su cargo.

Anejos al Preventorio están la enfermería y el quirófano, afortunadamente muy poco utilizados, pues los pequeños gozan, por regla general, de excelente salud, y son excepcionales los casos de enfermos graves o que exijan una intervención quirúrgica.

Enfermería y quirófano están excelentemente dotados de todos los elementos instrumentales que la función a que se hallan delicados exigen.

En la sección dental merece citarse la instalación de Tuboluz, primera y única casa que fabricó en España las lámparas de cuarzo, expulsando del mercado español, por su bondad y baratura, todas las similares que se importaban del Extranjero.

X. X. X.



Un aspecto del Stand de Tuboluz en la Exposición Internacional de Sanidad. La famosa casa española ha sido recompensada con el más alto galardón, diploma de honor y medalla de oro, concedido en el Certamen.

SOBRE LA VIDA Y LA MUERTE DE "HILDEGART"

LA QUE NO TUVO MADRE

La noticia llegó hasta mí hiriente en su claridad escueta. El véspero apagó aquel día sus últimas claridades con el soplo rojo y sangrante de la trágica noticia. Hildegart, aquella muchacha fuerte y robusta, que tenía una voz dulce y clara, había sido muerta por su madre... ¡Aquella voz amable reveladora de una sabiduría prematura y extraordinaria, que varias veces escuché con admiración y asombro, no la oíría más! Profundamente conmovida, sentí y siento la pérdida de tan esclarecido valor femenino... ¡Juventud potente, derrotada, sometida con alevosía al silencio eterno cuando cantaba la más bella y romántica canción de verdad y de justicia! ¡Opimo fruto y magnífica promesa enredados en la quimera, y al lado la figura inanimada como símbolo de la traidora derrota...!

Un reproche duro y amargo iban a musitar mis labios para la matadora, y de súbito inundó al cerebro un torrente de luz. Acudía a él el humano pensamiento de la insigne penalista gallega: "Odia el delito: compadece al delincuente." Y aunque nos resistimos por un momento a compadecer a la parricida, al fin comprendemos que bien merece compasión este ser anormal y monstruoso que es Aurora Rodríguez.

Ahondando, conociendo hechos y detalles, la anormalidad física y psicológica de esta mujer es bien patente. Su cerebro enfermizo era ambicioso; ambición cruel e ilegítima. Su corazón dolorido un día estaba ansioso de venganza...

Hildegart no era hija del amor. Hildegart era hija de esa ambición y de ese deseo nacido, agrandado día a día cuando a Aurora Rodríguez la arrebataron al niño querido, a quien adoró como a un verdadero hijo, y a quien crió y educó con los desvelos y cuidados de una madre verdadera.

Deducción: Hildegart no tuvo madre, porque madre no puede ser quien pensaba cobrarse en gloria hasta los dolores sufridos en el parto de la hija. A aquella madre le faltaba la esencia que glorifica la maternidad, y esa esencia, que es el amor maternal, se esfumó un día cuando la separaron del niño querido... Perdió entonces su verdadera personalidad.

Quedó, pues, una mujer experimentada, dolida, enferma del corazón y del cerebro. Y Aurora Rodríguez, en su loco deseo, quiso ¡un hijo de ella sola...!

Nació Hildegart. ¡De aquella muñeca sonrosada haría ella un ser fuerte, de temple de acero, todo cerebro! Sabía que el corazón es la viscera que traiciona en muchos casos al decidido y al fuerte. Nada de sentimentalismos. Aquella vida incipiente sería forjada por ella, para sonrisa de su ambición y arma de su venganza.

Comenzó su obra. Sacrificios, ilusiones. A las primeras e infantiles ideas, imposición. Había de ser fuerte, invencible; había de doblegarse solamente a la voluntad de su guía. Sólida preparación: crecía la niña y crecía también el monstruo viviente que nació un día en aquella mujer con un malsano deseo de ambición y de venganza. Aurora Rodríguez, seguía de su triunfo, desafiaba a todos con una sonrisa para que probasen el vencer a aquel corazón que ella creyó hacer invulnerable e inaccesible con una fuerte coraza. Se creía la forjadora del cerebro y la moldeadora del animoso espíritu que poseía la niña.

Después de veinte años, surgió vibrante y magnífica la obra. ¡Su obra! Superaba todos sus deseos. Germinar. Colino de ciencia y de sabiduría. Veinte años: veinte libros, tres



Ferretería "SAORNIL"

Baterías de cocina de todas clases
Loza y cristal :: Precios reducidos

Fuencarral, 74. Tel.º 16670.

LIBRERÍA UNIVERSAL

DOÑA PEPITA

(HIJOS)

(ESQUINA ASTORIA)
CONSTANTINO RODRIGUEZ, 8 Y 10
TELÉFONO 17874

MADRID



MADRID

COLEGIO-ACADEMIA DE SAN ENRIQUE

PARVULOS PERSEVERANCIA LABORES MAGISTERIO MAGISTERIO IDIOMAS CONTABILIDAD TALLERES DE REPRODUCCIÓN SOLFEO PLANO DIBUJO PREPARACIÓN PARA TODAS LAS OPOSICIONES

GLORIETA DE LAS DELICIAS N.º 2

OPOSICIONES A TAQUIMECANOGRAFAS DE GUERRA

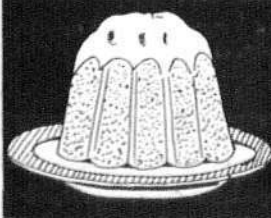
¡SEÑORITAS!

La verdadera enseñanza de Mecanografía y Taquigrafía la conseguirá en **Academia Bazaga** (única en España especializada en estas asignaturas exclusivamente).

Rosalía de Castro, 28, primeros (antes Infantes)

Teléfono 22213.

MUEBLES RUIZ, camas doradas y plateadas. Luna, 22, y Bravo Murillo, 147. Portadas naranjas.



CONFITERIA·NICOLAS JIMENEZ·REPOSTERIA

Especialidades en postres del día. Novedades para regalo.
Lunchs · Bodas · Banquetes

PRINCIPE·19 Y 21· MADRID· TELÉFONO 14461

carreras científicas y más de media docena de idiomas. Y la figura robusta y fuerte de *Hildegart*, siempre en combate, incansable y decidida, luchando románticamente por la justicia y la verdad. La gran figura acusaba perfiles de batalladora incansable. Comenzó a cumplir su gran misión apostólica. Iria descubriendo su verdad para redimir a la Humanidad doliente y afligida...

Aurora Rodríguez estaba satisfecha. Aquel carácter admirable, aquel temple magnífico y aquel potente cerebro eran suyos. La hora de cobrarse había llegado, y loca de ambición, ansiosa de vivir su gloria, exprimía con placer el jugo intelectual de la hija sacrificada. "Trabaja—le decía—; tienes que llegar a la cumbre; estás predestinada a cumplir una gran misión social." La víctima callaba y obedecía. "Es mía, es mía; la he hecho así para mi gloria y mi venganza; es mi obra..." No todo era suyo; la Naturaleza había puesto la mayor parte... Su vanidad se había hermanado con el egoísmo, y pensaba: "Probad a vencerla por el corazón, y veréis vuestro fracaso; para hacerla así sufrí yo un gran dolor..."

Talento. Trabajo y lucha. Luz y triunfo. Orgullo de la juventud española; valor positivo en su prematura revelación. Pero todo eso lo era *Hildegart* con un cuerpo y un alma de veinte años. Era la ciencia y la sabiduría en el conjunto físico y espiritual de una niña ingenua. Aurora Rodríguez no sabía del fondo de "su obra". La hizo rebelde, y la joven se rebeló contra aquella voluntad que se la imponía. Enorme forcejeo... Después, un imperativo natural vino a demostrar a la forjadora, a la guía de aquel conjunto admirable y extraño en su complejidad cerebral y física, su enorme fracaso. Había un corazón sensible y femenino. Por eso precisamente percibía

tan claro el clamor de las humanas desdichas la joven *Hildegart*.

