

Director responsable  
**Luis A. Da Costa**  
Secretario de Redacción  
**José W. Invernizzi**  
Jefe de Prop. José Invernizzi  
Adm. Arquimedes R. Alvarez

# NUEVA IDEA

Redacción y Administración:  
**Municipio 2580**  
Talleres  
**8 de Octubre, 3939**

PERIODICO QUINCENAL INDEPENDIENTE  
NUESTRO LEMA ES: SER UTIL A NUESTROS SEMEJANTES

Montevideo, Junio 1.º de 1939

Aparece los días 1.º y 15 de cada mes

Año I

Número 1

## Frente a la realidad

Esta publicación es de todos y todos podrán llegar hasta ella en demanda de justicia para los derechos lesionados.

Nuestras páginas estarán siempre abiertas de par en par para las personas de buena voluntad.

Los derechos desconocidos o agravados tendrán en nuestras columnas el más decidido paladín de su defensa y nuestra voz se alzará, austera y digna, para reclamar contra cualquier anomalía.

Desvinculados absolutamente de toda orientación política o sectaria, sólo prodigaremos nuestro aplauso a los que sepan hacer justicia sin preferencias y sin pasión; y para ello no nos detendremos a preguntar quienes son, ni de donde vienen, porque nos bastará con el espíritu de ecuanimidad con que sepan proceder.

El Director.

## El naturismo del punto de vista moral y social

Si grande es el Naturismo en lo físico y en lo moral y social representa nada menos que el primer engranaje en la evolución y perfección de la enorme masa humana.

Es él, el verdadero lenitivo que resperta la vivacidad del espíritu, respeto y moralidad.

El Naturismo, unido al vegetarianismo, que constituye también la ciencia de prevenir y curar las enfermedades sin otros medicamentos que los emanados de la Naturaleza, es de todo punto de vista moral, porque el hombre comienza por alimentarse, nutrirse, sin hacer derramamientos de sangre, sin originar víctimas..., no vive de cadáveres y menos les quita la vida para engullirse, puesto que el reino vegetal le sabe dar todo lo necesario para mantenerse fuerte y vigoroso, al mismo tiempo que refina la mentalidad por la ausencia del crimen, y porque la salud moral va a depender siempre de la salud física, que se conquista mejor, y con más pureza con el sistema vegetariano y con los métodos de higiene con que cuenta a su disposición el Naturismo.

Nadie nos alegrará que el comilón de carnes no esté ligado al alcoholismo en cualquier grado; nadie nos disculpará que los resultados de la superalimentación y de la vida ausente de la sobriedad bien entendida, pueda ser compatible con la moral individual y social, porque el hombre que se indigesta es un enfermo y sus progresos por el mejoramiento de la raza son nulos completamente, por sus efectos físicos personales y ejemplares hacia

sus mismos semejantes y que, sólo los amigos de la gastronomía, de esos seres que viven para comer, pueden conservar íntima afinidad con el principio de degeneración fisiológica consciente o inconsciente.

Sintetizando, podríamos decir que la moral derivada del naturismo nace de su sistema higiénico, de la manera de comer, de la forma en que sabe equilibrar su salud, sin drogas, y porque llega a elevar sus pensamientos a filosofías que encarnan el principio de principios de la vida sana.

En cuanto al valor social, no tendríamos nada más que ver la influencia que posee el Naturismo sobre las personas, del punto de vista físico y moral, para darse cuenta de la transcendencia social que él importa.

Pero si queremos hacer resaltar mucho más los beneficios que reporta a la sociedad la Ciencia Naturista, miremos primero a las costumbres que predominan en la actualidad, adversas a la vida naturalista.

Un país compuesto por personas sobrias, sanas y vigorosas, de cuerpo y alma, es y será siempre un país ideal, y la sociabilidad será un hecho indiscutible; en cambio, donde haya muchos ebrios, donde abunden los gastrónomos y los viciosos, el Estado deberá crear siempre leyes y decretos para conjurar los males que acumulan los habitantes desordenados y viciosos.

La historia de la humanidad nos da buenos ejemplos de lo que acabamos de manifestar.

