

Redacción: Arequita N.º 2188

Más sobre los efectos del alcoholismo

En la digestión, hace perder el sentido del gusto, irrita la garganta, congestiona e inflama el estómago, aumenta excesivamente la secreción de los jugos digestivos, ulcera los intestinos, altera el hígado, quita el apetito y trae el enfraquecimiento y la debilidad.

Cuanto a la respiración, a su paso por la laringe, el alcohol le hace perder su elasticidad y viene el enrojecimiento, irrita los bronquios, provoca la tos, ataca a los pulmones y predispone a la tisis.

Cuanto a la circulación, coagula la sangre y la descompone; ataca los tejidos del corazón, dilata las arterias y las venas, expone a las embolias, produce los aneurismas y es causa de hemorragias.

En el cerebro, descompone los tejidos, produce el reblandecimiento, y es causa de la ruptura de los vasos sanguíneos y de la apoplejía, parálisis, imbecilidad y locura.

En los sentidos, la vista se acorta, el oído se ensordece, la palabra trémula, el tacto se embota, las piernas se encoarvan y los músculos dejan de ser obedientes.

El alcohol abre la puerta a todas las enfermedades y la vejez se anticipa: un hombre de cuarenta años parece tener por lo menos veinte más.

El alcoholismo ataca también las facultades del alma. Produce ilusiones, alucinaciones, vértigos, temores injustificables; destruye la memoria, turba la imaginación, debilita la voluntad, altera el carácter, produce gradualmente la manía, el embrutecimiento y demencia.

El alcoholismo es también un mal social. La ciencia y la experiencia dicen: "A padre ebrio, hijo beodo."

El porvenir moral y material de la familia y de la patria están con prometidos por el alcohol; y el pueblo que se alcoholiza está en vía de desaparecer.

Papel de la mujer

EN EL PROBLEMA DEL ALCOHOLISMO

El alcoholismo es el elemento más deletéreo de los que concurren a la degeneración de la especie humana. Su letal influencia se manifiesta en el empobrecimiento de fuerzas en el alcoholico, determina también una acentuada depresión demográfica en las regiones donde la plaga es más endémica.

En nuestro siglo XX, tan esplendoroso en civilización, el alcohol produce más estragos que las luchas en la bárbara Edad Media, que las pestes y cóleras juntos.

La influencia del alcohol ha sido funesta en el campo fisiológico y moral, tanto que algún pueblo civilizado, de los que toman en serio el porvenir de la propia nacionalidad, ha tomado ya medidas preventivas y represivas contra esta plaga. Son dignas de reflexión las consecuencias del uso del alcohol tanto para el individuo como para la sociedad.

El profesor Legrand considera tres períodos en la embriaguez: el de embriaguez alegre, en que el alcoholico posee todas sus facultades

mentales, pero durante el cual el corazón trabaja acelerada y anormalmente.

El período de embriaguez furiosa, en que el beodo tampoco pierdes el uso de los sentidos, pero sufre graves perturbaciones del sistema nervioso.

Finalmente, el período de embriaguez letárgica, en que el embriaguez, perdido el uso de la razón, se postra en profunda apatía por todo cuanto le rodea y cae en la misma brutal inacción.

El alcohol ataca ermente el sistema nervioso, y da origen a horribles y sucesivas alteraciones que van produciéndose en el organismo: perturbaciones congestivas, delirio alcoholico, delirium tremens, pérdida de la inteligencia y de los sentidos, alienación mental, parálisis, atrofia muscular y degeneraciones óseas.

