

# CULTURA

INTEGRAL Y FEMENINA.

NUMERO 5 15 DE MAYO PRECIO 60 CTS.

La teoría de la superioridad racial es la guerra (Aubin Rieu-Vernet).—Lo que debe saber toda mujer embarazada (Prof. Sebastián Recaséns).—De las masas carnosas

o músculos (Prof. Julián de la Villa).—Síntomas y trastornos de la menopausia (Hipócrates).—Cómo se llega de obesa a esbelta (Prof. L. Pomiane).—Causas y tratamiento del estreñimiento (Galeno).—Los poderosos efectos de los baños de sol (Dr. Pedro).—El Preventorio Infantil de Guadarrama.—Un viraje afortunado (Eduardo Herriot).—Me encuentro profundamente desorientado (Francesco Netti).—Lucha libre de mujeres (María Brisso).—Ya han votado las mujeres (Halma Angélico). Etc., etc.



El ilustre maestro Dr. Sebastián Recaséns.

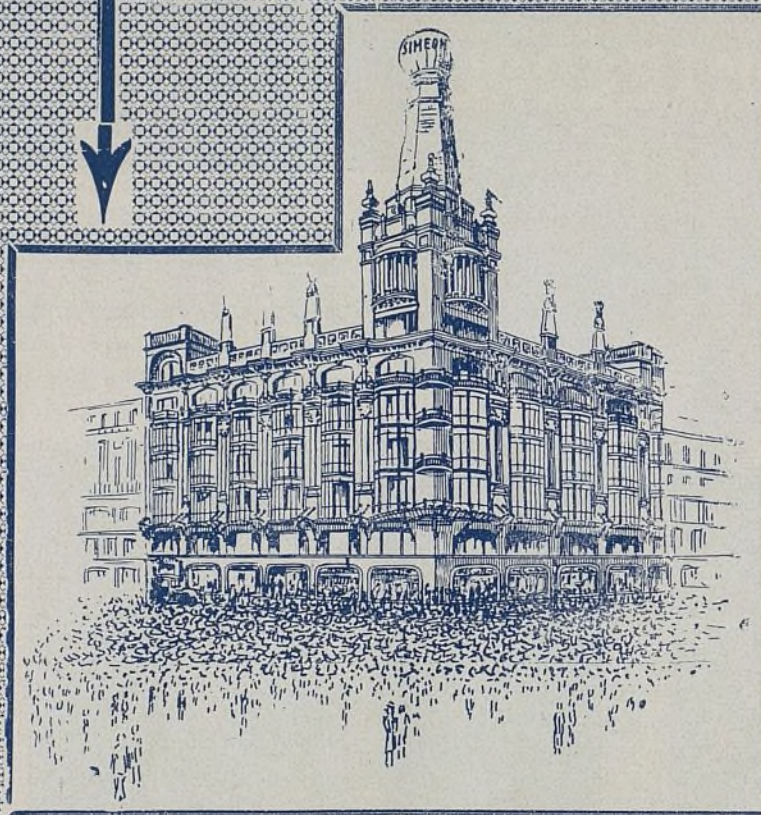
## SUMARIO

La teoría de la superioridad racial es la guerra (Aubin Rieu-Vernet).—Lo que debe saber toda mujer embarazada (Prof. Recaséns).—Masas carnosas o músculos (Prof. J. de la Villa).—Síntomas y trastornos de la menopausia (Hipócrates).—Cómo se llega de obesa a esbelta (Prof. L. Pomiane).—Causas y tratamiento del estreñimiento (Galeno).—Poderosos efectos de los baños de sol (Dr. Pedro).—Hay que comprobar "periódicamente" la fatiga de las piezas de los aviones.—Preventorio Infantil de Guadarrama.—Viraje afortunado (E. Herriot).—Voces internacionales.—Me encuentro desorientado (F. Netti).—Paraiso de las mujeres.—Lucha libre de mujeres (M.<sup>a</sup> Brisso).—Ya han votado las mujeres... (H. Angélico).—Educación prematrimonial (C. V. de Fabra).—El primer amor del duque de los Abruzzos.—"España Femenina" rinde un homenaje a "la Argentina" (Esperanza González).—El arte egipcio.





# ALMACENES SIMEON



PRIMERA CASA EN TEJIDOS Y NOVEDADES DE ESPAÑA

EQUIPOS PARA NOVIA

EN NUESTRA SECCION DE MODISTERIA ENCONTRARAN  
LOS ULTIMOS MODELOS DE PARIS A PRECIOS ASEQUIBLES

# ALMACENES SIMEON

PLAZA DEL  
ANGEL, 8

Ayuntamiento de Madrid



# 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

## VIUDA DE M. NAVARRO

EL MAYOR ALMACEN  
DE ESTILOGRAFICAS. - PAPELE-  
RIA. - OBJETOS DE ESCRITORIO

### VIUDA DE M. NAVARRO IMPRENTA

Preciados, 5 MADRID

EL MEJOR MATERIAL DE  
DIBUJO Y  
TOPOGRAFIA

DE VENTA EN LA ACREDITADA CASA

## VIUDA DE M. NAVARRO

Preciados, 5 Teléf. 92934 MADRID



## PHOSCAO

PIDALO EN TODAS LAS  
TIENDAS DE COMESTI-  
BLES O MANTEQUERIAS

## CREDITOS



CONCEDEMOS  
CREDITOS A PAGAR  
EN 10 MESES,  
SIN MOLESTIAS,  
SIN RECARGOS  
Y EN CONDICIONES  
MUY LIBERALES.

SOLICITE INFORMES  
EN LAS OFICINAS DE

ALMACENES SAN MATEO

(FUENCARRAL,  
esquina a SAN MATEO)

## ALMACENES SAN MATEO







## 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.

## POR LA PAZ

Lo que dice Hitler en su obra "Meine Kampf".

## LA TEORIA DE LA SUPERIORIDAD RACIAL ES LA GUERRA

Y como se está gestando, el único modo de hacerla abortar es descubrir con tiempo sus gérmenes principales. Hemos hablado de los conflictos económicos, que llevarán la Humanidad hacia una unificación y centralización mundiales de poderes, aunque no lo quieran o no lo vean sus componentes directores de hoy. Pero creemos que, por ahora, esos conflictos no llevarán las naciones a la guerra, aunque sí pueden producir trastornos nacionales.

Más peligrosos son los gérmenes nacionalistas, y sobre todos los raciales. Estos últimos están fundados en una idea de superioridad, y el que se cree superior tiene propensión en imponerse, en mandar, en ser el amo. Esa idea fué la impulsora interna de la gran guerra, y podría ser la incubadora de otra más terrible.

La famosa ley equivocada de Gobineau ha vuelto a resurgir: "Los dolicocefalos (1) son una raza superior." Los alemanes son dolicocefalos, y para que su superioridad no pueda negarse y pueda imponerse, tienen que recuperar su pureza racial.

Podía creerse que la guerra y su resultado habían curado a la raza germánica de esa enfermedad del orgullo dolicocefálico. Era un error. Quedó muda mientras tuvo que ganar la paz después de haber perdido la guerra. Pero ya liberada Alemania de su deuda interior por la inflación mortal del marco; aligerada de casi toda su deuda exterior por el Acuerdo de Lausanna; preparándose a aligerarse, gracias a la desvalorización del dólar, de gran parte

de su deuda privada, cuyo importe ha consagrado al *superutillage* de todas sus fuentes de riqueza, ya no le importa recobrar su verdadera faz. Arrincona el gorro frigio que se puso para sacar las mayores ventajas posibles de sus adversarios liberales, y vuelve a presentarse al mundo con su idea anclada y nunca abandonada de superioridad racial.

"Hay que purificar la raza. Es preciso reservar todos los puestos de mando, de enseñanza, e incluso los de simple intermediario comercial, al alemán cien por cien." Y de acuerdo con esta afirmación, a todos se les indaga cuáles fueran sus ascendientes hasta la cuarta generación, ¡y desgraciados de los que tengan alguna mezcla con sangre inferior! Se los aparta; se los aleja. Que desaparezcan o que se mueran de hambre, ¡qué importa! Así se purifica la raza.

Esa mística que estalla ahora y cristaliza en derredor de Hitler, no es la de un partido solo. Es nacional. Todos los idearios liberales, republicanos y socialistas de Alemania la comparten en el fondo de su cerebro; y todos, con unanimidad, a pesar de sus diez millones de electores, entre los cuales siete millones de obreros, todos se plegado a la voz interpretadora del sentido racial.

Para convencerse, basta leer lo que escribía el 1.º de abril pasado la *Metallarbeiterzeitung*, órgano de la Federación de los metalurgistas alemanes, que es la Federación profesional más importante de la Confederación General de los Sindicatos Alemanes: "Si ahora verdaderamente se va a coger a la miseria económica en un cuerpo a cuerpo eficaz, nadie saludará esa acción

con más calor como los Sindicatos. *Le prestarán su colaboración celosa y resuelta...* Los Sindicatos colaborarán con ardor a todo plan que sirva para atenuar y a apartar ese gran mal, y ya están resueltamente dispuestos a servir así su razón histórica: elevar el bienestar de la masa obrera."

Desde entonces, los *leaders* de los Sindicatos alemanes han hecho todo lo necesario, con obediencia y pacíficamente, para facilitar lo que se ha llamado púdicamente la "adaptación" (*Gleichschaltung*). Es natural que esa conducta haya hecho exclamar melancólicamente al Sr. Jouhaux, *leader* del sindicalismo francés: "No hemos podido apuntar ni una sola tentativa de resistencia, ni un esfuerzo para impedir esa regresión insensata... Debemos decir que no solamente han soportado (los Sindicatos) con pasividad el advenimiento de la dictadura, sino que hoy, a través de sus escritos, los sentimos dispuestos a aceptarla."

Un escritor inglés, hablando del artículo publicado por la *Gewerkschaftszeitung* el 1.º de abril último, exclama: "Así, pues, los sindicalistas y socialistas alemanes repudian sus convicciones políticas con tanta desenvoltura como pedantismo."; y la mayoría de los comentaristas hablan del formidable fracaso del socialismo alemán y de la quiebra de la idea liberal en Alemania.

Todo eso puede ser exacto; pero la razón poderosa de esa unanimidad, la que ha impulsado, por encima de todo, el sometimiento general a la voz de mando, es porque esa voz interpreta las corrientes ideales del subconsciente racial, a la vez gregario y engreído, subconsciente creado por varias generaciones, que han

(1) Raza que presenta un cráneo óvalo visto desde la parte superior, con una longitud mayor a la anchura de una cuarta parte aproximadamente.



hecho su evangelio del *Discurso a la nación alemana*, de Fichte, y de la superioridad dolicocefálica, de Gobineau.

Ese es el peligro. No por ahora mismo, pues el primer e indispensable movimiento de toda revolución es afianzarse. Si la revolución alemana lo consiguiera económicamente, pronto veríamos surgir al lado del *Gott mit uns*, resucitado hoy con honores, todas las teorías pangermánicas que produjeron la última guerra.

Y si lo dudáramos, basta recorrer el libro de Hitler, *Mein Kampf* (mi lucha), guía espiritual de la Alemania actual, donde leemos: "Alemania necesita extenderse por los Estados Bálticos, por Polonia y por Rusia. Para alcanzar ese fin, ante todo nos hacen falta armas... Es preciso que en el cerebro de los niños, desde la más tierna infancia, se grabe esta plegaria ardiente: "Dios Todopoderoso, bendice nuestras armas. Señor, bendice nuestra guerra".

Sólo la unión de todos los pueblos verdaderamente pacíficos puede impedir la hecatombe que se está gestando. Ya lo sienten incluso los americanos, que, al contemplar esa realidad elocuente, no vacilan en declarar en las páginas de *New York Herald Tribune*: "El único método para mantener la paz en Europa es la amenaza de la fuerza contra Alemania."

J. AUBIN RIEU-VERNET.

*Honramos hoy nuestra portada con el retrato del ilustre Doctor Recaséns. Figura insigne de la Medicina española, su labor científica ha sido de tal magnitud, que salvando las fronteras se extendió por todo el mundo.—Operador insuperable, realizó intervenciones maravillosas que salvaron muchas vidas, causando el asombro de los compañeros de profesión.—Catedrático notabilísimo, creó en sus aulas un plantel de muchachos estudiosos, muchos de los cuales son ya hoy figuras preeminentes de la ciencia médica.—Como Decano fué para sus compañeros el mejor de los amigos; para los alumnos, el defensor más ferviente de sus derechos, manteniendo siempre en alto el prestigio y los fueros de la Facultad frente a todo género de presiones.*

*Sabio, bueno, culto, afable, el Doctor Recaséns cuenta con la admiración y la simpatía de cuantos conocen su vida y su obra, ambas ejemplares; y esa admiración se matiza de cariño, de respeto y de agradecimiento de parte de los que trabajamos en CULTURA.*

## LO QUE DEBE SABER TODA MUJER EMBARAZADA (II)

Por el Profesor S. RECASÉNS

Otro hecho que toda mujer embarazada debe saber es que cualquier pérdida de sangre que aparezca por sus genitales representa un peligro de aborto, y que si esa sangre que aparece va acompañada de dolores en el bajo vientre, dolores intermitentes, es casi seguro que el aborto se presentará, y se presentará en breve plazo. El mero hecho de la aparición de sangre por los genitales en los cuatro primeros meses del embarazo exigen el reposo absoluto en cama y la llamada al médico que pueda atenderla en este aborto probable; pero así como la aparición de sangre por los genitales hace pensar en el aborto, el tener una abundante hemorragia no quiere en modo alguno significar de modo cierto que el aborto se haya realizado. Son muchos los casos que hemos tenido ocasión de ver, de mujeres que se creían libres de su embarazo por el hecho de haber tenido una hemorragia muy abundante en los primeros meses, que han llegado al final de una gestación normal.