El monstruo había afilado sus garras. Año tras año creció el atroz deseo hasta fanatizar el alma y el cerebro. *Hildegart*, ya mujer, quizá advirtiera aquella enorme monstruosidad, y en una triunfal demostración de pureza y de armonía vivió la gloria de pisotear lo que trataba de aprisionarla.

Aurora Rodríguez con soberbia sufrió el fracaso de una ilusión perdida. De una ilusión que comenzó siendo una ráfaga de odio, disculpable por ser hijo del dolor, y que era ya sólo una obsesión monstruosa.

El fracaso era completo. No saborearía más el dulzor de la venganza, ni se vería halagada por haber creado aquella obra de portento. Así germinó la idea atroz: "¿No era suya, toda suya? ¿Por qué no tener derechos sobre aquello que ella había creado para su gloria...?" Y como la talla de alabastro tenía una voluntad y un corazón también muy suyos, la forjadora se encontró traicionada. Para vengarse sembró de rejas heridas el cuerpo de la gran rebelde: "su gran obra", como la llamaba la matadora.

El monstruo sigue viviendo, execrado y compadecido, y la víctima será siempre un símbolo de juventud y de gloria, admirada y querida.

"Compadecede al delincuente." Compadecida queda. Mas ¿qué vida fué la tuya, extraordinaria y heroica *Hildegart*, tú que no tuviste madre? Pues el amor maternal se fué un día tras el niño querido, y cerca de él vivió ya siempre, escuchando las divinas notas que musitaba gozoso un violín...

CONCEPCIÓN DEL PILAR.

CRONICA

FACETAS DEL AMOR

Mucho se ha escrito sobre dilección. Poetas, escritores, filósofos, grandes eminencias, facilitaron sus opiniones sinceras—cada cual a su manera, tal como lo sentían o lo comprendían—. Vamos a ocuparnos en analizar el Amor en varias facetas, después escucharemos a los hombres de alto prestigio, lo cual nos sacarán de dudas sus razonadas opiniones; veamos, pues:

Ilusión.

Mil veces hemos contemplado la belleza de una mujer, e incontinentemente, con galanuras solicitamos su amistad, acto seguido la confesamos nuestro amor hacia su persona, casi siempre con grandilocuencia, llena de dilemas, y, por último, promisión de un cariño desmesurado—que no sentimos—; no obstante nuestro corazón se mueve con ímpetu y violencia, obligándonos a retener en la mente

la imagen de la mujer preeminente, que tan sólo su presencia ante nuestros ojos creemos sentir una pasión hierática, que nosotros traducimos en amor.

No existe tal amor. Sencilla y solamente una ilusión en pro de la mujer; el amor permanece latente, inconfeso; esa ilusión, poco a poco—según las dotes de la persona—, va desvaneciéndose, abriendo camino silenciosamente hasta dejar al descubierto con todas sus bellezas el amor imperecedero.

Ya tenemos expuesto en líneas generales la *Ilusión*; una vez en posición del Amor, conviene analizarlo, dividiéndolo en varias facetas, a saber:

Amor falso.

Al plasmar en las cuartillas la palabra "falso" nos salta a la memoria una opinión inmejorable de La Rochefoucauld: "No hay más que una clase de amor: pero abundan las malas copias."

¿Cuántas personas estarán unidas sin que en sus corazones haya penetrado el amor!

Muchas. Unas, por necesidad, otras por obligación y las restantes por vicios; existen personas de ambos sexos—por desgracia, muchas—que llegan al connubio sin sentir en sus corazones la más leve inclinación; unas personas se arriesgan por el vil metal a sufrir sinsabores, lo cual, al cabo de varios meses, reconocen que es malhadado cuando no tiene remedio; esa persona erótica sueña lo que jamás podrá conseguir por

estar sujeta a las leyes a las que prometió fidelidad.

Un ochenta por ciento cae al barranco climatérico por falta de sensibilidad, recorriendo el fatal camino con una venda en los ojos, impulsado por el egoísmo, puestos sus sentidos avaros en predominar ante todo y sobre todo.

¿Para qué seguir más adelante, querido lector? Podríamos llenar cuartilla sobre cuartilla tratando sobre este tema—no es menester—, ya lo dijo todo una eminencia—sobre el punto de vista al amor falso—: "Donde no hay dinero, no hay amor." Y para concluir, otro dato muy interesante y que encaja a la perfección, es la oposición de los familiares. La eminente profesora japonesa miss Tsuda, dijo:

"Es malo casarse sin amor; la obediencia a los padres, en estos casos, constituye un insulto a la Naturaleza y al Cristianismo. Si amáis a un hombre, hay que sacrificarlo todo y casarse con él."

LUIS DE MADARIAGA.

(Terminará próximamente.)

■ CAFES

■ "URUAPAN" ■

■ TOLEDO, 55 ■

●

CHOCOLATES
BOMBONES
Y CARAMELOS

“MI SALON”

Peluquería
de señoras

Montera, 39, Entresuelo

Teléfono 17272

MUEBLES RUIZ, camas doradas y plateadas. Luna, 22, y Bravo Murillo, 147. Portadas naranjas.

LA MUERTE DE CLARA ZETKIN

LA "ABUELA DE LA REVOLUCION"

Con Clara Zetkin desaparece una de las figuras más representativas y pujantes de la antigua socialdemocracia alemana, a la que hasta cierto punto había sobrevivido. Vivió en París, hace cerca de medio siglo, con su marido, alemán como ella.

El marido de la joven Clara era socialista. Y como frecuentaba únicamente los centros socialistas, fué socialista también. Entonces encontró a Zetkin, un ruso. El marido le cedió la plaza; volvió a Alemania, donde murió. Clara se casó con Zetkin, regresó a Alemania, quedó viuda algunos años más tarde, recuperando de esta manera la nacionalidad alemana.

Socialista de izquierda.

Era en la época en que bajo el impulso extraordinario de Augusto Bebel se organizaba la socialdemocracia, se libertaba de las leyes bismarckianas, conquistaba a las masas obreras, se hacía un gran partido político, establecía una doctrina netamente revolucionaria en el curso de Congresos famosos y parecía digna de dar la pauta al socialismo internacional. Bebel concedía una importancia particular al reclutamiento de mujeres para la socialdemocracia.

Con Rosa Luxemburgo, Clara Zetkin se encontró a la cabeza de las mujeres militantes. Su autoridad era grande. La justificaba por el "radicalismo" de su doctrina, por sus campañas de Prensa, por su elocuencia ardiente y subyugadora.

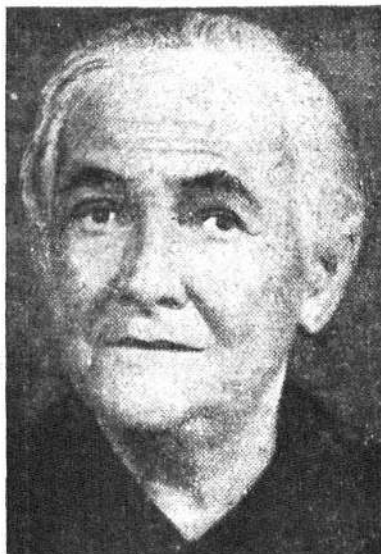
La guerra y el espartaquismo.

Cuando llegó la guerra, la socialdemocracia, privada de sus grandes jefes —Bebel, por ejemplo, murió en 1913—, fué arrastrada a remolque de la política kaiseriana, por epígonos mediocres, en el género de Müller y Scheidemann.