Toda la culpa se engaña al Jesucristo, y es frecuente oír decir a un ebrio que debe entrar en calor ¡Pura ilusión! A medida que se va aproximando el período de embriaguez letárgica, la temperatura desciende sensiblemente, llegando a bajar hasta 30 grados. Por eso el organismo va perdiendo fuerzas, tanto que un alcoholico a los 40 años se encuentra tan gastado y tan quebrantado como un decrepito de 80 años. ¡Pero si el mal fuese sólo para él! ¡Si el alcoholico se perjudicase él sólo! ¡Si muriese como un bicho! Los hijos del ebrio son unas infelices criaturas desde la cuna se ven inclinadas al veneno progenitor inoculado. ¡Pobres criaturas que tienen que arrastrar una vida entera de vileza y de miseria! Nadie ignora la desgraciada influencia ejercida por el alcohol en la criatura a partir de su vida intrauterina. Todos saben que el pobre ser engendrado bajo la mágica influencia de alcohol, nace fatalmente raquítico y anormal. El alcohol es un veneno tan puro, que una madre alcoholica inclinara a su hijo a este vicio si lo amamanta después de un cuarto de hora de haber bebido.

Las experiencias realizadas desde el año 1890 hasta hoy por Feré, Ballot y otros distinguidos médicos demuestran esto hasta la saciedad.

El hijo del alcoholico muere generalmente antes de llegar a los siete años; y cuando consigue vivir, es ebrio como su padre, o eriminal, o idiota, o epiléptico.

Como frutos del alcoholismo encontramos la tuberculosis, raquitismo, locura, crimen. Veamos ahora la influencia del ebrio en la vida social. El alcoholico es un ser despreciable, vil y repugnante. Primero pierde la conciencia de sí mismo y luego pierde la consideración de sus semejantes; nadie le respeta, todos le desprecian.

No tiene energía ni prestigio. Todos le huyen como a una aberración humana.

Consideremos, con el alma dolorida, el negro cuadro de degeneraciones morales, que nacen del ebrio como de fangosa fuente de pestilente virus. El cuadro siguiente va a decirnos algo sobre su desgraciada prole:

1.ª generación.—Inmoralidad, depravación, embrutecimiento moral, excesos.

2.ª generación.—Embriaguez hereditaria, accesos maníacos, parálisis.

3.ª generación.—Tendencias hipocóndricas y tendencias hacia acerbos críminosos.

4.ª generación.— Degeneración

completa. La criatura o nace idiota o enloquece en la adolescencia.

Todos los sociólogos y filántropos están de acuerdo en que el más eficaz de todos los medios para acabar con el alcoholismo es la difusión de la instrucción y la educación moral, un apostrofo de civismo, o cruzada contra el funesto vicio, por medio de la predicación de sus horrores.

Para defender a los hombres contra sí mismos no hay como su conciencia y su razón.

En los países de civilización adelantada, se organizan en este mismo momento misiones encargadas de guiar, con enseñanzas y consejos, el alma sencilla del pueblo y apartarla de los males del alcoholismo.

Entre nosotros, donde la educación cívica se desprecia tanto, tiene la mujer un importante papel que desempeñar en esta cruzada de bondad.

Las mujeres en general, corazones sensibles a todo cuanto es bello, grande y bueno, deben tejer un escudo de sobriedad para defenderse contra la fragilidad de los negocios o imprudentes. Inspiradas el horror al alcohol. Despertad el oído al vicio. Tal vez esté en vosotras el remedio contra este gran mal. En vosotras depositan los pueblos muchas de sus esperanzas.

Aurora de Castro Gouveia.

El Dr. Santín Rossi y nuestra prédica

Asistencia P. Nacional — Colonia de Alienados

Santa Lucía, 14 de Agosto de 1916.

Santín Rossi saluda atentamente al señor Antonio Valeta, cuya propaganda por el mejoramiento moral y físico del pueblo aplaude sin reservas,—y le ruega quiera seguir enviando su periódico Fisicultura a la Colonia de Alienados, con destino a los empleados subalternos, y enviar los recibos a la administración de este asilo.

Bibliográficas

Hemos recibido, con amable dedicación, una hermosa tesis del doctor Fernando Roselló, titulada "Los Ríos". Es un trabajo sumamente delicado, puesto que en él trata la cuestión de los más importantes ríos internacionales de Sud-América, y, especialmente, el ruidoso asunto de nuestras aguas con las de la Argentina.