Suponiendo un estado de normalidad completa y absoluta en el cuarto, quinto o sexto mes del embarazo, al llegar al séptimo mes es preciso que la mujer se haga reconocer para saber si su estado general es normal, si su pelvis permitirá el paso de un feto de desarrollo normal y si la actitud que el feto presenta es la que corresponde a su configuración anatómica. No es una visita, ni dos, ni tres las que en los últimos meses del embarazo debe hacer toda mujer a los consultorios dedicados al examen de embarazadas, sino que es una verdadera obligación, y que aquello puede representar no solamente una garantía de vida para ella, sino que cae bajo su responsabilidad la conservación del ser que lleva en sus entrañas, pues el ser que ha sido engendrado tiene todos los derechos para vivir la vida exterior; estas visitas, en consecuencia obligatorias, permiten llegar al momento del parto con todas las garantías de normalidad y en espera muy fundada de que una función como

la de dar un nuevo ser al mundo no puede ser en modo alguno motivo de una resta del árbol productor.

Debe igualmente saber toda mujer embarazada que del análisis de su orina puede depender la evitación de enfermedades muy graves, cual es la eclampsia; así como también debe saber que puede considerar como un axioma el que entre parir estando mal asistida o parir sin asistencia alguna, es preferible esto último.

Insistiendo en lo de la normalidad entre la vida del feto y la vida de la madre, así como en la necesidad de tener una buena asistencia en el momento del parto, no nos cansaremos de recomendar a todas las clases sociales el que para un trance como éste de parir procuren rodearse de todas las condiciones de higiene, hoy perfectamente tenidas en las casas de maternidad y en los sanatorios, y no exponerse a los peligros de una infección, que todavía cuando se presenta da lugar a un tanto muy crecido de mortalidad.

Una vez que la mujer ha parido, no ha terminado su función de maternidad; ésta se concluye al terminar la lactancia, que es cosa que debe ser considerada como obligatoria para toda mujer en estado de salud.

Para que la lactancia pueda realizarse bien, es necesario que el puerperio, o sean los días inmediatos que siguen al parto, transcurran con la normalidad absoluta; hay que desechar por completo las ideas antiguas de la fiebre de la leche y de la fiebre producida por la retención de las pérdidas que siguen al parto (loquios). Tanto la mujer como los que la rodean deben considerar que toda elevación térmica que pase de 38° debe ser considerada como una infección puerperal, a menos que no se demuestre claramente otro origen. Con un criterio severo al juzgar estas fiebres que suceden al parto y con los cuidados de que hemos hablado durante el embarazo y durante el parto, es de esperar que las muertes por esta función natural de la mujer sean tan raras que no puedan constituir motivo de temor alguno para la misma en la sublime función de ser madre.

S. RECASÉNS.

(1) Véase el número anterior de CULTURA INTEGRAL Y FEMENINA.



## PARA SER ENFERMERA

## DE LAS MASAS CARNOSAS O MUSCULOS

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

La principal propiedad de los músculos es la contracción: se acortan y hacen más gruesos. Están formados por tejido muscular, son los que mueven las partes orgánicas entre sí y el conjunto del organismo. Si se insertan en dos huesos se mueve el uno con relación al otro: por la contracción muscular podemos flexionar el brazo, doblar la columna vertebral, etc. Pero también los hallamos en partes que no tienen armazón ósea: en el corazón, en el intestino, etc. El tejido muscular se divide en dos grupos: de contracción voluntaria y de contracción involuntaria. El primero rojo, el segundo blanco. El rojo se denomina también estriado porque al microscopio tienen las fibras que le forman unas bandas transversales; el blanco se denomina liso por no tener bandas. De estriado se forma la masa carnosa de los brazos, cabeza, cuello, etcétera. Sobre él obra la voluntad: cuando queremos mover más la cabeza en uno u otro sentido, doblamos una pierna, etc. Además, hacemos estos movimientos con más o menos energía. De tejido muscular liso se forma el intestino, cuyos movimientos no se hallan sujetos a la voluntad.

Pero el corazón, cuyos movimientos son involuntarios, está formado por tejido muscular estriado o rojo, aun cuando no tenga este tejido la misma constitución microscópica que el rojo voluntario. Nos ocuparemos ahora de los músculos voluntarios, los que forman lo que vulgarmente se denomina carne.

Tienen dos partes fundamentales, que son: el vientre o masa muscular, el cuerpo del músculo y los tendones que prolongan la masa muscular, y es fibrosa conjuntiva, es a lo que el vulgo denomina nervio; el nervio es otra cosa; es, pues, una denominación muy errónea;

esas masas fibrosas, duras y blancas que prolongan los músculos y por las que se unen a los huesos, son los tendones; repetimos es un error denominar los nervios.

Los músculos tienen forma muy va-

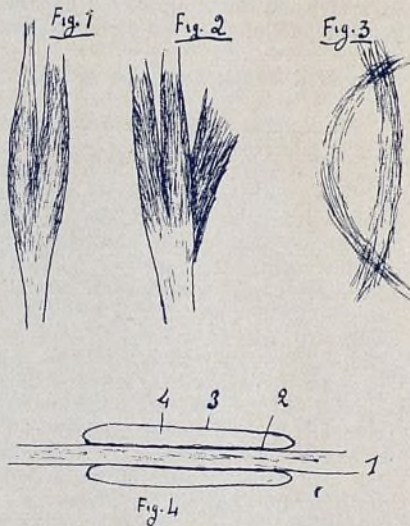


Fig. 1. Bíceps.—Fig. 2. Tríceps.—Fig. 3. Esfínter.—Fig. 4. Vaina sinovial: 1, Tendón; 2, Hoja interna; 3, Hoja externa; 4, Cavidad insuflada.

riada; en conjunto se dividen en largos, planos y cortos, como los huesos. Los largos se hallan sobre todo en los miembros; los planos o laminares, en el tronco; los cortos, en la mano y pie. Citaremos alguna forma importante de los largos. Se denomina bíceps el que tiene dos vientres carnosos que se unen entre sí; tríceps, si tiene tres partes que se

reúnen en un solo tendón. En estos músculos las masas carnosas corren en el sentido de la raíz del miembro a la parte terminal. Se denominan multicandados los que en un extremo más cercano a la raíz del miembro están formados por una masa muscular que luego se divide en dos o más partes hacia la periferia. Aun a estas formas fundamentales hemos de agregar otra, los denominados esfínteres. En éstos, las fibras musculares se hallan rodeando una abertura: párpados, labios, ano, etc. Los tendones de los músculos planos o anchos se denominan aponeurosis; los de los músculos de la pared abdominal son los más importantes.

Los grupos musculares se hallan envueltos por telas conjuntivas más gruesas o más finas: son las fascias. Por ejemplo, debajo de la piel de los miembros hay una capa de grasa y debajo de ésta una tela conjuntiva, la fascia, que en manguito envuelve toda la masa muscular del miembro.

Ya indicamos al tratar de los huesos que eran las partes más moldeables a pesar de su dureza, así que los tendones al deslizar sobre los huesos es frecuente formen surcos en ellos; se denominan correderas; son importantes y numerosos en la muñeca, en la extremidad inferior de radio y cúbito. Los tendones de mano y pie, que en las contracciones musculares ejecutan gran movimiento de vaivén, tienen para facilitar este movimiento sinoviales tendinosas. Se componen de dos hojas: una interna, que rodea el tendón y se une a él; otra externa, que forma una vaina al tendón; entre ambas queda una cavidad en hendidura, y como ambas hojas son lisas, el tendón desliza muy bien, sin roce ninguno.

## SINTOMAS Y TRASTORNOS DE LA MENOPAUSIA

La influencia biológica de las funciones de generación y de gestación es tan grande en el sexo femenino, que la cesación de esas funciones acarrea una ruptura temporal del equilibrio fisiológico. Este período de desequilibrio dura cierto tiempo. Se caracteriza siempre por trastornos más o menos acentuados. La mayoría de las veces estos trastornos son molestos, pero, en realidad, no constituyen un estado patológico. Pero en ciertos individuos son tan acentuados que constituyen una verdadera enfermedad, para la cual hay que consultar al médico.

Existe en Inglaterra una Asociación británica de las mujeres médicas, que ha tenido la interesante idea de proceder a una vasta encuesta sobre los as-

pectos clínicos y los fenómenos fisiológicos ligados a la menopausia. Esta encuesta ha durado más de seis años y se refiere a 1.200 individuos (835 mujeres casadas y 365 solteras).

Lo primero que se ha concretado es la extrema frecuencia, si no es la generalidad absoluta, de los trastornos de la menopausia. Sobre 100 mujeres, sólo 15 han dejado de acusar los trastornos. En

ellas, este período de desequilibrio fisiológico ha pasado sin síntomas generales. Hay que destacar que los trastornos de la edad crítica han sido más frecuentes en las mujeres casadas que en las no casadas (20,4 por 100 en el primer caso y 13,8 por 100 en el segundo).

## Los síntomas más frecuentes.

Entre los trastornos asociados con la menopausia el más frecuente de todos es la afluencia de la sangre a la cara, la "bocanada de calor", que acarrea la congestión de la cara. En algunos casos (4,8 por 100) fué el único trastorno general observado. La intensidad de estos fenómenos congestivos es muy variable. A veces, perceptibles apenas, eran mu-

sabe vd. que...  
vestir niños es la especialidad de  
leocadio  
FUENCARRAL 30

Ayuntamiento de Madrid



cho más acentuados otras, constituyendo un estado penoso, puesto que esas "bocanadas de calor" iban acompañadas de sudores profusos, y sobrevenían frecuentemente, lo mismo de día que de noche.

En la mayoría de los casos, la duración de estos fenómenos congestivos ha sido de dos años. En raros casos se han manifestado durante más tiempo, durante cinco, e incluso diez años. Se ha señalado incluso que personas de setenta y hasta de ochenta años experimentaban todavía, de vez en cuando, semejantes "bocanadas de calor".

El síntoma más frecuente después del anterior es el dolor de cabeza. Sobre 100 mujeres, 45 acusan en el momento de este difícil período dolores de cabeza bastante vagos, sin características bien marcadas.

Los vértigos han aparecido también con gran frecuencia: 40 por 100 de las mujeres examinadas los experimentan. También se manifiesta a menudo un cambio general de la nutrición y la aparición de una gordura a menudo penosa. Es en la edad crítica cuando sobreviene la obesidad en la mujer, en el 34 por 100 de los casos, aproximadamente.

La inestabilidad nerviosa, la agitación, el nervosismo, son trastornos señalados

en la tercera parte de los casos. Se trata de un síntoma considerado, en general, frecuentísimo, y que la estadística inglesa ha demostrado como menos extendido de lo que se cree habitualmente.

También es la menopausia la edad de los dolores articulares de tipo reumático. En esta época los padecen la cuarta parte de las mujeres.

En su conjunto, todos esos trastornos no son lo bastante intensos para impedir el trabajo habitual. Estos trastornos de la edad crítica sólo en el 10 por 100 de las mujeres han obligado a un reposo más o menos absoluto y a una suspensión parcial y temporal del trabajo.

#### La edad en que cesan los períodos.

Se ha estudiado especialmente un punto muy interesante para esta larga y minuciosa encuesta, y es el de la edad en que cesan los períodos. En realidad, ese punto es bastante difícil de fijar. Las interrogadas conservaban únicamente recuerdos vagos e imprecisos. Dejando aparte los casos excepcionales de mujeres que todavía tienen sus reglas a los sesenta y seis y a los setenta y tres años, es entre los cuarenta y cinco y los cincuenta años cuando la mayoría de las mujeres (60 por 100, aproximadamente) comprueban el final de sus períodos. Por encima de los cincuenta y cinco años hay menos del 5 por 100 de las interrogadas que todavía las observan.

No parece haber relación entre la edad de la formación y la de la menopausia. Tampoco parece haber relación, por lo menos muy precisa, entre la edad de la menopausia y el hecho de haber tenido hijos, o con el número de éstos.

Sin embargo, parece que los trastornos de la menopausia sean algo más frecuentes y más acentuados en las mujeres que han tenido muchos embarazos.

Al contrario; esas mujeres experimentan raramente los trastornos constituidos por la inestabilidad nerviosa. Ese trastorno, ese nervosismo tan penoso para el individuo y para los que le rodean, parece manifestarse únicamente en las mujeres no casadas o sin hijos.