Clara Zetkin fué, con Rosa Luxemburgo, con Karl Liebknecht, Haase, Crispin, con el viejo Benstein, de los que resistieron. Fué incluso de aquellos a quienes la pasión de su oposición a los "scheidemaener" empujaba ya hacia el

bolchevismo, puesto que participaron en persona, o por delegación, al Congreso de Zimmerwald (1915) y de Kienthal (1916), en Suiza, convocados por instigación de Lenin. Congresos que, de hecho, fundaron la Tercera Internacional.

Estos oponentes, ya bolchevizados, formaban en Alemania los grupos "espartaquistas" que dieron mucho trabajo a las autoridades imperiales, sobre todo después de la revolución bolchevista de octubre de 1917 y del Tratado de Brest-



Clara Zetkin, que ha muerto en la casa de reposo de Arhangelskóié, cerca de Moscú, donde vivía desde junio de 1932. Tenía setenta y seis años.

Litowsk. Clara Zetkin, Rosa Luxemburgo y Liebknecht conocieron entonces la prisión.

Los espartaquistas fueron la levadura de la revolución del 9 de noviembre de 1918 en Alemania. Continuaron su oposición, a menudo armada, contra los socialdemócratas, que en esta época eran los poseedores aparentes del Poder.

Clara Zetkin, después de haber sido uno de los fundadores del partido socialista independiente y de la escisión con la socialdemocracia, fué uno de los fundadores del partido comunista alemán en el Congreso de Halle (1920).

Decana del Reichstag, se la escuchaba con respeto.

Elegida por primera vez diputado al Reichstag en 1919, Clara Zetkin fué reelegida siempre desde entonces. A menudo tomaba la palabra, y aunque presentase con pasión proposiciones llenas del comunismo más ortodoxo, se la escuchaba siempre con atención, sobre

todo con respeto. Tuvo que sostener proposiciones que pudieran parecer singulares, como cuando durante la ocupación del Ruhr afirmó que una réplica por la guerra a esta ocupación sería la más justa de las guerras. Pero aquello era también ortodoxia comunista, porque la diplomacia soviética ofrecía entonces al Reich el concurso del ejército rojo.

Decana del penúltimo Reichstag, Clara Zetkin, a pesar de su precario estado de salud, acudió expresamente de Berlín para presidir su sesión inaugural. Desde lo alto del sillón presidencial anunció la muy cercana instalación del soviétismo en el Reichstag. ¡Eterna imprudencia de las profecías apasionadas! Lo cual no impidió que hablase en el mayor silencio: de tal manera su persona obligaba el respeto, incluso entre los 130 diputados hitlerianos que se sentaban allí con camisa parda.

Abuela de la revolución, los rusos la miman.

Como en otros tiempos Karl Liebknecht y Rosa Luxemburgo (que fueron asesinados cuando pensaban reintegrarse a la socialdemocracia), Clara Zetkin no estuvo siempre de acuerdo con Moscú. Hace algunos años dudaban en el momento de tomar una de esas "direcciones políticas" en las cuales los estalinianos lanzan a sus afiliados del Extranjero de vez en cuando.

Los moscovitas se dieron cuenta del peligro que representaría para su política en Alemania la disidencia de una mujer tan popular entre los obreros comunistas. Por eso, en lugar de enfrentarse a ella, la mimaron. La hicieron ir con su hijo a Rusia. Colocaron al hijo en una de sus administraciones, y a ella la colocaron en la casa de reposo en que acaba de morir, y donde estaba colmada de atenciones y de honores especiales.

En sus fiestas la presentaban como atracción, como "abuela de la revolución"; título que en el pasado sólo fué llevado por la célebre revolucionaria rusa Breschko Breschkoskaia.

En esta atmósfera fué Clara Zetkin a extinguirse. Habrá estimado, indudablemente, que su vida quedaba colmada.

PROFESOR H. WOLFGANG.

CA ES Y CHOCOLATES

EL TRÓPICO

SE SIRVE A DOMICILIO

Conde de Romanones, 4.-Tel. 72638

SUCURSAL:

D. Ramón de la Cruz, 77.-Tel. 58331

GAFAS - LENTES

ULLOA-OPTICO

Carmen, 14 - MADRID

MUEBLES RUIZ, camas doradas y plateadas. Luna, 22, y Bravo Murillo, 147. Portadas naranjas.

modernice su hogar
adquiriendo alguno
de los maravillosos
armarios frigoríficos
que vende AEOLIAN
PLAZAS Penálvarez, 24
I ZABAL
Buenos Aires, 5
Barcelona.

BUENA SUERTE



TRAEN LAS
JOYAS DE

Alberto

Casa especializada en
PULIERAS DE PEDIDA

CARRETA, 7 - MADRID TEL: 25105

ARTE GRAFICO POZUELO
FOTOGRAFADO

Hortaleza, 21 — Teléfono 14623

MADRID

COCHES DE NIÑO



Ducar

CRISTOBAL BORDIU, 9 - MADRID

FABRICA DE CAMAS DORADAS

Alvear y Serrano

Valverde, 1 - Teléfono 11626
Bravo Murillo, 112 - Teléfono 43547

Yalleres: Riego, B - Tel: 74008
Sucursal en Valladolid: Miguel Iscar, 5

POR FORTUNA, HAY OTROS CONCURSOS FEMENINOS QUE NO SON DE BELLEZA

LA "COPA INTERNACIONAL DE LA HABIL CAMPESINA"

Ha tenido lugar en Milán un concurso de habilidad profesional entre las competidoras deseosas de adjudicarse la "Copa internacional de la Hábil Campesina". He aquí cómo definía el reglamento el objeto del concurso:

Artículo 1.º El concurso internacional para la "Copa de la Hábil Campesina" tiene por objeto:

a) Promover el espíritu de racionalización en los trabajos caseros agrícolas.

b) Estimular la habilidad profesional entre la juventud femenina rural, incitándola a introducir en su actividad más organización inteligente, propia para descargar el duro trabajo cotidiano.

c) Como consecuencia de esto, dar a dicha juventud la posibilidad de elevar y afianzar en el hogar su verdadera misión familiar y social.

Art. 2.º Con este fin se instituye, para todos los países que quieran adherirse a él, un concurso internacional entre jóvenes de diecisiete a veintiún años que puedan demostrar su condición de ser alumnas o practicantes de una escuela agrícola del hogar.

La concurrente clasificada en primer lugar obtendrá como recompensa una copa llamada "Copa internacional de la Hábil Campesina". Las concurrentes restantes con méritos que hayan obtenido más de las tres cuartas partes de los puntos, obtendrán una medalla, y las restantes, un certificado de participación mencionando el número de los puntos obtenidos.

Con el fin de que las candidatas pudiesen entrenarse, se les habían propuesto veinte ejercicios tres meses antes de la fecha del concurso.

He aquí las instrucciones técnicas que como indicación se dieron para el ejercicio: "Preparar una tortilla a la francesa para seis personas."

Preparación: Fregadero, mesa, un cazo, una red, una cuchilla, una ensaladera, un recipiente, una sartén de 25 centímetros de diámetro, una fuente, seis huevos, 25 gramos de manteca, 20 gramos de acedera, perejil, cebolleta, perejillo.

Operaciones fundamentales: Siete.—

1. Limpiar y lavar las hierbas (duración), 3' 45"; 2. Picar las hierbas y limpiar la cuchilla, 4' 55"; 3. Vaciar los seis huevos y recoger las cáscaras, 5' 20"; 4. Preparar la sartén y la manteca, 5' 25"; 5. Batir los huevos, 5' 40"; 6. Calentar a fuego lento, ligeramente vivo, 10' 15"; 7. Doblar y presentar sobre una fuente caliente, 11'.