Esta tesis fué presentada y aprobada en la Facultad de Ciencias Sociales de la vecina orilla, para optar el título de doctor en Jurisprudencia. El señor Roselló, por sus buenas cualidades morales e intelectuales, como lo demuestra en sus escritos, es más que un abogado vulgar: es un fino diplomático.

Degeneración

Por unos instantes de vida alcoholica, inocente, se conquistan múltiples males al estómago y a las demás vísceras internas. Y por querer desvanecer ciertos pensamientos malos, ocasionados en cualquier peñía amistosa o familiar, se recurre, generalmente, al embotamiento de la razón y de la inteligencia a base de la toxicología alcoholica. Pero más riesgoso es saber de aquéllos que pretenden inquietar las constantes amarguras de

la vida, a cambio de una locura alcoholica, para conseguir un resultado peor que el que han pretendido destruir!!

Aún eso no es nada comparado a los que opinan con más radicalismo... y estos son los que se ingieren alcohol en todo momento, para sostener, unas veces, más energías en las fatigosas faenas del día, otras veces por otentarse a los bruscos cambios atmosféricos; también por calentarse mejor el cuerpo en los días de extenso frío; por sobrar ánimos de guapeza brutal, o por el fin de saciarse a su antojo promeditaciones criminales originadas en borracheras anteriores; por querer excitar mejor el apetito...; por cooperar a la digestión, con el pretexto de convidar vueltas y vueltas a sus camaradas del vicio; para poder realizar mejores negocios, y, en fin, muchos también se embriagan para reconciliar el sueño tranquilo, y es así, caro lector, como se pasa una vida en continua borrachera. (!!) ¡Qué montón de desastrosos humanos; cuántas barabazadas sin fundamento ni razones!

Todos pretenden buscar una excusadora causa por el maldito vicio que les tiene sugeto, en la misma forma que lo hace un padre cuando sus hijos traen estampado en el rostro, el sello del escrofulismo y la epilepsia, etc., queriendo hacer ver a los amigos, parientes, médicos, etc., que el mal lamentable de su prole tuvo origen despus de nacimiento; pero no por su citado físico deplorable que el funesto líquido le había proporcionado...

¡Se puede pretender, acaso, una tangente más acomodada?—El mismo bebedor reflexiona de sus crímenes lentos en los momentos de lucidez y raciocinio; pero esto no es la regla sino la excepción. Como se vé, por los desastrosos físicos, económicos y sociales que produce, es hora que el alcoholismo desaparezca del mercado mundial. Que se le combata tenazmente y sin consideración, ya que él ha sido y es el factor de la corrupción, del pillaje, del crimen, de las enfermedades y de las miserias generales. Los países que se presian y que pretenden ser sóbrios, cultos y democráticos, deben prohibir la venta de dichos venenos para bien de la humanidad que aún desconoce los efectos horribles del alcoholismo.

Las sociedades de templanza son las únicas que continúan infatigables en su honrosa labor porque se reconoce al terrible vicio por muy leproso, excesivamente tuberculoso y amigo íntimo del delirium-tremens. Si, es de urgente necesidad, y muy humano, arrebatar con tiempo de las inmundas tabernas a esa juventud precoz, persuadirla en la forma que mejor convenga, antes que caigan víctimas en las lúgubres salas del hospital, del manicomio o en la cárcel. Busquemos prescitos para que cooperen a convencer, a partir serenamente, un día, dos, siempre, de esa vida que es agonía, que es muerte, para entregarlos por completo a la lucha; a la lucha de ideas y de trabajo, de amor y tranquilidad, para entonces ser vigorosos y fecundos y no enfermos y estériles.

Antonio Valeta.

EMBRIAGUEZES DESCONOCIDAS

I

Roto el freno de las religiones, los azares han entrado a saco en la humanidad. No hace falta gran

diseñamiento para ver todas las pendientes del vicio sembradas de cadáveres.