Otro punto anotado con certidumbre es la frecuencia de los trastornos de la menopausia en las mujeres que han tenido una formación difícil. Parece que el establecimiento difícil de la vida genital predispone a un final igualmente difícil.

En el mismo orden de hechos, una mujer que ha tenido siempre menstruaciones difíciles, debe temer una menopausia penosa. Y lo mismo ocurrirá a la que ha presentado trastornos de esta menstruación, "dismenorrea", así llamada en términos médicos.

Por otra parte, el estado general de salud no parece tener una gran influencia sobre las condiciones de la menopausia. Mujeres enfermizas, de salud mediocre, delicadas toda su vida, tienen menopausias de una facilidad extrema, sin ningún trastorno.

Tales son los resultados de la minuciosa encuesta seguida por la Asociación británica de mujeres médicos. Parece interesante el señalarlos. Estos trastornos de la edad crítica no salen, generalmente, del dominio fisiológico. Hasta cierto punto, se trata de trastornos normales.

Por su agitación, el trabajo intenso, la sobreexcitación nerviosa que provoca la vida moderna, tiene tendencia a aumentarse en la mujer de hoy en día las dificultades de este período de la vida. La civilización moderna ha dado a la mujer ventajas materiales ciertas, pero también inconvenientes. Todo se paga.

HIPÓCRATES.

**GUANTES PIEL**  
PARA SEÑORA  
**A 3 PESETAS**  
COLEGIATA, 2 y 4. Teléf. 70057  
**Peletería Lorenzo**

## EL CALDO TIENE POCO VALOR NUTRITIVO

Cuando encontramos a uno de los nuestros cansado e enfermizo pensamos, con razón, en sobrealimentarle. Y pensamos naturalmente en el caldo de carne. Desde luego que el caldo de carne tiene un gran valor alimenticio, sobre todo cuando está hecho con una gran cantidad de carne y se le añade un huevo fresco. En algunos sitios es costumbre incorporar al caldo vino tinto, y entonces esta mezcla toma grandes

cualidades reconstituyentes. Sin embargo, no debe de olvidarse que sólo debe de emplearse el caldo de legumbres en los regímenes y después de una enfermedad grave. Y, además, los caldos de carnes quedan formalmente prohibidos a los dispépticos dolorosos, sobre todo a los hiperclorhídricos, que experimentan violentos dolores de estómago en cuanto beben la menor cantidad. Un gran fisiólogo, Pawlof, lo ha experimentado haciendo nacer una fistula misteriosa en el estómago de los perros. No solamente cuando absorbian el caldo, sino también cuando se les presentaba, los pobres animales sufrían inmediatamente y se veía su jugo gástrico escaparse abundantemente por la fistula.

Los caldos de carnes deben de estar hechos recientemente para ser servidos. Deben ser desgrasados y estar muy calientes. En estas condiciones son muy convenientes a todos los hiposténicos gástricos, a los átonos, a los debilitados, cuyo apetito se quiere estimular.

En efecto, el valor alimenticio del caldo de carne es relativamente débil: debe de considerarse sobre todo como aperitivo. Ciertos caldos de corvejón, de ternera o de pollo son más ricos en gelatina y, por tanto, más digestibles. Se los podrá emplear más precozmente; también prestan señalados servicios en los convalecientes. Después de una purga, cuando el caldo de carne de vaca se debe de evitar, se podrá tomar caldo de corvejón de ternera.

**VICENTA M.<sup>a</sup> IGLESIAS**  
PROFESORA EN PARTOS

MASAJES

CONSULTAS DE 2 A 5

Alcalá, 157      Teléfono 57218

**CAMISAS**

**ROMA**

Carrera de San Jerónimo, 10



# COMO SE LLEGA DE OBESA A ESBELTA

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



Cómo se llega, insensiblemente, de gordo a obeso.

Los candidatos a la obesidad, a menudo, muy delgados en su juventud, engordan generalmente pronto, pero pueden no hacerse notar por sus proporciones anormales antes de la edad de veinticinco a treinta años; sin embargo, es muy raro que no hayan manifestado su tendencia a engordar antes de los treinta años. Empiezan por ser regordetes, porque la grasa se desarrolla primero en los tejidos subcutáneos; como todavía son jóvenes, y que todo parece bien en la juventud, eso no los desazona demasiado pronto; casi se los envidia. Más tarde, se espesan y aumentan de volumen; la grasa se aloja alrededor de todas las vísceras e invade las envolturas de la cavidad abdominal; entonces aparecen los primeros síntomas inquietantes.

Las personas gordas sudan y transpiran al menor esfuerzo; se acatarran con la mayor facilidad; progresivamente pierden su actividad; su paso se hace

penoso e incluso molesto; duermen después de las comidas, y terminan por no tener la menor energía. Sin embargo, conservan, por lo menos en parte, sus facultades intelectuales y su humor jovial. Sin hacer nada para ello, producen un efecto cómico irresistible: hacen reír. Cada vez se abandonan más y la grasa se infiltra en las células mismas de sus tejidos. De gordos que estaban se transforman en verdaderos obesos; su circulación se hace cada vez peor, sus facultades intelectuales se debilitan notablemente, pierden su buen humor, se convierten en impotentes, achacosos, y sólo inspiran piedad.

## Una víctima de la buena mesa.

Uno de mis mejores amigos, de cincuenta y un años de edad, que media 1,80 metros, había gozado siempre de excelente salud, de un buen estómago y de un apetito en relación con el estómago; se aficionó desde muy joven a las golosinas. Del peso de 80 kilos que tenía a los dieciocho años, pasó a los 120 kilos a los veintisiete años, y a los cuarenta y nueve años había adquirido, desnudo, 150 kilos, con 1,48 de contorno de cintura. Era un tipo de obeso amigo de comer mucho.

En varias ocasiones en el curso de su vida había tratado de reaccionar contra este estado; había consultado a los médicos, incluso seguido sus consejos, pero a pesar de todo, su peso no había disminuido nunca de un modo notable y duradero.

Un ensayo leal de régimen seco le valió un hermoso acceso de gota.

Tomó las píldoras llamadas fundentes, ensayó la medicación tiroidea, la medicación yodurada, que, por fortuna, no le hicieron ningún daño, pero no tuvieron el menor efecto sobre su obesidad.

Estaba completamente desanimado, cuando tuvo la idea de pedirme consejo.

## Hay que conseguir un déficit de calorías.

Desde hacía mucho tiempo, había estudiado la cuestión; por eso pude, dándome de sabio, largarle el discurso siguiente:

Está demostrado, o casi, de una manera experimental, que un hombre de complexión media, pesando 75 kilogramos, consume por día 2.200 calorías, por lo cual, se puede deducir, más o menos exactamente, el número correspondiente de calorías para un hombre de una talla y de un peso dados.

Además, se conoce la composición de la carne muscular y de los diferentes alimentos; se conoce también, más o menos, los equivalentes calóricos de la mayoría entre ellos; en esas condiciones es fácil constituir un régimen alimenticio que tenga una composición media elemental análoga a la de la ración de entretenimiento y cuya integralidad represente un número de calorías inferior al número de las calorías necesarias.

De esta manera habría en la balanza un déficit de calorías que el organismo se vería obligado a tomar de sí mismo.

Es ciertísimo, como lo ha escrito espiritualmente un médico al hacer la crítica de ciertos regímenes prescritos contra la obesidad, que si pudiésemos contentarnos por la mañana con un vaso de agua con nada, y por la noche con el mismo régimen seco, se adelgazaría.

## Todo régimen excesivo fracasa.

Todo régimen excesivo fracasa; la fatiga exagerada agota, los ejercicios violentos aumentan las sensaciones de hambre y de sed, que es lo que importa evitar. Por tanto, conviene adoptar un régimen moderado, basado sobre datos científicos, los unos, teóricos, los otros, experimentales, y combinados de manera que se pueda seguir sin asco y sin mucho trabajo.

Sin embargo, para evitar una sensación de hambre demasiado penosa, es bueno permitir un volumen relativamente considerable de alimento, tomando como base de la alimentación las legumbres verdes y las frutas que alimentan poco. Desde luego que conviene añadir alimentos carnosos, de modo que el organismo tenga que tomar a los músculos lo menos posible, pero hay que limitar la cantidad.

El pan favorece el engordamiento mucho más de lo que corresponde a la cantidad de calorías absorbidas, e importa reducir el consumo de los farináceos, sobre todo el del pan, y llegar a la supresión completa de este último.

## Cómo hay que beber.

En lo que concierne a la bebida, contrariamente a la opinión de los partidarios del régimen seco, estimo que hay que beber, de manera a lavar bien los riñones, condición indispensable para el buen funcionamiento de nuestra máquina. Únicamente queda por determinar en qué momento hay que beber.

Un hecho de observación corriente muestra que se come menos cuando no se bebe comiendo; esto es una razón suficiente para beber solamente entre las comidas. Los fisiólogos atribuyen a la absorción de los líquidos durante las comidas una acción desfavorable sobre la digestión, porque, según dicen, el jugo gástrico diluido pierde su actividad; es bastante verosímil. Ciertos sabios aseguran que la ventaja de las comidas secas es el disminuir notablemente la putrefacción intestinal azoada; es muy posible. Bajo el punto de vista que nos ocupa, el primer motivo nos basta completamente.

Con el fin de reducir la absorción de

## Sal Laxante de Frutas a granel

Polvero 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

J. GARCIA MANJON. Aceites andaluces. Cosechero. Fábricas en Martos.—Augusto Figuerola, 43. Teléfono 16914. Servicio a domicilio.



los líquidos en la mesa, conviene igualmente limitar el uso de los potajes.

He aquí, en términos generales, la línea de conducta que hay que seguir.

## UN MENÚ PARA OBESOS

### Alimentación.

Hay que reducir todo lo posible la cantidad de farináceas y disminuir progresivamente el pan y la pastelería hasta suprimirlos.

El arroz y las patatas engordan relativamente menos que el pan, pueden comerse de vez en cuando, pero moderadamente.

Es preciso masticar cuidadosamente, no estar más de media hora en la mesa, y dejarla siempre sin estar hartos.

Hechas estas salvedades, puede comerse toda clase de carnes, asadas, a la plancha o cocidas; jamón, aves, caza, evitando que esté avanzada, porque es muy indigesta; huevos, de vez en cuando, pero no muy a menudo; pescados de mar y de río, cohombros, ruibarbo, apio, espina-cas, tomates, berenjenas, remolacha, setas, etc. Sin embargo, no conviene abusar de la acedera, por la gran cantidad de ácido oxálico que contiene.

Todas las ensaladas, crudas o cocidas, pueden permitirse. Las ensaladas crudas, aderezadas con jugo de limón, van muy bien.

En fin, puede comerse toda clase de frutas, crudas o cocidas.

Hay que reducir todo lo posible las bebidas en la mesa, suprimir los potajes y adquirir la costumbre de no beber agua mientras se come, lo cual es muy fácil.

Es preciso, también, reducir al mínimo el consumo de alcohol, azúcar y leche.

Pero es esencial beber, y se beberá, únicamente, entre las comidas, al levantarse,

una o dos horas después de la comida, por la tarde y al acostarse.

La cantidad de líquido para desalterarse podrá variar entre uno o dos litros por día. Como bebidas calientes, debe darse preferencia al té o cualquiera otra tisana, poco cargada. Como bebidas frías, aguas minerales, agua pura o aromatizada, limonada, naranjada, etc.; jamás cerveza.

### Sueño.

De siete a ocho horas, por término medio, son suficientes.

### Ejercicios.

Quince o veinte minutos de ejercicio graduado y moderado, pero *diario*, producen un excelente efecto, lo mismo que el masaje, sobre todo el auto-masaje de las regiones invadidas por la grasa.

### Recomendaciones particulares.

a) Hay que vigilar los orines, que deben ser claros y color amarillo limón. En caso de orines turbios o rojizos hay que aumentar la cantidad de líquido ingerido entre las comidas. Si el fenómeno persiste, deben hacerse analizar los orines y consultar con el médico.

b) Vigilar la libertad del vientre. En caso de irregularidad en las deposiciones, emplear laxantes, por ejemplo, agua de Mariembad, manantial Kreuzbrunn, a razón de uno a cuatro vasos por la mañana, en ayunas, o con intervalos de diez minutos, tomando con cada vaso un sello de dos gramos de sal de Mariembad. En caso de verdadero estreñimiento, consultar al médico.

c) Tomar cada día, a ser posible en las mismas condiciones de vacuidad del cuerpo, el peso, el contorno de cintura y el volumen, esta última medida puede tomarse fácilmente por medio de una báscula graduada, y formar con todos estos elementos un gráfico que permita a simple vista darse cuenta de la marcha de la cura.

Sentados estos principios, si un hombre de 75 kilos consume, en reposo, 2.200 calorías por día, parece lógico admitir que un hombre de 150 kilos consuma, por lo menos, 3.000.