La laureada del concurso fué una joven belga, que obtuvo 449 puntos, cuando el máximo era 500 puntos. Su camarada francesa quedó segunda, con 448 puntos. Después seguían: una rumana, con 396 puntos; una italiana, con 379 puntos; una española, con 350 puntos; dos candidatas italianas quedaban fuera de concurso.

CARAMELOS SUPERIORES

DESDE 3 PESETAS KILO

Los mejores, estupendos, a 4,75 pesetas

VENTA DESDE 100 GRAMOS

LA ORIENTAL

FABRICA DE CARAMELOS

FUENCARRAL, 29 (MODERNO)

ENTRADA POR EL PORTAL

¡ACVERDESE!!
EL MAYOR ALMACEN DE
ESTILOGRAFICAS
SOLO EN
VDA. DE NAVARRO
PRECIADOS, 5.

MATERIAL PARA DIBUJO Y TOPOGRAFIA



MUEBLES RUIZ, camas doradas y plateadas. Luna, 22, y Bravo Murillo, 147. Portadas naranjas.

CASA REQUEJO

FUENCARRAL, 15

**SOMBREROS
PIELES**La mejor surtida y los
precios más módicos**CÁNULA****FUNKE**

TODA DE PORCELANA

PESETAS 4,50

FAJA DE CAUCHO Y TELA**“SAFO”**

DESDE 15 PESETAS

FUENCARRAL, 24 MODERNO
TELEFONO NUMERO 14282**Mel**el perfume
de la casa**La expedición del Everest
ha fracasado**El monzón, las avalanchas, han vencido
a Ruttledge y a sus compañeros.

Decepción y tristeza. El Comité organizador de la expedición al Everest ha decidido llamar a Ruttledge y a sus audaces compañeros. El monzón, las avalanchas, han vencido a los intrépidos. Hace dos meses que se aferraban a las pendientes heladas del gigante, renovando sin desfallecimientos sus heroicas tentativas para alcanzar la cumbre. En esta lucha han sido vencidos después de llegar a trescientos metros apenas de la cumbre que permanece inviolada.

Y los indígenas supersticiosos podrán creer una vez más que los hombres venidos de Occidente han sido rechazados por la “diosa misteriosa”, que, si hay que creerles, defiende esta elevación inaccesible, el *Cha Ma Lung Mo*, como dicen los thibetanos, lo que significa: “la altura en la cual el águila misma se vuelve ciega, si consigue alcanzar su cima”. Por lo menos, la expedición de Ruttledge, de cuya dramática aventura han tenido conocimiento nuestros lectores (!), no habrá costado ninguna vida humana. Magníficamente organizada, en este asalto temerario ha demostrado la posibilidad de llevar cerca de la cumbre a hombres y víveres con el máximo de seguridad.

Esta experiencia no se perderá. Esos mismos hombres, si una posibilidad se les ofrece de nuevo, podrán atacar de nuevo al Everest, y, esperémoslo, alcanzar por fin la cumbre de los 8.886 metros.

(1) Véase el número del 15 de junio pasado.

¡Hasta el Papa es judío!

Tal es el último descubrimiento de los “razis”, según un periódico nacional-socialista alemán, que dice:

“Cuando el Dr. Dollfuss, canciller federal de Austria, salía para Roma al mismo tiempo que el prelado Kaas, jefe del centro alemán, con el fin de pedir instrucciones al negrero de todos los pueblos esclavos, el papa Pio XI, judío de nacimiento y campeón del capitalismo, sabíamos ya que esos conciliábulos sospechosos iban dirigidos contra la gran Alemania nacionalsocialista.

Y con razón decimos papa judío. En efecto, el papa Pio XI, en los tiempos en que todavía era cardenal se llamaba Aquiles Ratti. Es el hijo ilegítimo de una judía neerlandesa llamada Littman. Así, pues, el Santo Padre infalible no es sino un vulgar judío.”

No deja de ser interesante saber hasta dónde pueden llegar el odio y el fanatismo en la Alemania de Hitler.

GUANTES PIEL

PARA SEÑORA

A 3 PESETAS

COLEGIATA, 2 y 4. Teléf. 70057

Peletería Lorenzo

VISITAD LA TIENDA-EXPOSICION

R. CORBELLÁ

MARQUES DE CUBAS, 5

MADRID

Aparatos de alumbrado, planchas, cazos, hornillos, etc. • Representante oficial de PHILIPS RADIO. Siempre últimas novedades.

“GODOY”CAFES Y CHOCOLATES
BOMBONERIAPuerta del Sol, 11 y 12 - Fuencarral, 127
Mayor, 54 - Alcalá, 102 - Reyes, 11

MADRID

LA PRIMAVERALA CASA QUE MAS BARATO VENDE
SEDERIA, LANERIA Y ALGODONES
CONFECCIONES PARA SEÑORA

Plaza Mayor, 35

Teléfono 12413 - MADRID

LA ONZA DE OROCompra
y
venta
de
toda
clase de
alhajas..Objetos
de
plata
y
oro
para
regalo.

Zaragoza, 6 MADRID

HACE CIENTO CINCUENTA AÑOS QUE SE INVENTARON LOS GLOBOS

Cómo conquistaron el aire los hermanos Montgolfier.

Fué en junio, en 1783, hace justo ciento cincuenta años, cuando los hermanos Montgolfier hicieron su primera experiencia, cuyas consecuencias incalculables debían traer una de las mayores conquistas del hombre: la del aire.

José Montgolfier nació en Annonay (Ardeche), Francia, en 1740. Desde joven mostró poca afición al estudio, y su amor a la independencia le hizo abandonar el país natal, trasladándose a Saint-Etienne, donde se dedicó a fabricar azul de Prusia y otras materias químicas, que él mismo vendía. Después de una estancia en París, regresó a su país natal, llamado por su padre para que le ayudase en la fabricación de papel; pero como intentase introducir nuevos procedimientos en aquella industria, tuvo que luchar con la oposición paterna, y entonces, junto con un hermano suyo, fundó dos establecimientos, uno en Vovián y otro en Beaujeu, dedicados a la misma industria, y tras algunos ensayos, perfeccionó la fabricación de papeles pintados valiéndose de una máquina de su invención.

Jacobo, hermano de José y su colaborador, estudió en París la carrera de arquitecto, que tuvo que abandonar para ayudar a su padre en la fabricación del papel.

Lo que ha valido a los hermanos Montgolfier su renombre mundial, es la invención del aerostato.

Iniiciaron sus trabajos por la construcción de un paralelepípedo de tafetán, cuyo interior llenaron de humo, consiguiendo que se elevara.

Realizaron nuevas pruebas, dando al aerostato la forma esférica, y el éxito

mismo mes, se elevó el globo, llevando varios animales en una cesta de mimbre. Estos animales tomaron tierra sin el menor daño.

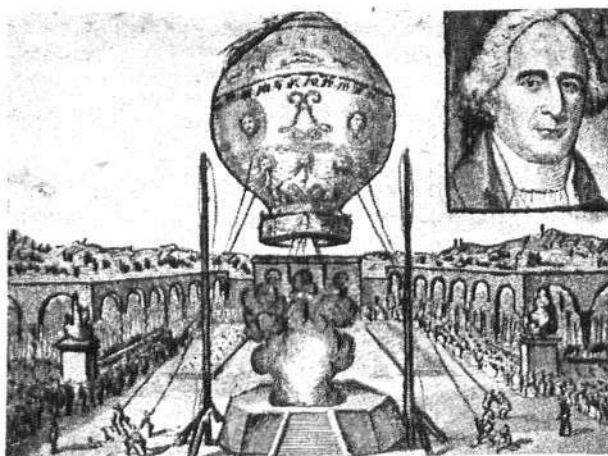
Luis XVI recompensó a los Montgolfier y otorgó a su padre cartas de golfier y otorgó a su padre cartas de nobleza; también aportó 40.000 libras para que perfeccionasen el invento, que despertó enorme entusiasmo en toda Francia.