La moral social, pues está en manos del naturismo y vegetarianismo, y los pueblos, por tanto, tienen en los predicadores de esta nueva ciencia de cultivar la salud física y moral del pueblo, a los verdaderos colaboradores por el engrandecimiento de la nación.

Tanto vales cuanto saber.

Valdrás poco, si saber poco.

Valdrás mucho, si sabes mucho, el hombre se cotiza por su honradez y por su saber.

No se desanime por las primeras dificultades, todo lo que cuesta, vale.

## Nueva Idea

susc. mensual 0.20 cts.

Número suelto 0.05 cts

### COLABORADORES

Manuel Viña, Rogelio Tabarez, Benigno R. Da Costa, Margarita C. de García, Guillermo Da Costa, Enrique Viña, Dr. Roberto Canessa, Maruja Viña de Alvarez, Miguel Merlino, Dr. Pablo Leopold, Gladys Viña, Rafael Fizzolanti, María E. de Da Costa, Leonardo Durante y Nicolás Izquierdo.

## Tema los alcoholistas

De alcoholismo y tabaquismo; es lo que actualmente padece la juventud.

La fiebre de nuestro modernismo es la causa y el sostén de tan repugnantes vicios.

Todos desean Beber; casi todos poseen ansias de fumar, y en este tren de civilización, la raza va en decadencia, degenerándose de día en día y de hora en hora!!

Lo más gracioso y ocurrente lo

## Farmacia 'Rodriguez'

Higiene  
Cosméticos  
Fotografía  
Recetas  
Convención 1305

entre 18 y San José - U.T.E. 81297

hallamos en el fumador crónico, pues interrogamos a és del por qué conserva la asquerosa chimenea entre los labios y os contestará como un célebre convencido...én que el cigarrillo es un poderoso veneno.

En efecto: el tabaquismo es el gran perturbador de las células nerviosas, atacando con preferencia nuestra masa encefálica, por el efecto del hollín inmundito que el fu-

## SASTRERIA De Leonardo Durante

Trajes sobre medida, al contado y a plazos

Precios sin competencia

LIBRES N.º 1620

## A la Prensa:

Al presentarse en el escenario periodístico nacional, "Nueva Idea" presenta sus saludos a la prensa, a cuyo lado se coloca para pugnar, digna y tesoneramente por los intereses del pueblo.

mador se ha propinado.

Y existe algo más grave aún, y es lo siguiente: que tan denigrante como antihigiénico vicio hállase con mucho arraigo en la juventud sumamente precoz, y es ahí donde el mal presenta todos los caracteres de un peligro social.

Por esto es menester que los que nos sentimos ansiosos de un porvenir mejor y dispuestos a regar por la salud de la especie, pregonemos con sinceridad las bondades de un régimen natural de vida.

Demostrándole a los eternos empedernidos en la cronicidad de tan funesto vicio, con el ejemplo práctico, cuál es la verdadera senda que deberán proseguir para gozar del relativo bienestar, libre de todo desorden físico.

Depresión Fisiológica por el tabaco.

Deberá pasar los tiempos de desolación y barbarie, para entrar en los días clásicos de la vida sobria, armoniosa y saludable.

El vicio de fumar es una costumbre tan tonta y ontistética como la de beber alcohol.

Sin embargo, se continúa fumando...

Podría decirse que hoy constituye una moda, pero una moda que entorpece el físico e incrimina...

Los hay quienes fuman por pasar el rato, por inspirarse mejor.

(Aquí parece que fuera el tabaco el cerebro del hombre...)

Cuando hay que calmar la nerviosidad ante la novia que se va a visitar; cuando hay que estar en reunión, todo esto sin contar la pretensión de los buenos negocios que algunos creen realizar bajo el

## CASA Club Uruguay

Tasistro, Sellanes y Cia,

Avenida General Flores 2218

UTE 27166

impulso sugestivo del humor del tabaco que se eleva por la atmósfera en espirales...

¡Cuántos prejuicios infundados para tan poco problema!

El tabaco y la bebida acortan siempre la vida.