### Menú para un obeso de 150 kilos.

En estas condiciones, he aquí un ejemplo del coeficiente de seguridad que darán los ejercicios prescritos, un ejemplo concreto del régimen severo inicial para un obeso de 150 kilos.

*Desayuno:* 250 gramos de té ligero, sin azúcar, y un bollito.

*Comida:* 200 gramos de carne preparada en cualquier forma; 300 gramos de legumbres verdes, hervidas, salteadas con manteca o regada con manteca derretida; una ensalada cualquiera. 250 gramos de fruta cruda o cocida sin azúcar.

A las dos horas de la comida, una o dos tazas de té, de infusión de manzanilla, de tila, etc., y, si precisa, a las

cinco, un vaso de agua o de limonada.

*Cena:* Dos huevos preparados en cualquier forma, o un trozo de pollo, o un pescado pequeño. En época de caza, un tordo, una codorniz, un par de alondras, media perdiz, 200 gramos de legumbres verdes salteadas con manteca, o en ensalada; 250 gramos de fruta cocida sin azúcar.

Por la tarde, una o dos tazas de té o de una infusión cualquiera, o lo más, un grog y, al acostarse, un vaso de agua.

No más de 100 gramos de manteca, como máximo, al día.

Para un hombre que pese 75 kilogramos, hay que reducir esas cantidades a la mitad, y para una mujer que pese 50 kilogramos, al tercio.

**Diez meses de régimen crean un ser nuevo.**

Mi amigo ha seguido mis consejos y se ha visto recompensado en sus esfuerzos. Únicamente los tres primeros meses fueron un poco penosos; se quejaba de experimentar casi constantemente una sensación de hambre. Pero, ¡qué resultado! El primer mes perdió 7,500 kilogramos; 5,500 kilogramos el mes siguiente, 4,500 kilogramos el tercero, y después la disminución fué un poco menos rápida; a pesar de esto, al cabo de diez meses, y aun atenuando algo el rigor del régimen, había perdido 40 kilogramos y 40 centímetros de contorno de cintura.

Un poco más tarde, su peso disminuyó todavía de cinco kilogramos y su contorno de cintura de cinco centímetros.

FABRICA  
DE  
CAMAS  
DORADAS

Alvear y  
Serrano

Valverde, 1. Teléfono 11626  
Bravo Murillo, 112. Teléfono 43547  
Talleres: Riego, 3. Tel. 74008  
Sucursal en Valladolid: Miguel Iscar, 5

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

Ayuntamiento de Madrid

MANUFACTURA DE OBJETOS  
DE LONA DE TODAS CLASES  
ESPECIALIDAD EN TOLDOS Y CORTINAS

ALMACEN DE TEJIDOS  
CORDELERIA SAQUERIO Y LONAS

CASA ANDIÓN  
SUCESOR

Deograssas

OFICINAS Y DESPACHO  
IMPERIAL 8 116 Y BOTONERAS 8 - TELEF. 11233

TALLERES  
SANTA ENGRACIA, 108 - TELEF. 30958

DEPÓSITO  
TARRAGONA 8 TELEF. 75503

MADRID



y aunque la disminución de su peso haya sido relativamente débil a partir de esa fecha, mi amigo tuvo el placer de comprobar una reducción considerable en su volumen. Sus músculos se habían desarrollado y sus formas se habían afinado.

Ahora está acostumbrado a comer relativamente poco, o mejor dicho, perdió la costumbre de comer con exceso; ya no sufre la sensación de hambre, respira sin ningún trabajo y transpira de una manera normal. La marcha se ha convertido para él en un placer, y 12 kilómetros por día no le asustan; ha llegado incluso a andar 30 en un solo día, sin experimentar demasiado cansancio. Es una transformación y un verdadero rejuvenecimiento bajo todos los puntos de vista.

Tuve ocasión de indicar el mismo tratamiento a varios obesos más; todos mejoraron notablemente.

#### El tratamiento aplicado para mejorar la línea femenina.

Lo he aconsejado también, mitigándolo un poco, a damas que, sin ser positivamente obesas, estaban lejos de ser esbel-

tas; las invité a disminuir la cantidad de pan, a suprimir los pasteles, los potajes y las bebidas en la mesa. Gracias a estas solas modificaciones en su régimen alimenticio han disminuido en ocho meses de 12 a 15 kilos de peso y de 12 a 15 centímetros de contorno de cintura, lo que ha bastado para devolverlas el encanto que habían perdido. Citaré particularmente el caso de una dama, copiosamente glútea, como hubiese podido decir Rabelais, que al cabo de dieciocho meses de régimen bien observado, vió su contorno de cintura pasar de 93 a 70 centímetros, y su contorno de caderas de 1,40 metros a 0,98.

Si se examinan un poco de cerca las curvas del peso y del contorno de cintura, se ve, por una parte, que varían paralelamente y que la mayoría de las veces, a una disminución de peso de un kilogramo, corresponde una disminución de contorno de cintura de un centímetro; por otra parte, el adelgazamiento no se produce nunca de una manera continua, sino por sacudidas, separadas unas de otras por oscilaciones.

La disminución de volumen es siem-

pre proporcionalmente mayor que la disminución de peso, sobre todo cuando hace mucho tiempo que se sigue el régimen.



## CAUSAS Y TRATAMIENTO DEL ESTREÑIMIENTO

### Los causas del estreñimiento.

El estreñimiento no es en sí mismo una enfermedad, como no lo es la tos o el dolor de cabeza. Y así como la tos puede ser la manifestación de un sencillo y pasajero catarro, o de una tuberculosis más grave, igualmente el estreñimiento puede ser un desorden ligero y fácil de curar, pero también a veces la manifestación de una afección digestiva seria (el cáncer del intestino, por ejemplo). Es decir, que en presencia de semejante trastorno intestinal, es preciso investigar la íntima causa de él. Ahí está evidentemente el papel del médico. De ahí el precepto de siempre: de hacerse reconocer antes de imponerse un tratamiento que por falta de esta precaución corra el peligro de ser inoportuno y, aun más todavía, perjudicial.

1. En cierto número de casos, los diversos exámenes que se practican (palpación del abdomen y examen completo de las deposiciones; radioscopia, rectoscopia...) revelan alteraciones anatómicas precisas que explican perfectamente el trastorno intestinal que se ha comprobado. Pasémosles revista sencillamente:

Algunos cánceres del recto situados altos no se traducen durante algún tiempo, muchos meses, sino por un tenaz estreñimiento. El tumor constituye un obstáculo mecánico que obstruye el intestino, estorba el paso de las materias y, en algunos casos, las deforma, como lo haría una hilería. Hay también cánceres del colon izquierdo. De tiempo en tiempo sobreviene una abundante diarrea, que desembaraza al intestino obstruido.

Las colitis, es decir, las lesiones in-

flamatorias del intestino grueso, se manifiestan con frecuencia por un estreñimiento crónico, interrumpido por crisis de diarrea y cólicos muy dolorosos. Estas colitis pueden ser de origen infeccioso o parasitario (disenteria amibiana y gusanos intestinales). El tratamiento de él es excesivamente delicado.

La apendicitis crónica puede ser a veces también el origen de un estreñimiento crónico que vaya acompañado de náuseas, un dolor de cabeza tenaz y molestias diversas.

Por último, hay anomalías intestinales, con frecuencia congénitas, que favorecen y sostienen el estreñimiento: el intestino puede dilatarse monstruosamente o alargarse considerablemente, o las dos cosas a la vez, cuando las materias se detengan en él días enteros antes de ser evacuadas. Sólo el examen radiológico puede revelar tales deformaciones, mucho menos raras de lo que se piensa generalmente.

II. Pero mucho más a menudo, los exámenes que se practican quedan negativos, y el estreñimiento habitual parece constituir por sí mismo toda la enfermedad, no habiendo sospecha de ninguna lesión intestinal ni rectal. Entonces es cuando intervienen en el mecanismo del estreñimiento un cierto número de factores que es preciso individualizar claramente para poderlos combatir.

1.º Hay primeramente estreñidos que lo son por su culpa. Desde la infancia, por pereza, por negligencia, por conveniencia o por cualquier otra razón, han tomado la costumbre de resistir la necesidad de ir a evacuar hasta que ésta no se presenta ya sino a intervalos cada vez más largos, cuando el recto, por estar

demasiado distendido, reclama su desahogo normal.

2.º Otros enfermos, inquietos por no obedecer evacuaciones estrictamente cuotidianas o que rechazan todo esfuerzo un poco prolongado para la defecación, se medicinan de un modo muy empírico, y otros prefieren los grandes lavados y, dignos émulo de los médicos del Gran Siglo, se administran irrigaciones concienzudamente creyendo que el intestino debe encontrarse muy bien con este abundante lavado de agua. Todas estas prácticas pueden llegar a ser verdaderamente nefastas. El intestino, obligado a no obrar sino bajo la influencia de excitantes, ve embotarse poco a poco su sensibilidad, y se asiste en ciertos casos a un verdadero deterioro de la mucosa intestinal. Los nervios que tenemos en las paredes intestinales reaccionan, creando contracciones y espasmos a tontas y a locas: el estreñimiento aumenta y llega

CÁNULA

FUNKE

TODA DE PORCELANA

PESETAS 4,50



a hacerse doloroso. El que sólo era un estreñido, se ha convertido en un verdadero enfermo, un "colítico", difícil de curar por completo y que continuará siendo siempre un "lisiado" del intestino.

3.º Otras veces es a las deficiencias alimenticias a las que hay que culpar, para explicar el estreñimiento: Ración alimenticia insuficiente; el residuo intestinal es muy poco abundante para producir las contracciones intestinales. Alimentación mal equilibrada: los que comen carne están estreñidos, no porque la carne estríña, sino porque no absorben bastantes alimentos, dejando en el intestino grandes restos no digeribles y generadores de movimientos intestinales (legumbres verdes, frutas). Absorción de líquido demasiado reducido; las deposiciones son duras entonces, a consecuencia de la necesidad de agua del organismo.

Pero estas diversas causas que favorecen al estreñimiento, no se explican siempre por completo, y con frecuencia es necesario un examen minucioso de todas las funciones para encontrar su secreto.

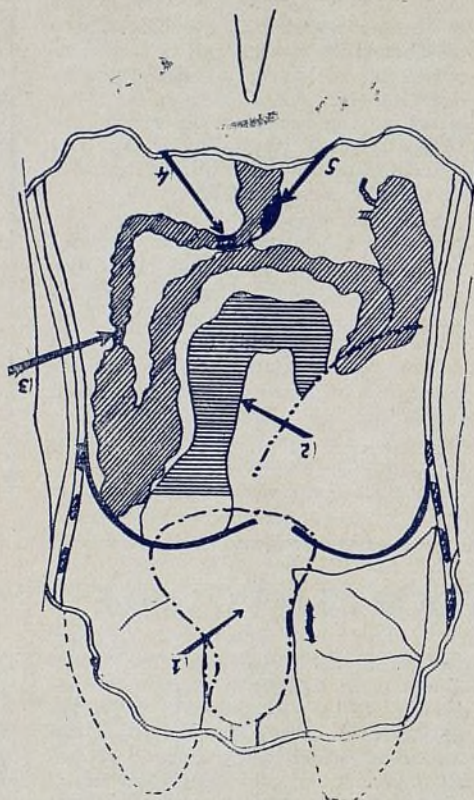
4.º Hay un órgano que es con frecuencia responsable: es el hígado, y más generalmente el aparato biliar.

Muchos enfermos que comen mucho, sedentarios, tienen hemorroides porque son insuficientes hepáticos, y curarían pronto y con facilidad con una sencilla medicación que excitase la secreción biliar.

5.º Se encuentra igualmente la hiperclorhidria y la insuficiencia de secreción del páncreas en el origen de ciertos estreñimientos.

6.º También es muy importante el papel del sistema nervioso en los estreñidos. Algunos de ellos son verdaderos fóbicos, que tienen la obsesión constante de su próxima deposición y pasan su vida con la preocupación de un mal que es muy a menudo, sin embargo, fácil de curar. Siempre angustiados, pierden el sueño, se hacen excesivamente sensibles, impacientes; se medicinan sin límite y se imponen regímenes extravagantes e intermitentes que concluyen por desarrollar completamente su sistema nervioso vegetativo, y bien pronto no son ya simples estreñidos, sino verdaderos enfermos: pálidos, delgados, padeciendo en todas sus funciones, desgraciados e insoportables al mismo tiempo. Hay que tener en cuenta la constitución de tales enfermos para establecer un tratamiento

prudente. Las glándulas endocrinas (tiroide, ovarios, hipófisa) juegan ciertamente un papel cuya importancia hay que precisar en semejantes casos, con respecto al procedimiento ulterior que se ha de sostener.



1, Masa del corazón.—2, Estómago ptosado. 3, Espasmo intestinal.—4, Cáncer del colon sigmóides.—5, Cáncer de la ampolla rectal. Esquema ejecutado, según una radiografía, de un estómago y de un intestino ptosados y desdichados. Se han reunido en este esquema las principales causas del estreñimiento. Obsérvese el espasmo intestinal (estrechamiento del intestino), así como los cánceres del colon y de la ampolla rectal que estorban y detienen el tránsito intestinal.