En 1784 se elevó José, en unión de Pilâtre de Rozier, en un aerostato libre que tenía 125 pies de alto por 102 de diámetro. Pilâtre de Rozier, que en 1783, con el marqués de Alandés, había hecho la primera ascensión en globo libre, se mató el 15 de junio de 1785 al intentar la travesía de la Mancha, que algún tiempo antes habían realizado Blanchard y Jeffries por el mismo procedimiento.

Los hermanos Montgolfier son autores también de algunos otros inventos: tales son el ariete hidráulico, un calorímetro para determinar la calidad de las turbas, un ventilador para la destilación en frío, una nueva prensa hidráulica, etc.

Esteban murió en 1799; José, en 1810, después de haber sido nombrado administrador del Conservatorio de Artes y Oficio de París.

Todo el mundo conoce las portentosas derivaciones obtenidas por el invento de los hermanos Montgolfier en la realización de la conquista del aire; los dirigibles que con toda seguridad surcan los continentes y los océanos, son los hermanos mayores del Montgolfier que hace ciento cincuenta años se elevó por primera vez en Annonay, ante el asombro de los presentes y ante la exclamación admirada y melancólica de la vieja duquesa: "Pronto inventarán el no morir, y será cuando me haya muerto."



Recientemente se ha celebrado el CL aniversario del invento de los globos por J. M. Montgolfier y de la primera ascensión. He aquí una litografía de la época que representa el inflamiento de la primera "montgolfiera" en el jardín que M. Reveillon había puesto a la disposición del inventor.—J. M. Montgolfier, retrato en litografía de la época.

coronó sus esfuerzos. Con ocasión de la Asamblea de Estados particulares de Vivarais, ambos hermanos repitieron públicamente sus experimentos, que se divulgaron rápidamente. La Academia de Ciencias de París nombró correspondientes de la misma a los hermanos Montgolfier en 1783. El mismo año, el 12 de septiembre, ante la Comisión de la Academia de Ciencias nombrada a este efecto, trataron los dos hermanos de repetir sus experimentos, lo que impidió el viento y la lluvia. Por fin, en Versalles, en presencia de la corte, el 19 del

SEÑORA:

ACEITES
VERGENES

"CAO"

(DE 1.ª PRESION)

LOS MAS FINOS
PARA
MAYONESAS, EN-
SALADAS Y FRITOS

Servimos a domicilio

SOMOS FABRICAN-
TES Y COSECHEROS

Pedidos:

CALLE MAYOR, 58. - TELEF. 17276

M A D R I D

HISTORIA NATURAL

UN AZOTE TERRIBLE: LA LANGOSTA

Serian necesarios volúmenes para recordar las hazañas de los indeseables insectos, cuya detestable reputación data de lejos: los antiguos hacían de la langosta una de las siete plagas de Egipto. Según Tito Livio, Obsequens, San Agustín y Orosio, la invasión de la Cirenaica y de la Numidia, hace tres mil cincuenta y ocho años, no dejó subsistir ninguna vegetación, y acarreo la muerte por el hambre y la enfermedad de 800.000 desgraciados.

La puesta, los huevos, las larvas.

Hay varios grupos; pero los que componen los terribles enemigos de la agricultura son los grandes migradores, adaptados a los climas tropicales, que invaden las regiones templadas durante la estación cálida únicamente, y los pequeños migradores, adaptados a los climas templados. Biológicamente, esos dos grupos presentan diferencias fundamentales.

MUEBLES RUIZ, camas doradas y plateadas. Luna, 22, y Bravo Murillo, 147. Portadas naranjas.

Los grandes migradores viven en las regiones tropicales. En la primavera se dirigen, en vuelos inmensos, hacia las comarcas templadas, salvando fácilmente 2 y 3.000 kilómetros en menos de un mes. Las hembras efectúan entonces varias puestas sucesivas: cada puesta se compone de un paquete de 50 a 90 huevos, envueltos en un mucilago, que el insecto deposita de una sola vez en un agujero que abre en el suelo por medio de su abdomen.

Es a Künckel d'Herculais a quien debemos el conocimiento del mecanismo de la puesta; antes de sus pacientes estudios se creía que la hembra ponía una sola vez, y esta creencia era muy antigua: Mahoma ha dicho en el Korán que cada langosta ponía 99 huevos, y que si pusiese cien, el mundo quedaría inundado por esos insectos.

En realidad, pone muchos más de cien, puesto que Künckel d'Herculais ha observado hasta once puestas sucesivas, separadas por intervalos de quince a veinte días. Los huevos se abren al cabo de un espacio de tiempo de treinta a cincuenta días, según las condiciones climatológicas del momento.

Las larvas, a lo primero, son andadoras: se las designa entonces con el nombre de moscas, y miden de tres a cuatro milímetros de longitud; después de una segunda muda, se hacen saltadoras: es la langosta, que reunida en

inmensas tropas, forman las columnas de la invasión.

Detienen hasta los trenes.

La langosta va derecha ante ella, devora todo a su paso: hierba, cosechas, hojas e incluso la corteza de los árboles; forman sobre el suelo una verdadera capa bullente, y su número es tal, que si una columna atraviesa la vía férrea, los trenes que pasen en aquel momento patinan sobre la capa pegajosa de los insectos aplastados y tienen que detenerse hasta que toda la columna haya pasado. Al principio, los saltamontes recorren algunos centenares de metros por día; hacia el final de su vida de larvas, varios kilómetros.

La duración de este periodo larvario es de sesenta días, aproximadamente, en un país cálido y rico en vegetación: puede prolongarse a más de tres meses en un país pobre; durante ese espacio de tiempo, el insecto sufre varias mudas sucesivas, separadas por intervalos de ocho a catorce días; después de la séptima muda, el insecto se hace alado; entonces entra en su época de vuelo.

La langosta se reúne en bandadas, erra durante uno o dos meses en la región templada que la ha visto nacer, y después vuelve a las regiones tropicales, su verdadera patria. Cuarenta días, aproximadamente, después de la última muda, que le ha dado las alas, la langosta comienza a poner.

Los pequeños migradores.

La enorme resistencia de los huevos de langosta.

Muy diferente es la biología de los acridianos, pequeños migradores adaptados a los climas templados, y de los cuales el tipo es la langosta marroquí de los argelinos. La larva sale del huevo en la primavera; permanece en estado de saltamonte áptero durante dos meses aproximadamente, y después se hace insecto perfecto, provisto de alas, es decir, langosta; pone en julio y agosto, y muere; los huevos pasan el invierno enterrados, y se abren en la primavera siguiente; después continúa el mismo ciclo. Cada paquete de huevos está rodeado de una envoltura apergamínada que le protege durante el invierno. Me ha sido dado observar puestas efectuadas en terrenos inundados y completamente recubiertos de agua durante cerca de dos meses; en la primavera siguiente, las eclosiones se produjeron normalmente. En el Laboratorio de Entomología de Pretoria se realizó una curiosa experiencia: cartuchos de huevos fueron colocados en jarras llenas de arena seca y permanecieron en ellas durante cinco años; pasado ese tiempo, se humedeció la arena; algunos días después aparecieron las larvas. Se puede juzgar por estos hechos de la resistencia de los huevos de langosta.

R. S.

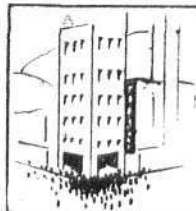
ACEITES

ANDALUCES

VENTA DIRECTA DEL COSECHERO AL CONSUMIDOR

Este establecimiento, por ser todos sus aceites filtrados y vendidos directamente del cosechero al consumidor, da precios más ventajosos, y ha llegado a poseer la confianza más completa de su numerosa y distinguida clientela, y para que los lectores de la revista CULTURA puedan apreciar la calidad de estos aceites, a la presentación de este anuncio tendrán de las compras un 4 % de los precios marcados.