Mirado de cierto punto de vista nos contristería que esto haya sucedido; más ya no es cosa de pasar a lamentarlo, sino hora de entregarnos con ahínco a contrarrestar el mal que amenaza sumir en degradaciones incalificables a numerosos seres. Por lo demás, los desdichados que, consiguen aferrados a esa caterva de dogmas caducos, también los vemos maculados de plagas tanto o más perniciosas que los que recabando su libertad moral no atinan a usarla sino en perjuicio de sí mismos. No es menos tiranía la del dogma que la de las atracciones falaces. Por inverosímil que parezca, los esclavos, lívrotos aquí, toman el yugo con placer más allá.

Efectivamente, a una y otra margen, no vemos vivir hombres sino vicios; cuando mucho, aquéllos supeditados a éstos.

La costumbre de mirar alrededor de sí con la intención de descubrir enemigos tiranizantes es la ilusión más baladí.

No existen los tiranos externos. Dentro, bien adentro es donde llevamos los verdaderos opresores, sólo al vislumbrarlos comienza a alborotar nuestra libertad; verter sobre ellos todo el plomo derretido y pez hirviendo que tengamos a mano es comenzar la progresiva serie de liberaciones que de círculo en círculo nos elevará.

II

Demostrado hasta la saciedad que la vida es un deseo permanente de sensación, anhelo instigable; hambre y sed impeliéndonos incesantemente a la acción, no debemos olvidar que como para cada especie en la naturaleza está el alimento que le conviene, hay también para el hombre en la misma los manjares más apropiados, peulíares, por tanto no debe quedar este asunto resuelto con el simple echo de llenarse el estómago, sino que en todo momento debe mediar la inteligencia en la elección de los alimentos. Avida de excitantes la humanidad, los ha creado artificiales como si los naturales no le bastaran. Cuando declina el período en que el amor físico mantiene embriaguez al hombre comienza el peligro de que busque en lo antinatural la continuación de los gozos. Desprovisto de educación intelectual, cae en el círculo vicioso arrastrando consigo todas las consecuencias inherentes; llega a figurarse que el objeto de la vida radica únicamente en el amor carnal, y actuando cada día en ello su obcecación, incapacitase para comprender las alegrías para las cuales ha nacido y las tales són sucesivamente: intelectualidad, moralidad y espiritualidad, goces que, a medida en que se amanza, se intensifican y quintaesencian. Más, todo el que se aparta del camino que la Naturaleza señala, se aparta del fin a que todo su vida debiera tender, se aparta de la propia felicidad y entra en el libertinaje del alcohol, de las carnes y saltes excitantes, en el sensualismo y en todo lo antihigiénico moral y físicamente. Se aproxima a la pérdida de todo atributo viril, a una nutilación completa de sus facultades, y llega por fin a ser un pingajo a merced de los aquilones de la más negra contingencia.

III

Si nos fuera posible seguir de cerca observando a dos seres que marcharán en opuestas direcciones, el uno hacia las cumbres del ser y el

otro arrastrado por las circunstancias de vicio en vicio, nos asombraría la enorme diferencia de disfrute de vida de que gozaría el primero; vida que considerada vulgarmente se creyera ávida, está en comparación de la del otro disipada en una no interrumpida orgía.

Vieramos con asombro, digo, al que hubiera lanzado a las profundidades del ser el grito de "¡levántate y anda!" al Lázaro que en todo nombre duerme; vierámoslo subir en la marea ascendente, subir cada vez más embriagado del vino que hace inmortal, el vino del conocimiento; esa ebriedad desconocida de la inmensa mayoría de los hombres, la que hace ver el lado divino de las cosas y decir a quién la sufre cuando en su camino dá con algún necio o burlador: "¡por qué luz no ven tus ojos, piensas que todo está negro!"

Francisco Alvarez.

¡SOLO ASÍ SABE LLORAR EL ALMA!

...He ahí como gime un corazón alado mientras el rostro de un náufrago vicioso, emmascarádo infranqueablemente, finge con ardid su déspotía sonriosa...

Bajo un cielo tenebroso de Agosto, aborto por las nefastas reminiscencias de un antaño escabroso, vagaba taciturno entre los abrojos del inextricable sendero de una vida tosca y hechicera.