#### Tratamiento.

Algunas indicaciones generales bastarán para ponernos al abrigo de esos groseros errores que se cometen con tanta frecuencia en materia de estreñimiento.

1.º Antes de toda tentativa medicamentosa, pedid su opinión a un médico

para saber si el estreñimiento oculta alguna lesión orgánica que no podría ser curada con un simple tratamiento médico (apendicitis crónica, cáncer, colitis, etcétera).

2.º No tomar nunca al azar un medicamento que pueda producir un resultado brutal. No olvidar que un estreñido no debe purgarse jamás sin un consejo formal del médico. Los laxantes, que provocan una deposición inmediata, y con diarrea o cólicos, deben emplearse en dosis muy pequeñas; y

3.º Cuando se trata de un estreñimiento sencillo, siganse las siguientes líneas de conducta principales: refuerzo del aparato evacuatorio, dándole fuerza a los músculos abdominales (disciplina respiratoria exacta, gimnasia abdominal, ejercicios físicos, masaje).

Imponerse un esfuerzo de exoneración cotidiano y lo suficientemente prolongado para volver a dar al intestino y al recto un ritmo regular. En caso de necesidad, estimular el aparato evacuatorio por medio mecánico: supositorios con glicerina, pequeños lavados aceitosos, conservándolos durante la noche. Evitar todo régimen exclusivo, y utilizar ampliamente todos los alimentos que dejen un gran residuo celulósico (legumbres verdes, frutas) o que exciten las funciones intestinales (suero de leche, Kefir, Yaougourth, miel, compota de ciruelas, ruibarbo, higos, jugo de uvas o de naranjas). El pan muy blanco estríña, y es preciso comer muy poco, o bien preferir el pan integral, que aun conserva un poco de salvado.

Si es preciso un medicamento, utilícese, ya sea los aceites lubricantes de vaselina o parafina, aceite de oliva, más activo y que excita la función biliar; ya sea las substancias mucilaginosas, que son todavía mejores y que obran al aumentar el volumen de las deposiciones y al incorporar todos los residuos (a manera de aserrín mojado para el barrido de los pisos). Citemos solamente: el agar-agar, los granos de lino, simiente de psyllium, el afrecho, el malvasisco.

En cuanto a los laxantes (hay infinidad de ellos), vale más pedir una opinión médica antes de emplearlos corrientemente. Citemos, sin embargo, como inofensivos en pequeñas cantidades: el aceite de ricino, el maná, el ruibarbo, las malvas, etc., etc.

Por último, una observación que no será inútil: no hay que tener prisa nunca para conseguir el aminoramiento de un estreñimiento crónico. Un intestino no puede recobrar en ocho días su ritmo normal. Pequeños esfuerzos cotidianos, una gimnasia abdominal diaria, medicamentos anodinos y lógicos repetidos durante varias semanas, obtendrán un resultado más seguro que todas las "curas maravillosas", cuyo secreto perjudicial se transmite de boca en boca a beneficio sólo de los que los inventaron.

GALENO.



# PHILIPS

## RADIO

A SUPERINDUCTANCIA

### PLAZOS

### CONTADO

AGENCIA OFICIAL

## ZATO

PI MARGALL, 11

PELIGROS, 10

Ayuntamiento de Madrid



## LOS PODEROSOS EFECTOS DE LOS BAÑOS DE SOL (I)

Ya Plinio el Antiguo decía: *Sol quoque remedium ab ipso sibi prestari potest* (el sol es el mejor remedio que podemos aplicarnos a nosotros mismos), y Bossuet añadía siglos después: "El sol es el padre de la vida." En efecto, ¿quién ignora las curas sorprendentes, casi milagrosas, logradas en Berk, Daves, Chamonix, Niza, Cannes, Leysin; en los preventorios de San Rafael y de Guadarrama, y en cuantas estaciones se practican la aeración y la insolación? ¿Quién no conoce casos de tuberculosis ósea, de llagas y heridas purulentas, de organismos de-pauperados, que han curado por la simple exposición al aire y al sol? Lo que nos lleva forzosamente a esa conclusión: Si se pueden obtener unos resultados tan claros e indiscutibles en organismos enfermos, y aun diremos muy enfermos, ¿qué resistencia, qué bienestar, qué potencial de salud adquirirán los organismos sanos aplicando dichos medios naturales?

### PODEROSOS EFECTOS ORGANICOS DE LA LUZ

Según las experiencias del doctor Gustave Lebón, confirmadas reiteradamente después, la luz es el supremo excitante de las fuerzas intramusculares. Todas las radiaciones concurren armoniosamente y de un modo distinto a ese fin desde las de onda corta, como las ultravioletas, hasta las de onda muy larga, como las ultrarrojas, y hasta cuantas otras ignoramos todavía, pudiendo decir hoy por hoy, con el doctor Fougerat de Lastours, que la génesis de dicha acción asombrosa de la insolación es debida a la exaltación de la radioactividad humana.

### CONSIGUE EL MISMO EFECTO QUE UN TRATAMIENTO OPOTERAPICO GENERAL

En cuanto a la acción sobre el sistema linfático y endocrino, es muy notable también. *Consigue el mismo efecto que un tratamiento opoterápico general*, y eso sin repercusiones molestas, de una manera enérgica y armoniosa. Por consiguiente, es muy importante insolar también los cuerpos tiroideos y las glándulas reproductoras, que en los baños de sol suelen quedar en la sombra. Lo ha demostrado el doctor Fougerat de Lastours, insolando a unos niños, sucesivamente, con *maillots* y sin *maillots*. Las épocas de insolación completa han correspondido siempre a un aumento notable de peso y de tonicidad general. Así que, cuando se puede, es de suma utilidad fisiológica tomar unos minutos (los más posible) de baño integral.

A la vez, la circulación periférica aumenta y la presión arterial disminuye, aliviando el corazón, lo que es saludable para los hipertensos (pero perjudicial a los apopléticos y cardíacos): el sistema nervioso es tonificado; los dolores se calman; la irritabilidad disminuye, y se adquiere un bienestar alegre; las glándulas secretoras funcionan a pleno rendimiento, eliminando venenos múltiples y "depurando" la sangre, lo que agradecen mucho los riñones; la actividad glandular estimula la asimilación, y despierta el apetito; el sistema óseo calcifica y se construye con más solidez y regularidad, dando así la razón a Michelet, cuando afirma que "la flor humana es de todas las flores la que necesita más el sol".

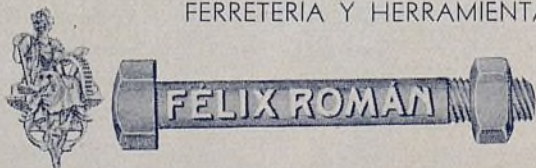
(1) De «Para Vivir Cien Años».

DR. PEDRO.

EL SOL ES LA SALUD.

SI TUVIERAMOS  
QUE PAGARLO,  
LO COMPRARIAMOS;  
COMO ES GRATIS,  
LO DESPRECIAMOS

ALMACENES DE ACEROS Y METALES  
FERRETERIA Y HERRAMIENTAS



Hortaleza, 39, y Pérez Galdós, 9

Teléfonos: 10780 y 14563

--

MADRID

Por 50  
céntimos  
diarios  
puede ad-  
quirirse  
**KUKI**  
1933

**RADIO**



**KUKI** 1933  
Adquiralo por  
50 CTMS  
DIARIOS  
**LUIS MARTINEZ**

PUENCARRAL, 12

Madrid

**KUKI**  
1933

Corriente  
continua  
y corriente  
alterna

Teléf. 16851



La moral de los accidentes de aviación del 15 de abril

## HAY QUE COMPROBAR "PERIODICAMENTE" EL ESTADO DE FATIGA DE LAS PIEZAS

Un sabio francés ha inventado un aparato para conseguirlo

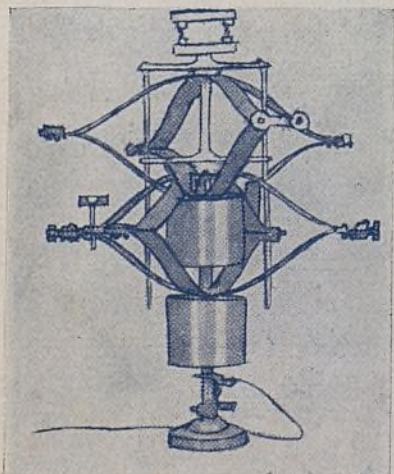
Todos recuerdan los trágicos accidentes de aviación del 15 de abril en Madrid, Barajas y Guadalajara. Añadamos que el 13 del mismo mes, en Villacoublay, ocurrieron también dos accidentes. "El aviador Baptiste, as de la acrobacia aérea, se ha matado, por haberse desprendido un plano de su aparato", según comunicó la Prensa. O, dicho de otra manera, el ala se ha roto a causa del esfuerzo. El aviador había bajado muy cerca del suelo para saludar al ministro, con la intención de picar inmediatamente hacia arriba por medio de esa filigrana aérea que los pilotos llaman un "tirón". Unos instantes después, fué otro piloto, René Paulhan, el que percibiendo vibraciones siniestras en su fuselaje saltaba de su puesto a tiempo de evitar una ruptura semejante.

Esas rupturas se explican porque en el momento de inversión de la trayectoria las alas soportan un esfuerzo que hoy en día no se puede calcular exactamente: las alas más fuertes a veces no lo resisten.

La moral de todos estos accidentes es la siguiente: la aviación debe de vigilar hoy en día sus materiales y la resistencia de las armaduras que da a sus aparatos. Cada avión debe de ser experimentado en cada uno de sus puntos sensibles, no solamente en sus vuelos de prueba, sino *periódicamente*, porque la "fatiga" de las piezas sobreviene subrepticamente. Cuando llega la ruptura es que hacía mucho tiempo que se había iniciado ya el desgaste.

Me permitiré señalar los admirables métodos que para tales mediciones, rápidas y frecuentes, de la resistencia de los aparatos voladores acaban de ser instalados en Francia, en el *Institut polytechnique de l'Ouest*, por el sabio profesor de la Facultad de Rennes M. Le Rolland y su colaborador M. Sorin.

Adjunto publicamos la fotografía de uno de esos aparatos de medición: es un *doble péndulo*, con movimiento de oscilación vertical, compuesto de hojas elásticas. Se suspende este aparato al ala o al fuselaje que se quiere comprobar y en el punto preciso de que se quiere saber la solidez. Debido a los "batimientos" que se producen entre los dos sistemas pendulares conjugados, el físico deduce inmediatamente el diagnóstico que le interesa, referente a la resistencia del avión. Ningún avión debiera volar más de un mes sin sufrir esta comprobación, y así se evitarían esas desgracias que lamentamos todos.



EL DOBLE PENDULO ELASTICO DE M. SORIN, PARA EXPERIMENTAR, EN CADA UNO DE SUS PUNTOS, LA RESISTENCIA A LA RUPTURA DE UN ALA DE AVION. — El aparato queda suspendido en el punto preciso de la viga o del ala que se sospecha sea defectuosa. Se lanza en un movimiento vertical oscilante una de las masas suspendidas de un juego de hojas elásticas. La otra masa,

por resonancia, oscila igualmente con cierto "batimiento" periódico. El valor cronometrado de este batimiento indica el grado de flexibilidad y, por tanto, de resistencia a la ruptura de que cada pieza es capaz en los puntos auscultados.

ESPECIALIDAD EN UNIFORMES PARA COLEGIALES  
PROVEEDOR DEL COLEGIO DE SAN ANTON

**Eduardo de Diego**  
SASTRE PARA CABALLERO Y NIÑO

FUENCARRAL-41 · TELEFONO 12738 · MADRID



PERFUMERIA NEMY

Av. Eduardo Dato, 12 - Teléf. 90683

Perfumes de las primeras marcas y bisutería fina. - Perfumes selectos de lujo, al peso. - Colonia Brisas del Cairo.

SUPER COLONIA NEMY

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

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

de  
**FAJA CAUCHO**  
COMODAS / ELEGANTES  
**LYON** MONTERA 4  
MADRID

*La Casa pequeña*

EXTENSO SURTIDO EN BORDADOS Y ENCAJES DE TODAS CLASES · LOS MAS NUEVOS Y BARATOS PARA EQUIPOS Y CANASTILLAS.



GRAN TALLER DE BORDADOS CORDON E INCRUSTACIONES DE TODA CLASE DE PRENDAS

SERVIMOS MUESTRAS Y ENCARGOS A PROVINCIAS  
FUENCARRAL-39 MOD. (FRENTE A GALDOS) MADRID



Una Institución que honra a la Sanidad española

## El Preventorio Infantil de Guadarrama

CULTURA, que con tanto ahínco propaga y defiende los principios de higiene, cuya difusión es uno de los motivos fundamentales de su existencia, me confía el encargo de redactar unas cuartillas dedicadas al Preventorio Infantil de Guadarrama.