Las pruebas de envenenamiento por este funestísimo vicio las tendremos que observar bajo un punto de vista general, porque si existen algunos que toleran con cierta facilidad el tabaquismo, en cambio, en la mayoría ocurre lo contrario.

El catarro bronquial, las afecciones de la garganta, las congestiones pulmonares, la tuberculosis e infinidad de trastornos graves, más se fomenta con el consumo exagerado del tabaco.

Comienza el mal por simples resfríos, mareos, inapetencia, etc., y concluye, casi siempre, por dejar afectadas las vísceras más nobles de nuestro cuerpo.



*Alianza*  
JOYEROS



Avda. Gral. Flores 2472 - U. T. E. 24232

Será siempre su joyería de confianza

# Página de Variedades

## Librería, Papelería e Imprenta "EL URUGUAYO"

Gran surtido en Papelería — Artículos escolares en general  
Fabrica de sellos de goma y grabados — Artículos de escritorio

Ventas por mayor y menor

Artículos de reclame en general como ser: Almanagues, Pantallas etc.  
Venta de lotería, papel sellado y timbres

BLANDENGUES 1770

UTE 245 18

## VENCER

Vencer es una ciencia que se aprende fracasando.

Para muchos quizá no sea más que un capricho: para otros tal vez envuelva toda la suma de belleza de un ideal.

Mientras más le encariñes con el triunfo, más cruel será el dolor que experimentarás en la lucha; pero en cambio habrá en ti mayor cúmulo de fuerzas que a impulso de tu deseo se harán invencibles e irán creciendo dentro de ti a medida que la perseverancia se vaya adaptando de tu voluntad.

Empéñate a luchar. Se te agotó el entusiasmo; se falló la esperanza te riñió el desencanto... Es decir: estás vencido! No te amilanes, se optimista, animate y piensa que la victoria está formada de materia de muchas derrotas, y es necesario caer repetidas veces para alcanzar la palma.

De esta suerte comprenderás la urgencia de poseer una conciencia exacta y verídica de lo que llevas consigo y de lo que puedes dar para que el esfuerzo que pagues en algún propósito, culmine o no victoriosamente, tra-

duzca la grandeza del amor que encierra y nunca sea producto mezquino de una noción cualquiera. Al efecto, procura hablar poco de tu obra delante de los necios, porque anularías al silencio la virtud de su lengua maravillosa. No odies a nadie, compadécete, porque el odio es un tóxico para el espíritu, y tú necesitas mantener saludable tus energías. Si la perfidia te persigue por tortuosa senda, afócala con tu luz. Tén presente que la sinceridad es enemiga del cobardía. Aparta de ti todo pensamiento de fracaso concretando la mente a una sola ambición ilimitada y sin cerra pues la capacidad de tu fe será siempre la medida de tu deseo. Empéñate porque cada día sea

mayor la alegría, la alegría de su labor creando en tibia seguridad de mejorarla de enriquecer el cultivo de tus posibilidades. Conseguido esto todo te será hacendoso y fácil porque cada quien es lo que quiere ser.

Elias Peres Sosa

## La Risa

La risa es la sal de la vida. Generalmente, los hombres risueños son sanos de corazón. La risa de un niño es como una loca

## Provisión EL SOL

A. ACEVEDO

Surtido de frutas y comestibles en general

Precios al alcance de todos

Perongos 2251 esq. Cuñapirú

música de infancia. La alegría inocente se desborda en una caratara cristalina que brota a plena garganta. Triste hogar es aquel donde no resuena la amable risa infantil.

Los pensadores meditabundos no rien porque viven en constante comunicación con lo infinito, en una vasta serenidad. Los bandidos, los hombres avezados al crimen, tampoco rien; en su vida sobran y jivida, llenos de hiel y de sombra, siempre van acompañados de un negro genio que mantiene en sus espíritus el espanto y el odio. El orgullo, la vanidad, sonrien, la gula, el robo pueden sonreír, la envidia no puede. Pálida y enferma; traga su propia billy y está con el ceño

arrugado, siniestro, como le pinto el poeta latino, aplastada bajo la montaña del bien ajeno.