La vida se condensa en lágrimas, con designios fugaces y, ciertas veces, hasta ridículos. La vida está saturada de supremos holocaustos, de sentimientos desazonados y de blasfemias inerepicas que, titilantemente hacen un corazón avezado a sentir el éxtasis suscitado por latidos de un amor veraz y sublime para con sus hermanos.

¡Caerá!... y el murmullo vano de las lágrimas, el gemido trémulo de los holocaustos y la inconscusa blasfemia ¡donde rotumbará su ahelado eco!—me dije en mi interior.

Simultáneamente una irónica mueca— que alkuien llamaría sonrisa— se dibujó en mi afeado rostro para despeñar, a guisa de un sibilo atornador, mil ensueños quiméricos y las mil rosas purpúreas que bañan el jardín florido y comprendido del amor de los amores de la ufana juventud. ¡Beber en la fuente inexhausta el licor exquisito de los cantares aliteros de una vida huída es, mascarar una romanza fúnebre al sol que se apaga paulatinamente!

El hombre es el pájaro ímame de su circunscrito tugurio, o el manantial de su magnanimidad. ¡Que me importa si mis camaradas carroños, con énfasis felino, ostentan sobre el pecho ensorbecido el trébol del estímulo si, en mi desamparado césped la violeta inclina su pettingulo y se marchitan sus nitidos pétalos! ¡Podrá acaso fascinarme si otros en ledó valván osan magnetizarse por su exótica gloria o por el oro fulgido, conquistado en otrora en un campo obscuro si, hoy, son las inexorables autómatas que viven en un sueño letargo toda una vida engalanada de ridiculez y magnanismo.

¡A cada paso se tropieza con un imbécil, cada dos con un malvado! ¡Sabéis decirme vosotros el "por qué" al imbécil o pèrdido, casi siempre, se le corona con el laurel del éxito moral y material!— La respuesta es lacónica:—Quien circunda este núcleo infinito es un doble cretino, un triple incauto o un cuadrúplice perverso.

Atentar impunemente contra todo aquello que la Naturaleza y el laborador han creado, es, cecuplificar la haraganería de diversos asuntos y el puerperismo de muchos actos. El hombre racional tiene el inquebrantable deber de saber predominar y vencer en toda línea al hombre—bestia. Cada mortal debe de desvanecer la soberbia abo-

minable, disipar toda quimera fantástica y dilectar el vicio consuetudinario, si anhela, en buena lógica, su apogeo y enardecirse así, la luz fulgida de la lucerna la cual debe danzar en cada pecho como la llama florilegiada por un amor fraternal, y gusar de un amor fecundo y espontáneo a la labor conceptuosa: "al deber de otorgar para recibir reciprocamente".

Nino Perrone.

La degeneración de la raza por el alcohol

El doctor Galtier ha formado un cuadro en el que se presenta gráficamente la pérdida de la voluntad, de la dignidad, de los buenos sentimientos y de la razón, ocasionado por el alcoholismo, así como varias enfermedades de muerte que proceden de la absorción del alcohol. Al márgen del cuadro se leen los siguientes aforismos:

"El que bebe cada mañana un ayunas un copa, acaba fatalmente en alcohólico".



Las consecuencias del alcoholismo

"Los liciores llamados aperitivos en vez de abrir el apetito lo cierran".

"El ajeno es un veneno peor que la morfina".

"Lamennais ha dicho: ¡sabéis lo que bebe ese hombre en ese vaso que vacía en su mano tembriosa por la embriaguez? Bebe las lágrimas, la vida de su mujer y de sus hijos!"

"El alcoholismo hace aborrecer el trabajo y conduce seguramente a la miseria".

"La mayor parte de los crimenes son cometidos por los alcohólicos".

"A los cuarenta años el alcohólico está envejecido como un hombre de sesenta".

"De cuatro epilépticos, tres son hijos de alcohólicos".