Y, ciertamente, no podía haberme encomendado tarea más simpática, pues contribuir a dar a conocer esta institución, verdaderamente ejemplar, constituye una enorme satisfacción para un modesto escritor que luchó sin descanso a fin de abrir un camino en la pública conciencia a la idea de que, tan fundamental como una recta administración de justicia, es para la vida de un país una sanidad perfecta, que cree ciudadanos físicamente robustos, en los cuales se realice el aforismo clásico: *Mens sana in corpore sano*.

El Preventorio Infantil de Guadarrama responde a esta tendencia. En él han cristalizado todas las nobles ideas y todos los modernos procedimientos que tienden a producir un plantel de ciudadanos aptos para cumplir los deberes que la nación tiene derecho a exigir a sus hijos.

Ocupando un puesto de vanguardia en la lucha contra la tuberculosis, el Preventorio acoge, casi desde su nacimiento, como luego veremos, a aquellos niños que por herencia, por constitución o por ambiente son candidatos posibles a la terrible dolencia.

Y de acuerdo con la vulgar pero exactísima afirmación *Vale más prevenir que remediar*, de que es preferible extirpar en su origen la posibilidad de un mal a curarlo cuando hizo su aparición, emplea todos los medios que la ciencia y la experiencia aconsejan para combatir la enfermedad posible, robusteciendo el organismo de los niños sometidos a su humanitaria tutela.

El Preventorio Infantil de Guada-

rrama está situado en uno de los sitios más sanos y más bellos de España: en la espléndida Sierra, manantial perenne de salud, tesoro inagotable de belleza, que a las puertas mismas de Madrid inicia sus estribaciones. Circundado por un anfiteatro



D. Antonio Ortiz, ilustre Director del Preventorio Infantil de Guadarrama.

de montañas cubiertas de pinares maravillosos. Entre raudales de aguas cristalinas y purísimas. Oreado por aires vivificantes, que llevan en sus alas las emanaciones balsámicas de los espléndidos pinares...

A este emplazamiento responden, por sus excelencias, los diversos pabellones que constituyen la institución.

El principal, donde radican comedores, dormitorios, clínicas, oficinas, es un vasto edificio de dos plantas, construido en la forma característica a las edificaciones de la Sierra.

La fachada principal da a la carretera de La Coruña, de la que está separada por un artístico jardín. La posterior, a un magnífico parque, y las laterales se hallan también aisladas, recibiendo directamente las caricias del sol y del aire.

Aunque no fué construido para el objeto a que se dedica, el Director ha realizado una obra de adaptación tan inteligente, que puede afirmarse cumple sus fines en forma insuperable.

Los dormitorios son espléndidos, llenos de aire y de luz; los comedores magníficos, y las dependencias anexas, cocina, despensa, etc., reúnen condiciones de higiene excepcionales.

Las otras dependencias: lavaderos, cuarto de plancha, taller de costura, se hallan al mismo nivel que el resto de las instalaciones.

Una limpieza absoluta, exagerada si cabe, reina en el Preventorio, que, por su aspecto, más que un establecimiento sanitario, parece un gran hotel, destinado a recibir, no desheredados, sino favoritos de la fortuna.

\* \* \*

Si en este aspecto el Preventorio da la impresión de un cuidado exquisito, puede imaginarse el que presidirá en los servicios de otra índole, especialmente en los de carácter médico.

En la enfermería se ha extremado el celo para que el quirófano, el gabinete dental, instalaciones de rayos X, resulten inmejorables, y dentro de los medios que se dispone se ha realizado una obra meritisima, que hace acreedor a plácemes sinceros al ilustre Director del establecimiento, Dr. Ortiz, felizmente secundado en sus iniciativas por el entusiasmo del Administrador, Sr. García Vázquez.

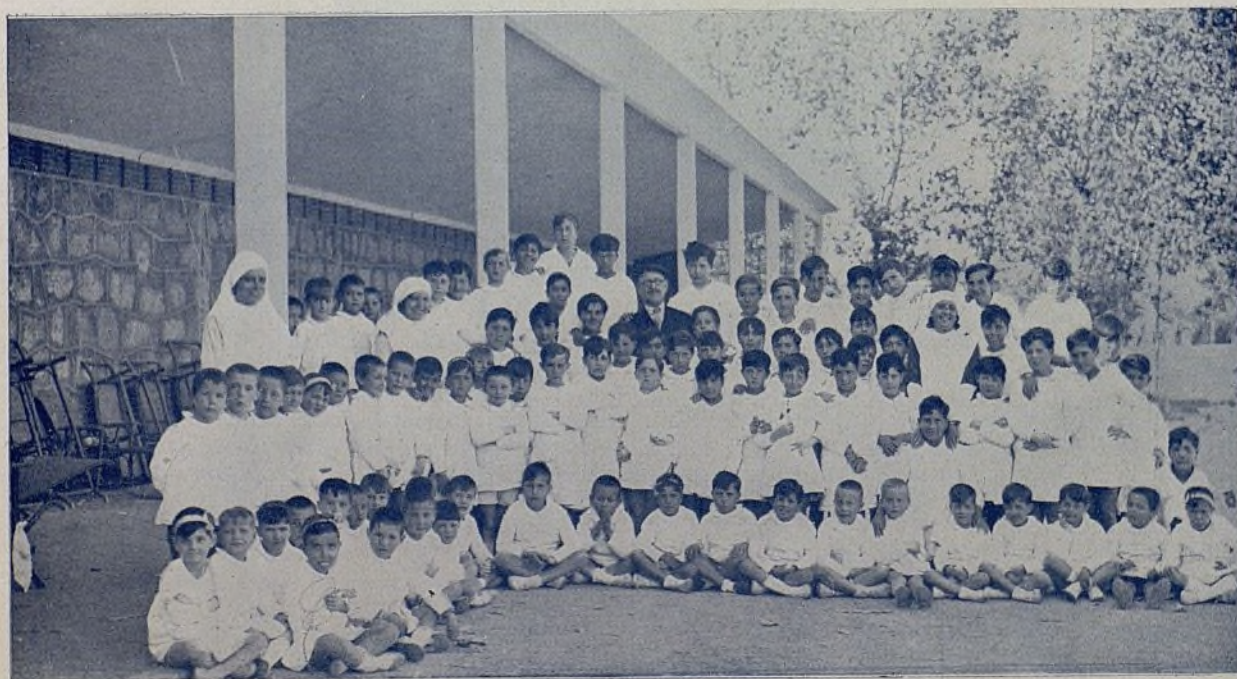
También han contribuido y contribuyen al acertadísimo funcionamien-

Ayuntamiento de Madrid





Fachada principal del Preventorio de Guadarrama.



Los pequeños, agrupados junto al Solarium.

Ayuntamiento de Madrid



to de esta parte del Preventorio el médico residente Sr. Oliver y los doctores D. Arsenio Arana, D. José Miñana, D. Arturo Perera y D. Ángel Vázquez, en sus especialidades de garganta, nariz y oídos, radiología, cirugía y odontología.

\*\*\*

No es necesario decir que el sol y el aire son elementos poderosos para cumplir los fines del Preventorio. Y que el sol, sobre todo, ejerce una influencia prodigiosa en el organismo humano, y es factor definitivo en la curación de las enfermedades de las vías respiratorias.

Para poder realizar estas curas debidamente, a instancias y por iniciativa del ilustre doctor Ortiz, se construyó un *solarium*, que reúne todas las condiciones requeridas para sus fines, y en el cual los niños, convenientemente vigilados, reciben a diario sus baños de sol.

La existencia de los niños en el Preventorio es realmente feliz, y son muchos los que le abandonan con lágrimas, cuando termina el plazo de su estancia.

Y esto es fácil de comprender, conociendo el régimen de vida a que



D. Adalberto García Vázquez, inteligentísimo Administrador del Preventorio.

están sometidos durante su permanencia en el establecimiento:

Una comida abundantísima, variada, sana; una limpieza exquisita, que

comienza en la ducha matinal y termina con el cuidado de uñas y dientes; largos períodos de reposo alternados con otros de juego; gimnasia adecuada a la edad y la constitución de los *gimnastas*; camas magníficas y pulquérrimas; juguetes, radio, cinematógrafo; un poquitín de escuela donde aprenden deleitándose, bajo la dirección de la docta profesora señorita María Josefa Gimeno...

de aprenden deleitándose, bajo la dirección de la docta profesora señorita María Josefa Gimeno...

En ese ambiente se desliza la vida de los minúsculos huéspedes del Preventorio, que se dan cuenta de que, al salir, tornarán a las escaseces en todos los órdenes: las económicas y hasta las de espacio, sol y aire.

\*\*\*

Y, ahora, vamos a la última iniciativa lograda por el doctor Ortiz: la construcción de un Dispensario destinado a niños lactantes, hijos de padres tuberculosos.

Es un bello edificio, proyecto del notabilísimo arquitecto don Amós Salvador, compuesto de dos plantas, situado en el parque del Preventorio,



Fachada principal del Dispensario para niños lactantes y servicio de colocación familiar.





Sala despacho de biberones.

convenientemente aislado y reuniendo condiciones excepcionales para el fin a que se dedica.

En la primera planta están las instalaciones que a continuación se expresan:

Sala despacho de biberones, de cuya instalación puede dar idea la *foto* que reproducimos; sección de esterilización de la leche, instalada con

arreglo a los últimos adelantos, por la casa Industrias Sanitarias, la más importante de su ramo que existe en España, y que ha hecho la mayor parte de las instalaciones médicas de los hospitales, preventorios y clínicas nacionales.

Sigue a esta sala otra, destinada a la limpieza de biberones que han de contener la leche que se facilita pa-

ra los niños entregados a las familias.

A la izquierda del pabellón de entrada se hallan las cunas de los enfermitos, el despacho de la inteligente doctora señorita Encarnación Rivera, que está al frente del Dispensario, y la clínica donde son sometidos a reconocimiento los pequeños.

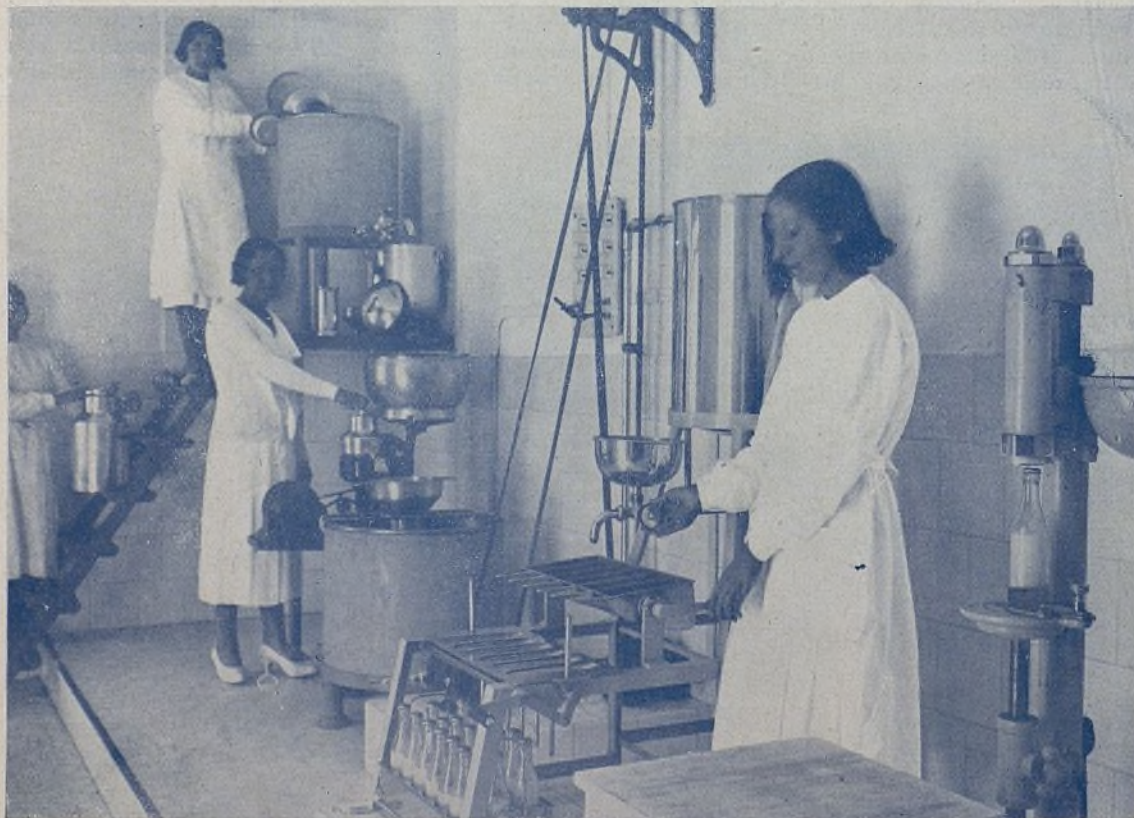
La segunda planta se halla destinada a dormitorios de los lactantes menores de seis meses, en cuyos dormitorios, como en la instalación, se han tenido presentes cuantos progresos ha realizado la ciencia médica durante los últimos años.