Fábrica: SORIHUELA (Jaén) - Despacho central: Jerónimo de la Quintana, 1
TELÉFONO 36822 - SERVICIO A DOMICILIO DESDE UN LITRO



NUESTROS PROVEEDORES



ARTÍCULOS DE PIEL

Toda señora elegante adquiere un bolso en la casa **E. LOEWE**, Barquillo, 13, y Pi y Margall, 18. Vean los escaparates de dichas casas y hallarán reunidos elegancia y afiado precio. Siempre novedades en toda clase de artículos de piel.

CAMAS

De interés general! **EL SOMIER GLORIA**

Una preocupación menos en los hogares donde prevalezca el buen gusto e higiene. Es el somier ideal, desmontable y sin muelles. Su desarme es fácil para limpiarlo eficazmente. Especialidad en camas esmaltadas.

Fábrica: Olmo, 14 - Tel. 95125 - MADRID

CAMISAS

SUS CAMISAS

NO ESTARÁN PERFECTAS, LIMPIAS DE ARRUGAS, SI NO SON CORTADAS POR

LOPEZ DE LA CASA

Cruz, 16, y Victoria, 9

CARPINTERÍA

ALFREDO MARTINEZ

CARPINTERÍA Y EBANISTERÍA

Se hace toda clase de obra de carpintería y ebanistería. - Embalaje y restauración de muebles.

TALLER: Tres Cruces, 3. MADRID

CARBONES

PRIMERA CASA EN CARBONES

GREGORIO MARTIN

Casa central: HUMILLADERO, 27 - TELEFONO 74014 - Sucursales: Mira el Río Alta, 11. - Leganitos, 4 - Teléfono 17230, y Bernardo López, 15 - Teléfono 41190 - MADRID



El dueño de estos establecimientos tiene el honor de ofrecer a su distinguida clientela sus inmejorables carbones para cocina, estufas y salamandras a precios sumamente económicos; visitando estos despachos encontrarán toda clase de carbones. Servicio a domicilio.

COMESTIBLES

COMESTIBLES FINOS de

ROGELIO GONZALEZ

Plaza de San Ginés, 1 y 2, y Coloreros, 5.

Teléf. 11117

SUCURSALES: Bordadores, 12.

Teléf. 15820. Hileras, 2. Teléf. 15527

Rápido servicio a domicilio

CHOCOLATES

FABRICA DE CHOCOLATES S. VICENTE

VICENTE ARNAIZ

Bombones y caramelos - Cafés tostados diariamente - Cacaos - Tés Azúcares - Servicio a domicilio.

Hortaleza, 35 (esquina a Pérez Galdós)

Teléfono 14477 MADRID

GUANTES



MARIO HERRERO

SUCESOR DE

G. Zurro

SON LOS MEJORES POR SU CLASE - COMPAÑIA CORDONEROS

ALCALA-35 (LAS CANTARINAS) MADRID

JOYERÍA

JOYERIA Y RELOGERIA

PEREZ MOLINA

Carrera de San Jerónimo, 13 (antes 29), esquina a Plaza de Canalejas.

A LAS SEÑORAS. Compen en esta casa, preferentemente; serán bien atendidas.

LANERIAS Y COLCHONERIAS

M. ALDONADO

Leganitos, 27. - Teléfono 13888. - Sucursal: Fuencarral, 50. - Teléfono 11842.

Taller mecánico de vareo de colchones: Bola, 12. - MADRID

LECHE

GRANJA ISABELITA

Sirve a domicilio la

mejor leche de vacas

Valve de, 45 moderno. Teléf. 92147

LIBRERIA

Librería Nacional y Extranjera

Obra nueva: "El destino de los pueblos ibéricos", por el doctor J. Orts González.-Rústica, ptas. 10; cartóné, pesetas 12; tela, ptas. 14.

CABALLERO DE GRACIA, 60. - TELÉFONO 1.219

MANTEQUERIAS

NUEVAS MANTEQUERIAS

Quesos, Mantecas, **GARCIA Y**

Fiambres, Conservas, **FERNANDEZ**

Postres finos. MADRID

C. de San Jerónimo, 14 - Teléf. 11375

MANTEQUERIAS



RODRIGUEZ

PARQUE DE CUBAS, 3 TEL. 19008

2 3451

CUPO Y MIRA, 17 TEL. 18008

Ventas por mayor y menor

MADRID

ÓPTICA



VARA Y LOPEZ

OPTICOS - Artículos foto-

gráficos - 5, Príncipe, 5 - Ma-

dríd - Teléf. 13611 - Gafas y

lentes, gemelos prismáticos,

cámaras y productos fotográ-

ficós, etc.

ESPECIALIDADES ZEISS

PLANTAS Y FLORES

SEÑORAS: Adquirir las plantas y flores en los grandes establecimientos de la casa **JARDIN FLORITA**

Casa central: Lista, 58. - Teléfono 50621. - Madrid

Sucursal: San Bernardo, 68. - Teléfono 15641

Construcción de parques, jardines y rosaledas. - Servicio a provincias.



JULIO ABAJO

Preciados, 11

MADRID

Teléf. 95134

PLANTAS Y FLORES ARTIFICIALES

Primera casa en

azahares para

novias-Exporte-

riación a provincia

Adornos de iglesias, teatros, etc.

Coronas lunares

EL PROFESOR VACHET HACE REIR, A VOLUNTAD, TODOS LOS DOMINGOS

El procedimiento del Dr. Vachet, profesor de la Escuela de Psicología de París, para la curación de determinadas enfermedades por medio de la risa, es muy interesante.

Todos los domingos, en dicha Escuela de Psicología, así como en consultas especiales, hace reír a todos los oyentes.

Primero los duerme, y sobre el público dormido vierte las palabras mági-

cas: "¡Estáis tranquilos! Os vais a reír: la risa es sana, creadora de imágenes bienhechoras, de fuerzas..." Esto dura diez largos minutos. Entonces los despierta y, como un brujo, desencadena en ellos la risa, con ayuda de un viejo gramófono arrinconado en la estancia. Unos tras otros rompen a reír, como locos; una risa que gana a todos los presentes, que agita las barbas, sacude las

espaldas, hace oscilar el pecho de las obesas damas como si fuesen de gelatina. se convierte en espasmo, en histeria colectiva, como se ve entre las multitudes en Lourdes, en Benarés o en los toros...

Es cosa de mandar a las conferencias del Dr. Vachet a mucha gente hipocondríaca que conocemos, y para los cuales la risa es un imposible y casi un pecado.

MUEBLES RUIZ, camas doradas y plateadas. Luna, 22, y Bravo Murillo, 147. Portadas naranjas.

PROVEEDORES DEL PREVENTORIO DE SAN RAFAEL

DON BENJAMIN GARCIA

Destacadísima figura entre los industriales de El Espinar es la de D. Benjamin García, propietario de la fábrica de pan más importante que existe en la comarca.

No es esta industria de creación reciente. Tradicional en la familia de D. Benjamín García, gozó siempre de gran crédito, adquirido merced a un esfuerzo inteligente y constante en la elaboración de sus productos.

Este esfuerzo, siempre en camino de superación, ha logrado cristalizar en la producción de un artículo superior a todos los de su clase, no sólo en El Espinar, sino en poblaciones que merecieron fama por su industria panadera.

Tan cierto es esto, que la fábrica del Sr. García surte, además de El Espinar y San Rafael, hoteles particulares, fondas, pensiones y bares, enclavados en su término, a gran parte de las localidades comarcanas.

Y es raro el turista que pasa por El Espinar y no adquiere algunos ejemplares del pan que dió fama a la acreditadísima tahona.