"Más de una tercera parte de los locos son víctimas del alcohol".

"Un 20 por ciento del total de fallecimientos son ocasionados por el alcoholismo".

Estos aforismos debieran quedar para siempre impresos en la memoria de todos, aún de aquellos que no tienen propensión al vicio, siquiera para que los recuerden a los que creyéndose capaces de sustraerse al mal. Llenan las mesas de esos comercios, que en otra ocasión yo calificué de "Pulperías de alto tono" y en las que se empieza con un aperitivo y a veces se concluye en boedo consuetudinario.

Desde luego, se comprende el efecto que ha de producir el tener continuamente ante los ojos las tremendas amenazas que contienen esos aforismos y sus cuadros gráficos que muestran la podredumbre por medio del alcohol.

En Inglaterra y en Bélgica es donde están mejor organizados esos servicios en la escuela, correspondiéndole a la primera, la iniciativa y el mayor desarrollo, pues ya cuenta con 7.449 sociedades escolares de temperancia con 2.112.979 alumnos.

Ultimamente Mr. Robins, Inspector de la Instrucción Pública de Bélgica, indicó al Ministerio del ramo, la conveniencia de obtener, que en cada escuela, cierto número de alumnos, de doce años de edad, a lo menos, contraigan voluntariamente el compromiso de honor de abstenerse hasta la edad de veinte años, de beber ginebra y liciores fuertes y de no beber vino sino a cantidad muy moderada.

La indicación de Mr. Robins, fué aceptada e implantada en todas las escuelas belgas, iniciándose a los alumnos de la siguiente manera.

En cada escuela existe el registro de Honor, en el cual se anota el compromiso y la firma del alumno. Las inscripciones son hechas en fiestas solemnes, a fin de estimular el deseo de los niños a formar parte de la asociación. Cada nuevo miembro pronuncia en alta voz la frase del compromiso, pone en seguida su firma y recibe un certificado o diploma que comprueba su admisión. Esta distribución de diplomas se hace solemnemente en presencia de las auto-

todo sea un individuo, tanto más pronto sufrirá las consecuencias del alcoholismo, como la piedra que se deja gastar por la gota de aglutinamiento más fácilmente cuanto menos dura es. Por eso el alcoholismo hace relativamente más estragos entre los proletarios, mal alimentados y peor descansados, que entre la gente en buenas condiciones de vida. Una cantidad de alcohol que en un hombre que vive bien sólo alcanza a enrojecerle la nariz y embriecerlo un poco, en un proletario basta para prostrarlo en una cama de hospital o llevarlo al manicomio.

Las consecuencias del alcoholismo crónico son tan variadas, que no hay enfermedad que no interenga, deformándola o agravándola, y el estudio solamente de las enfermedades que produce de por sí es tan vasto como para formar una rama aparte de la Patología.

Desde las más nobles manifestaciones del pensamiento hasta la vitalidad obscura de la célula elemental, no hay función que el alcohol no ataque ni órgano que no degrade. En la mayor parte de las

enfermedades del sistema nervioso cuya causa es la herencia, esta causa hereditaria es el alcohol, pues la degradación que produce no se detiene en el individuo, sino que se extiende a su descendencia, quizá más grave aún.

Francisco García Santos.

El alcoholismo crónico

Antes de entrar en este estudio, conviene recordar los efectos fisiológicos del alcohol bebido en poca cantidad, pues de esta manera se comprenderá bien cómo unas copitas, cada una de por sí poco menos que inofensivas, pueden llegar a producir con el tiempo desastres tan grandes.

Hemos visto que el alcohol es un estimulante energético, que suprime la sensación de fatiga y permite así continuar un trabajo excesivo. Puede decirse que el alcohol, bajo este punto de vista, es un medio químico de descanso. Pero en el reposo, la materia destruida en el trabajo se restaura, los venenos formados en el trabajo se destruyen o se eliminan, y en el descanso ficticio que provoca una copa de aguardiente nada de esto sucede. Y como es un estimulante completamente desprovisto de propiedades nutritivas, al permitir un desgaste excesivo de materia que no restituye, el alcohol, en vez de fortalecer, es una causa de agotamiento.