Bendígamos la risa.  
Bendígamos la risa porque ella libra al mundo de la noche, Bendígamola, porque ella es la luz de la aurora, el carmin del sol, el trino del pájaro. Bendígamos la risa porque es la predilecta del Rey Bebé, muñequito sonrosado y adorable que lleva paz y dicha a nuestras casas.

Ruben Darlo

## La Educación

Lo que la escultura para el mármol es la educación para el hombre.

La educación es para el espíritu lo que el alimento para el cuerpo.

La educación es la herencia más valiosa que pueden dejar los padres.

El padre que desprecia la educación de sus hijos, es un parricida que los ahoga al nacer. Nada es imposible a la educación. Hacia hablar a las aves, danzar a las fieras.

Mejóranelas plantas por el cultivo; el hombre por la educación. La felicidad de los pueblos y

## Juan Yanola

Puesto de Frutas en general

Ventas por mayor y menor

Mercado Agrícola

Frente a la Oficina

la tranquilidad de los estados depende de la educación de la juventud.

La educación es semejante al vaso en el que se destila esencia de rosas: al vaso se puede quebrar pero el perfume queda adherido a los cristales desmenuzados.

Es necesario mirar al cielo para caminar seguro y firme por la tierra.

X X

## Juan Protasi

Clases de Solfeo,

Piano y Canto

Calle José L. Terra 2735

## Puesto N.º 1 'LAS FLORES'

FRUTAS Nacionales y extranjeras

Ventas por mayor y menor

De Rodolfo Da Costa - Calidad y peso, justa

Precios mínimos

Entrada por Cuñapirú (Puerta Grande) - UTE 26867

## Comerciantes:

Una propaganda eficaz y a una tarifa reducida  
la conseguirán insertando sus avisos en el periódico

## 'Nueva Idea'

Redacción y Administración:

Municipio 2580



Vd. no debe faltar a la Función de Beneficio que el

# Club Atlético GOES

ha programado para el martes 6 de Junio en el CINE ASTOR

## LITERATURA

### Bohemia

Vivíamos así, sin un reproche  
Que tirarnos al rostro. Elie cosía  
Desde por la mañana hasta la noche  
Y yo estudiaba de la noche al día.

Bondábamos la fama con derroche  
De fé, y el porvenir nos sonreía.  
Yo deliraba con París de noche.  
Ella soñaba con París de día.

Nos amábamos sí, pero en silencio,  
Nunca la hice mía y evidencio  
Que me sobrecorren donas y darscho.

Pero una vez—¡oh debil corazón!—  
Se nos voló del cuerpo la ilusión  
Y desperiamos en el mismo lecho.

Fernán Silva Valdes

### En eso apenas

Sobre el blanco de cal, sombra de un ala.  
Mañana de sonetos cristalinos,  
Hora en que la ilusión crea destinos  
tendiendo en el azul la noble escala.

Ayer, en cambio gélida mañana,  
la persistente lluvia mudó el sino,  
y, mirando los grises del camino,  
era el alma un pesar, tras la ventana.

Surge, por sensación tan diferente,  
heta confusa y hora transparente;  
del más allá, la senda concebida;

y mientras pasa el tiempo y se evapora,  
ríe una vez el alma y otra Hora.  
y en eso, apenas, se nos va la vida.

José María Palmeiro

### El Tentador

Jesús vagaba en la campiña a veces.,  
De un alto monte al ápice lejano  
Hallólo un día Satanás, y ufano  
—Píde—le dijo—y te daré con creces.

Aquel límite así en que apetece  
Ver el espacio y meditar el líano  
Y esos viñedos de verdor lejano  
Tuyos serán si adoración me ofresce. —

Calló Satan. Sus alas, que se abrieron  
Mientras los astros en la oscura ardían  
Como la sombra evaporada fueren,

Y en el confín del pálido horizonte,  
Los claros ojos de Jesús vertían  
Serena luz que iluminaba el monte.