La elaboración de ésta comprende, además del pan típico característico a la localidad, todas las clases que se elaboran, incluso el Viena, hoy tan atendido y solicitado.

El Preventorio de San Rafael es uno de los más importantes clientes del Sr. García, y aprovechando la oportunidad que ofrece la información que sobre esta benéfica institución publicamos, nos complace dedicarle estas líneas.

DON IGNACIO GOMEZ

La importancia cada vez mayor que El Espinar y poblados comarcanos van adquiriendo, ha dado lugar a la creación de nuevos comercios que respondan a la necesidad que este aumento de vecindario exige, o a la transformación de los ya existentes, adaptándolos a las normas de los tiempos.

Atento a ellas, D. Ignacio Gómez ha orientado su comercio de carnes en un sentido moderno progresivo, que le permite responder desembarazadamente al gusto del público que hoy constituye el núcleo fundamental de El Espinar y anexos.

Esto quiere decir que en el comercio de carnes de D. Ignacio Gómez se tienen en cuenta los elementos siguientes: selección en el ganado, modernos procedimientos en su sacrificio, higiene absoluta en su conservación; factores que dan como resultado un artículo de primera calidad, que responde a cuanto puede exigirse a un producto alimenticio fundamental para la nutrición del organismo humano.

Lo mismo que decimos del Sr. García respecto al pan, puede afirmarse del Sr. Gómez en cuanto a la carne: imposible superarla en calidad bajo cualquier aspecto que se examine: buen paladar, poder nutritivo, frescura...

Entendiéndolo así tanto los particulares como las entidades de carácter médico—sanatorios, preventorios—, designaron al Sr. Gómez como su proveedor.

Entre estas entidades figura el Preventorio Infantil de San Rafael, al cual viene proveyendo desde hace tiempo, a entera satisfacción de sus elementos directivos, y con gran contento por parte del personal y de la población infantil que en el establecimiento se halla acogida.

DON MARIANO MONTERO

Entre todos los elementos esenciales a la nutrición del ser humano, es uno de los más importantes el pescado. Y, por razones que no son del momento, en los predipuestos a ciertas dolencias, este elemento de nutrición adquiere todavía mayor importancia.

Pero esto es a base de que el pescado reúna las condiciones precisas para su ingestión, cosa que, por desgracia, no es frecuente, sobre todo en ciertas épocas del año.

Ello depende, en parte de las condiciones especiales de este producto, que le hacen de difícil conservación; y en parte, mayor todavía, de la inteligencia y de la integridad comercial de sus expendedores.

Ambas cualidades se dan en grado sumo en D. Mariano Montero, propietario del más importante comercio de este ramo que existe en El Espinar.

Su gran conocimiento del artículo, le permite en cada época saber tanto la clase de pescado conveniente a la misma, como el punto de origen donde puede obtenerse en mejores condiciones para el consumo; su integridad comercial excluye la posibilidad de suministrar el producto en condiciones que no sean de absoluta seguridad con respecto a sus cualidades alimenticias.

Por ello, en El Espinar, en San Rafael, en los hoteles, pensiones y restaurantes de la comarca, en los Preventorios y Sanatorios circundantes, que surte el Sr. Montero, se consume un pescado fresquísimo, de paladar exquisito, de asimilación perfecta, traído al día de los puntos de origen o conservado en tal forma que en nada pierde sus cualidades.

DON ARGIMIRO HERAS

Hemos hablado ya en diversas ocasiones de D. Argimiro Heras, como proveedor del Preventorio de San Rafael, y nuevamente hemos de incurrir en repeticiones inevitables al dedicarle estas líneas.

Porque lo que de él dijimos otras veces, necesariamente ha de volverse a decir ahora, si se quiere rendir tributo a la realidad: que el artículo que suministra al Preventorio de San Rafael—huevos—no hay posibilidad de mejorarlo, ni en cuanto a calidad ni en cuanto a precio; que los mejores que se producen, los más sabrosos, los más nutritivos, pasan por manos del Sr. Heras, sin que la cuestión precio sea obstáculo para su adquisición.

Y que, en consecuencia, es proveedor imprescindible de todos aquellos establecimientos donde el consumo de huevos sanos es primordial, y singularmente de los de carácter médico: preventorios, sanatorios, clínicas, etc.

Precisamente, a título de proveedor del Preventorio de San Rafael le dedicamos estas líneas. Hace largo tiempo que viene suministrándole ese artículo, y en todo este tiempo, no sólo no hubo un motivo de queja, sino por el contrario de plácemes, por el esmero que siempre puso en cumplir su cometido concienzudamente.

No es este esmero una excepción; es una norma de conducta con todos los establecimientos que surte, entre los cuales recordamos, además del Preventorio de San Rafael, el de Guadarrama, Helios y Tablada.

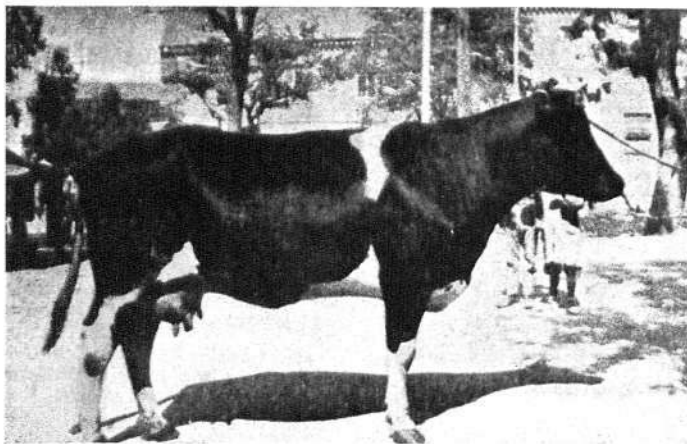
El Sr. Heras es también, por idénticas razones, proveedor de infinidad de hoteles, restaurantes y pensiones, que sirve desde su despacho de Madrid, San Hermenegildo, número 6.

CASA ENCINAS

Una de las casas más importantes, de mayor crédito en su ramo, es la casa Encinas, a cuyo cargo está proveer de leche el Preventorio Infantil de San Rafael.

Fundada hace muchos años, fué de las primeras que se dió cuenta del aspecto sanitario de su industria, y puso a su servicio el empeño de una voluntad decidida y una firme inteligencia, para crear un tipo de producción que satisficiera todos los fines asignados a la alimentación láctea.

Para ello, comenzó por una selección de ganado escrupulosísima, a base de no pensar en el precio—una prueba gráfica de ello el ejemplar magnífico que reproducimos—; siguió con la instalación de establos excelentes y adquisición de pastos espléndidos, y terminó con un sistema de envasc y transporte, a base de la higiene más escrupulosa.



El fuerte de la ganadería de los Sres. Encinas está en Navas de Riofrío—famosa por sus pastos—, a cargo del inteligente fundador de la casa, D. Juan Encinas; en Madrid tienen establecida una vaquería, verdaderamente modelo, regentada por los hijos del Sr. Encinas, en la Glorieta del Puente de Toledo, número 2.

La labor de los señores Encinas en pro de la bondad de sus productos ha sido espléndidamente recompensada, consiguiendo ser proveedores de Sanatorios de la categoría de los de Tablada, Valdelatas, Húmera y San Rafael.

En Madrid, entre otros establecimientos, recordamos el bar del Palacio de Comunicaciones y el que acaba de inaugurarse en la calle de Carretas, Bar Togo, que deseando ser entre todos el mejor de Madrid, confió el suministro de leche a la casa Encinas.

EN EL PREVENTORIO DE SAN RAFAEL SE ESCRIBE CON LAS FAMOSAS MAQUINAS UNDERWOOD

Una Institución de la importancia del Preventorio Infantil de San Rafael requiere el empleo de todos los productos que la actividad humana ha creado.