Además, como no sólo no es alimento, sino que, apoderándose del oxígeno de la sangre, dificulta la nutrición y, por consiguiente, disminuye la vitalidad, tenemos que, además de no alimentar, el alcohol impide que los órganos se reparen y produce su decadencia.

Es de esta manera cómo a las 4 o 10 copitas diarias, que cada una de por sí estimula y apenas retarda las oxidaciones que son la fuente de la vida, acumulan una por una sus efectos y degradan lentamente el organismo como a gota de agua que desgasta la piedra particular por particular.

Cuanto más débil y mal alimentado sea un individuo, tanto más pronto sufrirá las consecuencias del alcoholismo, como la piedra que se deja gastar por la gota de aglutinamiento más fácilmente cuanto menos dura es. Por eso el alcoholismo hace relativamente más estragos entre los proletarios, mal alimentados y peor descansados, que entre la gente en buenas condiciones de vida. Una cantidad de alcohol que en un hombre que vive bien sólo alcanza a enrojecerle la nariz y embriecerlo un poco, en un proletario basta para prostrarlo en una cama de hospital o llevarlo al manicomio.

Actualmente, las víctimas del alcoholismo crónico pululan en todas partes, hasta en las regiones más remotas, pues allí, como vanguardia de la "civilización" burguesa, va el aguardiente.

A cada paso nos encontramos con ejemplares de alcoholistas cuyas enfermedades o desgracias nadie sospecha sean debidas a las copitas cotidianas.

Un hombre de talento hasta ayer abierto a todas las ideas y todas las iniciativas, al llegar a los cuarenta o cincuenta años se hace incapaz de asimilar nada nuevo, y, encerrado en un círculo de ideas cada vez más estrecho, se detiene en la rutina de los decretos. ¿A qué se debe esta prematura senectud de su inteligencia? A que desde los veinte años se entregaba a libaciones copiosas, aunque insuficientes para embriagarlo.

Un obrero decaee poco a poco en el trabajo; sus fuerzas disminuyen, su carácter empeora, su inteligencia se embota; el hogar, antes tranquilo y desahogado, es lentamente invadido por una discordia cada vez más profunda. ¿A qué se debe este desastre? A las copitas diarias, primero bebidas para confortarse, luego también para abrirse el apetito y hacer la digestión, y al fin con cualquier pretexto. La taberna alcoholiza el salario y el alcohol destruye al obrero.

¡Por qué un hombre sano y robusto tiene hijos enfermos y débiles! ¡Por qué, como lo constata la observación en estos últimos cincuenta años, a pesar del progreso en las condiciones de vida, el proletariado industrial degenera! Porque ese hombre robusto y

ese proletariado se envenena con el alcohol.

El trabajo malsano de la fábrica se asocia la pasión de la taberna, y de esa manera el alcoholismo, que es el resultado de las condiciones inicuas del trabajo en la industria moderna, agranda los efectos de éste, y ambos concurren a un mismo fin: la degeneración de la raza—Augusto Bunge.

El alcohol y el tabaco

El vicio y la niñez

Los peligros que en la actualidad se ciernen sobre las cabezas infantiles, son innumerables y a No se preocupan esos padres de cual mas terribles en su constante asedio de victimas.

Los padres de familia creen en haber cumplido con todas sus obligaciones al vestir, mantener y enviar sus hijos a la escuela, donde el maestro recibe por lo común tantos amorfos en todo concepto.

No se preocupan esos padres de la educación moral, que es el principal cometido del hogar.

Los niños creen a su albedrío, y el camino que toman es generalmente el de los vicios y malas prácticas.

Se hacen jugadores a los naipes, bebedores y fumadores desde pequeños, porque no hallan en sus guardianes obligados una cortapisa suficientemente enérgica, que los contenga en sus desvíos.