Víctor M. Landoño

### Envío

Yo quisiera saber mi noble dama  
porque así vuestros odios y desvíes,  
piedad, si es que ahora ya, los ojos míos,  
no son de vos, porque algún otro os ama.

Caballero que soy, hoy mismo quiero  
hacer que sepa mi rival osado  
como por vos se muere atravesado  
en la fina elegancia de mi acero.

Nada más os diré. Abogóse el fuego,  
más al menos sabed mi último ruego,  
devolvedme en el puño de mi espada

Aquel beso que os dí en tan grata hora,  
y haced de cuenta mi gentil señora  
de que jamás os hube dicho nada.

O. Fernández Ríos

Tintorería, Sombrerería y Sastrería

**"WARSOWIA"**

Limpieza, Teñido y Planchado de Ropa en general  
Se reforman Sombreros. Se hacen Trajes de Medida y se dan  
vueltas trajes y sobretodos. Arreglos en general

Calle Arenal Grande 2540

Casi esq. Isla de Gorriti

Montevideo

Luis A. Da Costa

Se encarga de sacar Planillas,

Patentes y Cobranzas  
en general

Porongos 2251

U T E 26867

Puesto de Frutas y Verduras

**"Los 3 Cruces"**

En donde encontrará frutas y verduras frescas  
todos los días. Ventas de aves y huevos

Junta E. Administrativa 1912 - F. M.

## Provisión "ISMAEL"

De Ismael Rodríguez

Ventas de Frutas, Verduras y Comestibles en general

Daniel Muñoz N.º 2285

## LA FRUTA

La fruta es una maravillosa fuente de salud. En opinión de muchos dietistas basta para subvenir las necesidades alimenticias corrientes, opinión abonada por experimentos en los cuales se probó prácticamente la posibilidad, durante un tiempo relativamente largo, de subsistir mediante un régimen frugívoro estricto.

El valor nutritivo, curativo y preventivo de la fruta es tal, que todos deben imponerse de esta afirmación y no olvidarla jamás: merece ocupar el lugar de mayor importancia en nuestra alimentación. Contienen en proporción generosa cuanto de más noble necesita el organismo para mantenerse sano y en perfecta salud.

Podemos decir que no existe otro

Los seres humanos que consumen alimentos privados de vitaminas sufren toda clase de penosas enfermedades de la nutrición.

Consumiendo frutas crudas cualquiera puede estar seguro de no carecer absolutamente de ninguna vitamina.

Y decimos frutas crudas, porque la mayoría de las vitaminas se destruyen por el calor.

Las sales minerales.

Son necesarias para la sangre, para los tejidos, para los dientes, para los huesos.

Ningún alimento posee como las frutas, tantas sales en asombrosa variedad.

Las verduras también las contienen. Pero cuando se cocen, las sales pasan al agua.

explicaremos por qué la fruta hace tanto bien.

Lo que se come con agrado es doblemente benéfico.

Los jugos digestivos se segregan ya, ante la vista de las frutas.

Llegan así a un estómago perfectamente preparado para digerirlas.

De ahí que se digieran con tanta rapidez y facilidad.

Yo soy la luz del mundo! el que me sigue, no andará en tinieblas, mas tendrá la lumbré de la vida... Yo soy el camino, y la verdad, y la vida: nadie viene al Padre, sino por mí.

Jesús.

### Café y Bar

"LA ESTANCIA CHICA"

- DE -

Rodríguez y Bonilla

Comidas y minutas

a todas horas

Marcelino Sosa y Cuñapirú

## SOCIALES

En ocasión de festejar sus 17 años, la señorita Gladys Viña, ofreció en su residencia una reunión social que dió origen a una nota juvenil de lucidos contornos, habiendo ella transcurrido en un ambiente de lo más agradable, a lo que contribuyeron las amabilidades dispensadas para con sus visitantes por la gentil festejada, quien en tan grata fecha pudo ver evidenciadas las muchas simpatías que tiene en nuestros círculos conquistadas.

—La señorita Lidia Palese Muzzeti, festejó su día el 7 del corriente.

Fue muy felicitada de parte de sus familiares y amigos.