En esta misma planta se encuentra el dormitorio de la enfermera, señorita Fidela Rubio, que con celo y ternura maternas vigila a los pequeños durante su sueño, atenta a que no les falte nada y pendiente de su tranquilidad durante la noche.

\* \* \*

Viene esta Institución a complementar la labor del Preventorio, ofreciendo nuevos horizontes a la humanitaria labor que realiza.

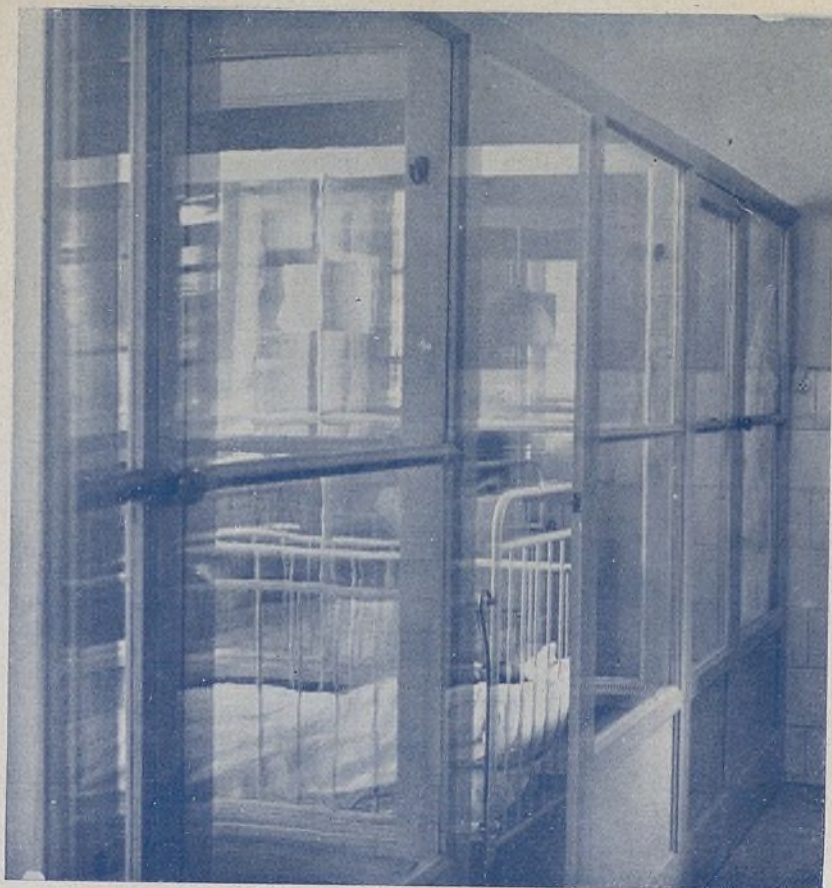
Pero dejemos la palabra al doctor Ortiz, iniciador entusiasta y realizador afortunado de la obra:



Sección de esterilización de leche, instalada por la importante casa Industrias Sanitarias.

Ayuntamiento de Madrid





Dormitorio de niños enfermos.

"La tuberculosis constituye uno de los más importantes problemas médicosociales de nuestro país.

La tuberculosis no es hereditaria. El niño que nace de padres tuberculosos no se hace tuberculoso más que por contagio. De aquí que, por lo que respecta a esta enfermedad, la preservación de la infancia se logra perfectamente por la separación del niño, en los primeros años de la vida, de los familiares tuberculosos (padres, abuelos, etc.) que con ellos conviven.

Esta obra, iniciada hace bastantes años por Grancher en Francia, respecto a los niños mayores de dos años, ha sido ampliada, por considerarla más eficaz, a los recién nacidos, gracias a los trabajos del profesor León Bernard, hará unos diez años, el cual fundó el primer centro de colocación familiar de menores de dos años.

Una institución inspirada en las doctrinas de León Bernard es la que funciona desde hace algunos meses en el Preventorio de Guadarrama, en su servicio de colocación familiar, para cuyo objeto se ha construido el Dispensario (a que antes hicimos referencia) con secciones de enferme-

ría, consulta y esterilización de leche destinada a alimentar los pequeñines acogidos a sus cuidados.

Los niños menores de dos años, a

ser posible en el primer año de su vida, que conviven en un foco tuberculoso—especialmente cuando la enferma es la madre, que más fácilmente puede contagiar al pequeño al amamantarlo—, son enviados al Servicio de colocación familiar del Preventorio por los Dispensarios antituberculosos de Madrid, Escuela Nacional de Puericultura e Institución Municipal de Puericultura.

Estos niños, a su ingreso, son sometidos a observación en el Dispensario, y luego colocados entre familias del pueblo de Guadarrama, en las cuales es condición indispensable no haya enfermos de tuberculosis pulmonar.

A estas familias se les suministra la leche esterilizada en biberones y los otros alimentos necesarios, según la edad del niño, teniendo la obligación de llevar el sometido a su cuidado un día a la semana a la consulta, y de este modo queda sujeto a una vigilancia médica regular.

Además, existe una enfermera visitadora, que periódicamente recorre todas las casas donde hay niños colocados, con objeto de aconsejar a las familias y ver si cumplen rigurosamente las reglas higiénicas dietéticas señaladas por el servicio médico.

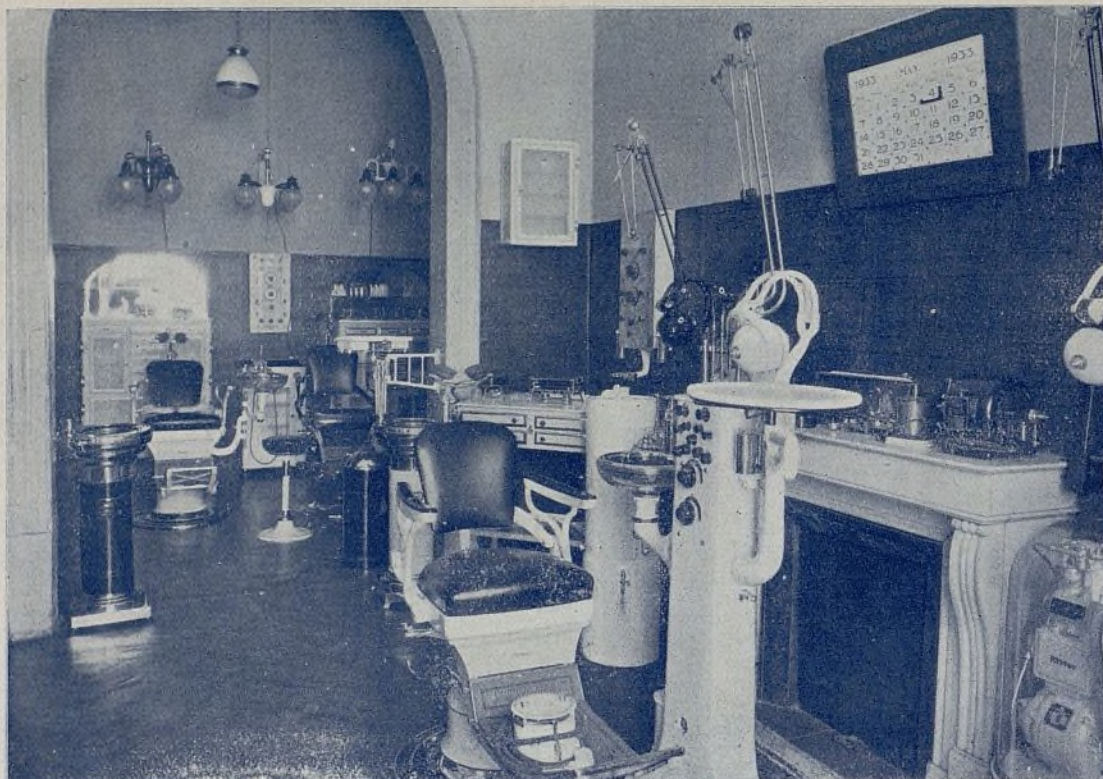
Si algún niño enferma, es rápidamente trasladado a la enfermería de servicio hasta su total reposición, y entonces nuevamente se entrega a la familia encargada de su cuidado.

Al hacerse cargo del niño, se entrega a cada una el equipo completo



Reconocimiento de un bebé por la directora del Dispensario, Sta. Encarnación Rivera.





Todo el material de las clínicas dentales de los Preventorios de Guadarrama y San Rafael, provienen de la Casa Garralda, de fama justísima entre los profesionales de España. Reproducimos un aspecto de su sala de exposición, Barquillo, 15.

de cuna, ropa, baño, esponjas, jabón, etcétera, que necesita el pequeño a fin de que se encuentre en las mejores condiciones de higiene y confort."

\*\*\*

No pueden apreciarse aún los resultados obtenidos por llevar muy poco tiempo la Institución; pero cabe afirmar que los niños que reciben asistencia en ella se hallan rebosantes de salud, aumentando rápidamente de peso y presentando todas las características de una criatura sana: color en las mejillas, alegría en la vista, sueño profundo durante la noche y actividad incesante en las horas de vigilia. Y no han sido ya pocas las criaturas arrancadas a una muerte cierta por los cuidados exquisitos del Dispensario.

Pensando en ello, y como el más importante núcleo de los lectores de CULTURA son las mujeres, a ellas nos dirigimos en súplica de que laboren, con el fervor y el entusiasmo que ponen en todas sus obras, en pro de la difusión del Servicio de colocación familiar, creado en Guadarrama, que es único y el primero que existe en España.

Las que dispongan de medios económicos, con donativos; las que no puedan en esta forma, con su propaganda, harán una obra meritoria, lu-

chando porque estos establecimientos se multipliquen, porque se cree uno en cada ciudad y en cada pueblo importante de España.

Se trata de salvar la vida a millares de niños, de evitar sufrimientos horribles a los que, saliendo de la infancia, arrostran los peligros de la adolescencia y de la juventud con una naturaleza endeble y predispuesta. Se trata de combatir el contagio de una dolencia que cuesta cada año a España tantos hombres como si sostuviera una guerra.

¡Mujeres de CULTURA: como madres, como esposas, como hijas, acoged bajo vuestra protección esta gran obra, y mereceréis bien de la Patria y de la Humanidad!

## CLAUSOLLES, S. A.

Carretas, 27.

Nos complace terminar esta información con una foto de la sucursal en Madrid de Clausolles, Sociedad anónima, cuya sucursal dirige desde hace treinta años, con singular acierto, nuestro querido amigo D. A. Mata. Proveedor del Preventorio; sería una omisión imperdonable no consignar el acierto con que siempre ha intervenido en cuantos trabajos se le encomendaron.



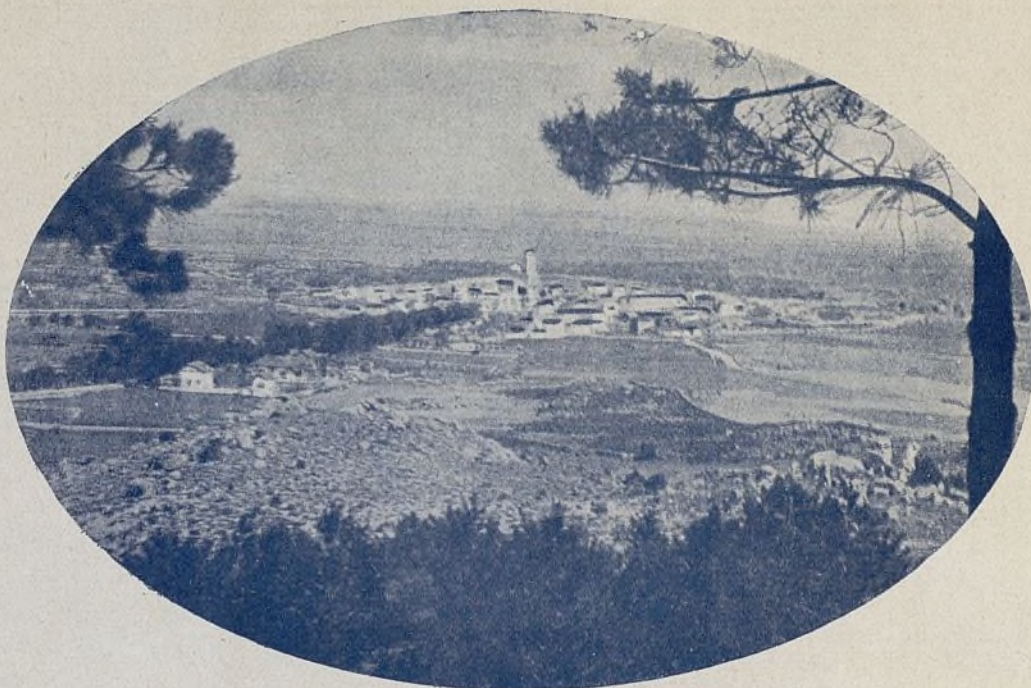
Ciertamente, no es un caso excepcional; por su antigüedad—el año 1931 hizo un siglo de su fundación—, por los elementos de que dispone, y por el personal que la integra, Clausolles, S. A., fabrica sus artículos de un modo perfecto e insuperable.