Es un pequeño pueblo en el cual se condensan todos los elementos indispensables para la vida: desde los estrictamente materiales a los de carácter espiritual.

Y no pueden faltar, en consecuencia, aquellos de índole comercial que la organización de una moderna oficina exige.

Pieza fundamental de esta organización, base de su buena marcha, vehículo de sus relaciones comerciales, medio de comunicación con el público, es la máquina de escribir.

El Preventorio de San Rafael fué en este sentido espléndidamente dotado. Cuenta su administración con la mejor de las máquinas conocidas, con la más clara, con la más perfecta, con la más sólida, con la de más fácil manejo, con la Underwood, en suma.

La Administración del Preventorio, aleccionada por el maravilloso resultado de otra máquina de igual marca, una 6-10, comprada para el de Guadarrama, adquirió esta, que responde con exceso a las esperanzas puestas en ella.

Este resultado, que no es obra de la casualidad, sino producto de un mecanismo maravilloso logrado tras muchos años de estudio, construido de una manera admirable, explica el éxito insuperable de la Underwood.

En España la demanda progresiva y constante ha obligado a una nueva organización comercial, para poder servir rápida y eficazmente los pedidos.

Se ha dividido España en dos vastos sectores: Este y Oeste, fijando la central del sector Oeste en Madrid, bajo la dirección competentísima de D. Gaspar Trumpi, ex socio de la razón comercial Trüniger y Compañía.

Estamos seguros de que la nueva organización social logrará un éxito absoluto; y por si puede contribuir a aumentarlo, consignamos que en el Preventorio Infantil de San Rafael y en el de Guadarrama, se emplea, con resultados insuperables, como decimos antes, la máquina de escribir Underwood.

Por si alguien interesara nuevos datos, diremos que la oficina de la central del Oeste de España se halla en la plaza del Callao, número 4, Palacio de la Prensa, y que la sucursal de la calle de Alcalá, número 39, continúa funcionando bajo la dirección meritísima de don José María Sirvent.

DANIEL PERALES

TRANSPORTES

MADRID, GUADARRAMA,
LOS MOLINOS Y CERCEDILLA

SANATORIO DE LA FUENFRIA

MADRID:
CAVA ALTA, 19

TELEFONO 72041

CERCEDILLA:
TELEFONO 114

Actualidades mundiales

Mac Cardie, el juez más célebre de Inglaterra, se ha suicidado

Sus sentencias revolucionarias a favor de la mujer

Curiosísima figura la del juez Mac Cardie, que, ante la universal estupefacción, se suicidó últimamente, terminando de esta manera la carrera más brillante y más pintoresca que cupiese nunca a un magistrado en el Reino Unido.

Por su audacia, fué el Dantón de la jurisprudencia inglesa.

El juez más célebre de Inglaterra, empezó su carrera de abogado con un éxito tan grande que a los treinta años ganaba 20.000 libras por año. Sin embargo, abandonó la abogacía por la magistra-

tura; fué como juez ambulante en las jiras de la Audiencia donde se dió a conocer su mayor popularidad.

Por su audacia novadora, Mac Cardie fué el Dantón de la jurisprudencia inglesa. Su originalidad consistió en confundir en una misma argumentación los papeles del defensor y del justiciero, en entregarse a una verdadera requisitoria contra las leyes y las costumbres, y en convenir al Jurado de que, ante la iniquidad de las instituciones, la excusa de ciertas ofensas y el perdón de ciertos culpables se imponía a la conciencia pública.

Su intervención revolucionaria en dos pleitos de desventura conyugal.

El juez Mac Cardie atrae primero la atención popular en dos pleitos de desventura conyugal particularmente sensacionales: el uno, intentado por un gran costurero londinense a un escritor célebre que rehusaba pagar las deudas extravagantes de su mujer, cuyo presupuesto de tocado ascendía a varios centenares de miles de pesetas por año. Con este motivo, el juez, soltero, emitió sobre la vanidad femenina algunos aforismos hirientes que, al excitar poderosamente el resentimiento de todas las coquetas del país, encantó a los misóginos y a los maridos desgraciados. Eva había encontrado quien la castigase.

Pero pronto llegó el desencanto. En el curso de otro pleito, que la analogía de las situaciones hizo llamar "El proceso de Elena de Troya", Mac Cardie tomó el partido de la transfuga contra las reclamaciones de Menelas. Este intentaba contra Paris una acción "por desviación de afecto", sin que pudiese demostrar que Elena se hubiese adentrado en el camino del adulterio más allá del abandono del domicilio conyu-

gal. El juez amotinó en contra suya a todos los maridos ingleses, proclamando que el estatuto matrimonial del día estaba anticuado y que era del deber de los jueces establecer claramente que, al no ser ya la mujer propiedad del marido, éste no puede tener ninguna pretensión equitativa de inmiscuirse en sus trabajos, sus distracciones y sus afectos.

Partidario del "Birth Control" (1), pronuncia unas sentencias discutidísimas.

Pero es su actitud en la cuestión discutidísima y candente del "Birth Control" la que debía dar al juez Mac Cardie su dramática celebridad. En el curso de un "circuito" memorable, en el que ante la Audiencia de Leeds tuvo que entender en algunos de los asuntos más horribles del siglo, incestos, violaciones y abortos, el juez pronunció, bajo forma de juicios, una serie de amargas requisitorias contra los siniestros azotes engendrados en Inglaterra por el pauperismo y la sobrepoblación. Causó una sensación profunda en el mundo judicial y médico, haciendo absolver por el Jurado a una pobre mujer, esposa de alcohólico, que, madre de siete hijos, había evitado el nacimiento del octavo.

En el curso del juicio, profesó que, en ciertos casos, el aborto, lejos de ser un crimen, podía convertirse en el más imperativo de los deberes sociales. Tomando como ejemplo el caso citado ante él, de embarazo incestuoso de una joven débil de espíritu que había dado al mundo cinco hijos, todos del mismo padre, todos idiotas, proclamó que la civilización inglesa daría un paso hacia adelante cuando impusiera a la madre, en casos similares, la obligación de abortar. "Hay en Inglaterra — reveló el juez — un diez por ciento de defectuosos físicos o mentales. Cuando un niño no tiene ninguna probabilidad de escapar a las taras de su prenatalidad, la moral pública, tanto como la piedad, ordenan impedir su venida al mundo."

Aprobado por los biólogos y una gran parte del clero anglicano, ya que el obispo de Londres expresó en una carta pública una indulgencia igual a la del juez para el crimen de aborto, éste, en cambio, levantó en contra suya el bloque de la teología católica. Uno de los predicadores más célebres de Inglaterra, el padre Woodlock, al atacar estas doctrinas en una serie de vehementes sermones, consiguió que toda la opinión del país se dividiese entre el juez y el dominico.

DR. JOHN STEYENS.

(1) Limitación de los nacimientos.

ESPECIALIDAD EN UNIFORMES PARA COLEGIALES
PROVEEDOR DEL COLEGIO DE SAN ANTON

Eduardo de Diego

SASTRE PARA CABALLERO Y NIÑO

FUENCARRAL 41 · TELEFONO 12738 · MADRID

LA CASA DE LAS MEDIAS

Atocha, 24-MAYOR, 25-Peligros, 11



SANOSPIRINA

PRODUCTO NACIONAL

GRIPE, CATARROS, DOLORES DE CABEZA,
DIENTES, REUMATICOS, MENSTRUALES, ETC.

0,15 TABLETA

LABORATORIO ORTEGA
PUENTE DE VALLECAS - MADRID

Casa Benítez

"EL SASTRE DE LOS NIÑOS"

CORTADOR EXCLUSIVO

CREACION DEL PANTALÓN

KNICKERS

(SIN COSTURA)

ROSALIA DE CASTRO-42



SUCESORES DE RIVADENEYRA, S. A