—Fue una hermosa fiesta infantil, la que organizó la familia Rodríguez; en honor de su hijita María del Carmen, con motivo de su cumpleaños el día 19.

### ENFERMOS

Desde hace días, se encuentra enfermo nuestro estimado amigo, don Benito García.

Formulamos votos por su pronta mejoría.

—Festejó su día el 13, el señor don Saturnino Viña. Lo que dió lugar a una lucida reunión social.

## Peluquería IZQUIERDO

Peluquería y Perfumería

Precios módicos. Atendida por su dueño

Nicolás Izquierdo

Calle José L. Terra N.º 2303

## Señora!

Debe usted atender las obligaciones de su hogar antes que nada, pues para ello lo constituyó en colaboración con su esposo, que es hombre de lucha y tiene que desplegar sus actividades fuera del marco de su domicilio. El cuidado de la prole y la atención a los obligados quehaceres domésticos son cosas que no debe olvidar ninguna mujer que se ha unido a un hombre por el sagrado vínculo del matrimonio.

Pero usted parece olvidar dichas obligaciones, puesto que se guídamente interviene en fiestas o anda callejeando sin motivo, dejando que en su casa marchen

## CONSIGNACIONES Y FRUTOS DEL PAÍS

ANTONIO DEAGUSTINI

Mercado Agrícola

Puesto N.º 63

DEPOSITO CAIGUA 1171

las cosas «A la de Dios que es grande».

En esa forma, señora, lo más probable es que su hogar se desplome poco a poco por culpa de su negligencia y que mañana se bravega algún serio conflicto conyugal que la ponga frente a su esposo, todo lo que podría evitarse mediante una conducta más prudente de su parte.

Sea mejor más de su casa, cuide en prole con más atención y atienda los deberes caseros más prolijamente que con seguridad su esposo la tendrá en mejor concepto como consorte y la sociedad la mirará con mayor respeto.

Fray Candil.

## PELUQUERIA "SCARONE"

PELUQUERIA Y PERFUMERIA

Precios módicos

Atendida por su propio dueño

Av. General Flores N.º 2603

alimento —fuera de las verduras— que encierran en sí esos elementos de que ahora mismo hablaremos.

Con la ventaja de que en tanto las frutas pueden consumirse crudas, la mayoría de las verduras —excepción hecha de las ensaladas— hay que modificarlas por la cocción.

Y debe recordarse: solamente crudos, los alimentos vegetales poseen íntegras sus maravillosas propiedades.

La superioridad de las frutas resalta así innegablemente.

Los nobles elementos de que hablabamos son:

Las vitaminas.

Sin vitaminas no puede haber vida.

El animal privado de ellas degenera y termina por morir.

Al tirar el agua desperdiciamos dichas sales.

Lo que no ocurre cuando consumimos frutas crudas.

Los hidratos de carbono.

Fuentes de energía que suministran calor al organismo y combustible para la máquina muscular.

El azúcar de frutas es un hidrato de carbono que se asimila con facilidad sorprendente.

No requiere casi esfuerzo de parte del tubo digestivo, ni demasiados fermentos.

Se incorpora a la sangre con rapidez.

La fruta es agradabilísima de por sí.

Y recordamos que íntimamente ligados se encuentran el sistema nervioso y el aparato digestivo, nos

## Escuela Comercial Americana

Porongos 2165

«El porvenir de los hombres, no está cifrado en las estrellas, sino en la VOLUNTAD».

## Conquiste su porvenir...

Ayúdese a sí mismo, adquiriendo una vasta preparación Comercial, que le deparará en su futuro acaudalado orientaciones más vastas y fecundas.

Estudia uno de nuestros interesantes cursos: Contabilidad Teneduría De libros, Cuentas Corrientes, Ortografía, Escritura A Máquina, Ingresos, Bancos, Universidad, Entes Autonomos, Inglés, Francés Castellano, Tequigrafía.

Nuestra enseñanza es exclusivamente individual y sus precios, relativamente módicos.

Solicite informes ó pida prospectos en nuestra Escuela o en la Dirección de este periódico.

# Proteja su salud Coma más Fruta

Estimule la Producción del País