De ahí que las poblaciones como la nuestra registran un sinnúmero de viciosos, que obran a manera de hombres hechos y sin más conciencia que el deseo de satisfacer inmediatamente en todos sus funestos apetitos.

La escuela con toda su amplia y benéfica acción, no es suficiente para contener el vicio de los menores pues estos solos viven en las aulas un cuento de existencia y los demás lo pasan en la calle en los juegos, en las mesas de las confiterías, en las plazas o hasta en el seno del hogar, donde aprovechan de la blandura de la madre para ejercer el comienzo de cualquier vicio, que la familia cuenta como una gracia de menor.

Así es como se vá inclinando el niño a todas las malas prácticas, que luego es imposible contener.

Los padres, pues, deben declarar enérgica guerra al alcohol y al tabaco para que sus hijos imiten el bello ejemplo.

Una hora para el Uruguay

Con la aceptación inmediata de los trabajos presentados por la "Liga Popular Antialcohólica del Uruguay" al Congreso Americano de Bibliografía e Historia, realizado en Buenos Aires, con motivo del Centenario de la Independencia Argentina, puede decirse bien alto, como lo ha dicho también un diario de la capital, que es un orgullo para el país una significación de tal naturaleza.

Sabemos perfectamente, por nuestro ilustrado delegado, el doctor Roselló, que la monografía del señor Valeta fué aprobada por todos los congresales.

Aún esperamos otros detalles sobre nuestros triunfos, de los cuales tendremos al corriente a los lectores.

Fisicultura

Haecoms saber a nuestros lectores que por resolución de la Comisión de la Liga, se ha resuelto dejar de remitir gratis el periódico "Fisicultura" en vista de la imposibilidad de continuar así, por la carestía de papel, etc. En cambio costará la infima suma de \$ 0.50 centésimos por año la inscripción.

En breve daremos a conocer todas las entradas y salidas que ha tenido la "Liga Popular Antialcohólica del Uruguay".

"CASA HECTOR"

ARTÍCULOS PARA HOMBRES
2277 - AGRACIADA - 2277

Sistema de la casa: Vender barato para vender mucho.

MONTEVIDEO

SASTRERIA Y ROPERIA PARIS

Ada. Gral. Flores 2260 al 2264 casi esq. Cuñapirú

SASTRERIA Y ROPERIA

A LA CIUDAD DE WASHINGTON
Avenida General Flores 2507

Hagan sus compras en cualquiera de estos establecimientos que á más de encontrar conveniencias al mencionar el aviso de Fisicultura, su propietario Sr. Arturo Cabrera hará á los lectores un 20 o/o de rebaja.

Yerba - Mate superior IGEA

«LA SALUD»

Pida á su almacenero esta rica y aromática yerba y tomará un mate sabroso y nutritivo.

IMPORTADORES

GALIMBERTI & Cia.

DISPONIBLE

Pedro Silva y Armas

CIRUJANO DENTISTA

Consultas de 9 a 11 y de las 14 a las 17 horas
excepto jueves y domingos
De las 18 a las 19 gratis para los pobres

CALLE MAGALLANES número 1271
MONTEVIDEO

LA BARDANA

HERBOLARIO DE SILVA

GRAN SURTIDO DE HIERBAS MEDICINALES,
DEL PAIS Y EXTRANJERAS

Calle Agraciada, 2277 - Montevideo

El problema de la Salud

«Dime lo que comes y te diré quien eres», dice un axioma antiguo

PERO NOSOTROS PODREMOS
AGREGAR: «DIME QUE ACEITE
CONSUMES Y TE DIRÉ CO-
MO SE ENCUENTRA VUESTRO
ESTÓMAGO». EL ACEITE

BAU

ES EL PRODUCTO MÁS EX-
QUISITO QUE DEBEN USAR LOS
QUE DESEAN VERSE LIBRES DE
AFECCIONES ESTOMACALES É
INTESTINALES ❖ ❖ ❖ ❖ ❖

ES UN ACEITE PURO DE OLIVA

Unicos Importadores: **GALIMBERTI & Cia.** MONTEVIDEO