No es necesario decir cuáles son estos artículos: productos antisépticos, algodones, gasas vendas; materiales de toda clase para clínicas, piernas y brazos artificiales, fajas de todo género, etc.

Ayuntamiento de Madrid



## G U A D A R R A M A



Vista panorámica del bellissimo pueblo.



Un rincón de la Sierra.



## LOS PROVEEDORES DEL PREVENTORIO (1)



## D. VICENTE ALVAREZ

Ya en otra ocasión tuvimos el gusto de dedicar unas líneas de elogio a la casa de D. Vicente Alvarez, con motivo de una información, también referente al Preventorio de Guadarrama.

Lo que entonces escribimos pudiéramos repetirlo ahora con mayor motivo, puesto que de aquella fecha al día de hoy el almacén del Sr. Alvarez ha adquirido más importancia.

Instalado en un edificio propiedad de dicho señor, y construido *ad hoc* para el objeto a que se dedica, reúne todas las condiciones que deben concurrir en un establecimiento de esta naturaleza para el almacenaje, conservación y venta de los delicados artículos que este ramo del comercio abarca.

La excelencia de la instalación está realzada por el cuidado que en su conservación se pone. Campea en los menores detalles una limpieza irreprochable, que acusa el moderno concepto que el Sr. Alvarez tiene del comercio y la consideración que guarda al público que con su asistencia le favorece.

El fuerte del comercio del Sr. Alvarez lo constituyen los ultramarinos finos, jamones, embutidos (al por mayor y menor) y conservas, y dentro de esto las mejores marcas nacionales y extranjeras. Al extremo de que puede asegurarse que en estos almacenes se hallan los más delicados artículos del ramo, aquellos que generalmente sólo se expenden en establecimientos de grandes capitales especializados en el servicio de un público de selección.

Ello se explica fácilmente teniendo en cuenta que el comercio del Sr. Alvarez provee, no sólo al Preventorio de Guadarrama, sino a los numerosos Sanatorios que en torno al pueblo existen, a los hoteles enclavados en su término y a la colonia que en todo tiempo, y especialmente en verano, reside en el pintoresco pueblecito.

Los almacenes del Sr. Alvarez son tan conocidos que es innecesario indicar su dirección; pero a pesar de ello la señalaremos para dar completas nuestras notas informativas y en previsión de que algún elemento nuevo en la comarca la desconociera: Calzada, 31, Guadarrama (Madrid), teléfono 29.

(1) Al éxito feliz de la marcha del Preventorio contribuye de una manera eficazísima la elección de los proveedores del mismo. Por mucha que fuera la vigilancia y el celo de los elementos directivos, fracasarían o, a lo menos, se agotarían en una lucha estéril si no secundasen sus iniciativas los encargados de suministrar los medios materiales que se precisen en una obra tan amplia. Por fortuna, dichos elementos se han compenetrado de una manera absoluta con el pensamiento de los dirigentes de la benéfica Institución, y se han convertido en los más eficaces colaboradores de la misma. Como tributo a su cooperación, damos a continuación, por orden alfabético de Guadarrama y Madrid, unas notas de loa referentes a los expresados proveedores.



## D. AURELIO ARAZO

Es norma de la Dirección del Preventorio dar la mayor utilidad posible al pueblo de Guadarrama, y todos aquellos trabajos que pueden realizarse con elementos del mismo pueblo, con ellos se realizan.

Este criterio cabe aplicarle, sobre todo, a ciertos trabajos manuales, entre los cuales figura el de albañilería; y con albañiles de Guadarrama, y con técnicos residentes en Guadarrama, se han llevado a la práctica casi todas las obras de este género hechas en el Preventorio.

Hemos dicho con técnicos residentes en el pueblo; la frase será más exacta afirmando: bajo la dirección del único técnico residente en el pueblo, D. Aurelio Arazo.

Porque así es. En un pueblo donde tanto se construye, no existen profesionales que con título para ello



proyecten y dirijan las obras, sino aficionados, por no decir intrusos, que sin conocimientos y sin responsabilidad actúan a su capricho.

El Sr. Arazo, en las obras que el Preventorio le confió, ha demostrado su pericia y su dominio del difícil arte de la construcción, realizándolas pronto, bien y económicamente.

Ciertamente que no cabía esperar otra cosa dada su actuación en los trabajos que ya había realizado en el pueblo, donde construyó infinidad de hoteles para la colonia veraniega, y obras de tanta importancia como la iglesia, cuya fotografía reproducimos.

El Sr. Arazo, por sus conocimientos, por su actividad, por su honradez profesional, es acreedor al público testimonio de simpatía que nos complacemos en tributarle.

## D. GREGORIO BARTOLOME

Una de las figuras destacadas de la industria de Guadarrama es D. Gregorio Bartolomé, propietario de la más importante fundición que en el pueblo existe.

Establecido en él desde hace veinte años, ha visto al día su desenvolvimiento: cómo pasó de pueblo agrícola, casi desconocido, a la categoría de centro de turismo, donde afluyó una colonia numerosa y adinerada; al mismo tiempo que, por sus condiciones de salubridad, era elegido para la edificación de numerosos sanatorios públicos y privados.

En esta transformación intervino activamente el señor Bartolomé construyendo toda clase de trabajos de hierro para hoteles y establecimientos médicos.

Su fama—la fama de su arte y de su seriedad—traspasó el recinto del pueblo, y realizó y realiza obras constantes y de importancia para los pueblos cercanos, sobre todo para Los Molinos.

Hablamos del arte del Sr. Bartolomé y no empleamos la palabra por azar, sino perfectamente penetrados de su significación: aunque la base de los trabajos del Sr. Bartolomé sean los corrientes, es también maestro en la forja y ha realizado bellas labores de esta índole, que de artista le acreditan.

Adaptándose a las necesidades de los tiempos, el señor Bartolomé amplió sus elementos de producción con aparatos de soldadura autógena, que a la perfección realiza en sus talleres: Arcipreste de Hita, 3.

## D. LUIS BRAVO

Todas las alabanzas que merecidamente tributamos al Sr. Bravo en otra ocasión tienen en ésta perfecta cabida.

En el transcurso del tiempo aun ha superado, si cabe, la calidad de sus productos; aun ha extremado su celo en la selección de las reses de su vacada, en la alimentación de las mismas, en su cuidado...

Y como consecuencia, la leche exquisita de su ganado no sólo conserva sino que acaso aumentó su capacidad nutritiva, su paladar insuperable, sus condiciones de fácil y rápida asimilación.

Los pequeños huéspedes del Preventorio la acogen con verdadero deleite; los acogidos en el Dispensario, los lactantes, encuentran en ella un alimento ideal que substituye con ventaja la leche materna.

De los mayores no hablemos. Convencidos de su pureza y su paladar, le hacen objeto de una predilección que es el mayor elogio que puede tributársele.

Hay que decir, porque es interesante, que el Sr. Bravo posee una granja—aunque su modestia rehuse ese título—en el mismo pueblo de Guadarrama; es decir, dentro de su término. Que no es comerciante, ni acaparador y que, por lo tanto, sabe lo que vende, y vende un artículo obtenido sin reparar en sacrificios, ni pecuniarios ni de índole personal, llevando los de esta índole a límites extremos.

Eso le permite arrostrar todas las competencias, las lícitas y las ilícitas, tranquilamente, seguro de que nadie podrá ocupar el puesto en que se halla situado.



## D. MANUEL GARCIA

Nuevo en el gremio, la firma de D. Manuel García tiene ya un valor positivo en el ramo a que se dedica: el comercio de pescados.

Y este valor obedece a dos razones: una, los antecedentes familiares—D. Manuel García es hermano de D. Pedro García, firma tan acreditada en Guadarrama—, y otra, la probidad personal, el entusiasmo y el estudio del negocio que ha emprendido, prenda de que le llevará a feliz término.

El comercio de Guadarrama, sólido, serio, probo, merecedor del respeto general que se le otorga, tiene, sin embargo, salvo excepciones, un pero: cierto apego a lo tradicional, que hace que casas poderosas se estacionen y se resistan a aceptar los modernos procedimientos.

D. Manuel García, en plena juventud física, goza también de una juventud espiritual que le empuja a todo lo nuevo, y apenas iniciada su labor, ya proyecta acometer una instalación modernísima, adquirir una cámara frigorífica, montar un comercio con todas las características de los de una gran capital.

Y lo logrará, porque es hombre de fe, persistente, tenaz en sus propósitos, que no cede, ni conoce lo que es el desaliento.

Ya en lo que realizó se aprecian estas cualidades. Compitiendo con elementos acreditadísimos y de honradas raíces, él va abriéndose lentamente, pero de una manera indestructible, camino en la clientela de Guadarrama y pueblos comarcanos.

Buen género, una amabilidad extremada con el público, peso exacto, gran limpieza y una propaganda incansante son las armas de que se ha valido, y se vale,

para lograr el triunfo, que, no vacilamos en pronosticar, será seguro y definitivo.

## D. PEDRO GARCIA

Mientras se resuelve en uno u otro sentido la conveniencia de utilizar o no la carne como alimento, hemos de atenernos a que ésta reúna las condiciones precisas para hacerla grata al paladar y útil a la conservación del organismo.

Para ello, los animales de que proviene han de estar debidamente alimentados, han de nutrirse en pastos frescos y abundantes, han de estabularse en condiciones de higiene máxima, han de alimentarse durante la estabulación pródigamente y ha de cuidarse de atender con celo exquisito a su salud, porque de reses enfermas sólo se obtienen carnes malas, y las carnes malas, en lugar de nutrir, envenenan con sus toxinas el organismo.

Esto que siempre es de tener en cuenta, aun más cuando se trata de personas débiles; y todavía más, si de niños de endeble naturaleza que se trata de robustecer a todo trance.

Las carnes que expende D. Pedro García proceden de animales en cuya crianza se tienen presente todas estas circunstancias.

Propias o ajenas, las reses que sacrifica el Sr. García son objeto de una selección y sus carnes exquisitas, nutritivas, sanísimas; carnes como acaso no se expendan en las mejores carnicerías de España.

Por esto goza de excelente fama y provee no sólo al vecindario, sino a las más importantes entidades que radican en el pueblo, en las cuales figura el Preventorio Infantil.

## D. BENIGNO HERNANDEZ

Si todas las panaderías tuviesen las características de la de D. Benigno Hernández, la justa cruzada emprendida por la ciencia médica contra el consumo del pan no tendría razón de ser.



El pan que habitualmente comemos es un verdadero veneno, peor que el alcohol, peor que el tabaco; un

veneno que no mata, pero que es origen de multitud de enfermedades y causa de agravación de otras.

El pan, tal como se elabora en la panadería de D. Benigno Hernández, es un alimento sano, nutritivo, que cumple su misión como regenerador del organismo.

Harinas excelentes, elaboración mecánica pulcrísima, cocción perfecta, son la base de este pan maravilloso, de sabor exquisito, nutritivo, perfectamente asimilable.

La panadería de D. Benigno Hernández, única de su clase en Guadarrama y cuya fundación data de 1829, surte al Preventorio de Guadarrama, al de Tablada, al recientemente inaugurado (por cierto, con un éxito rotundo) Helios, al Hispano Americano, al de Valdesierra, a los hoteles, pensiones y restaurantes del pueblo y a la mayoría de los vecinos y la colonia.

No es grato dedicarle estas líneas y testimoniar nuestra simpatía al propietario D. Benigno Hernández y a su hijo D. Anibal, alma del negocio, al que dió el impulso ascensional, que es nota característica en todas sus actividades.



## D. BIENVENIDO MIRANDA

Base esencialísima de la alimentación es, en el Preventorio, la leche.

Pero si antes su uso era capitalísimo, ahora, desde que se ha implantado la Gota de leche, lo es mucho más. La fragilidad orgánica de los pequeñuelos exige extremar los cuidados en la elección de la leche que ha de constituir su único alimento.

Por ello es fuerza conocer la procedencia del líquido alimento desde su origen; saber las condiciones de sanidad del ganado, su alimentación, todas aquellas circunstancias que pueden influir en la eficacia nutritiva de la leche y traducirse en beneficio de los pequeños.

Esta certidumbre sólo puede adquirirse cuando el ganado está próximo al lugar del consumo y es fácil su inspección en todo momento, circunstancias que concurren en la ganadería del Sr. Miranda.

Su espléndida vacada, compuesta de magníficas reses seleccionadas con un cuidado exquisito, con una estabulación perfecta, produce una leche excelente de sabor exquisito, riquísima en principios nutritivos.

Y es en atención a estas excelencias por lo que el Sr. Miranda figura entre los proveedores del Preventorio, como también en atención a ellas provee otros establecimientos de igual índole y surte a gran parte del pueblo y a la Colonia veraniega de Guadarrama.

## D. FELIPE MIRANDA

En otra información que dedicamos al Sr. Miranda tuvimos oportunidad de señalar las condiciones excepcionales en que desenvolvía su comercio de pescados. Y hoy hemos de reiterar los elogios que en aquella ocasión le dedicáramos.

En el establecimiento del Sr. Miranda se presta una atención primordial a la cuestión limpieza, base esencialísima de todos los que se dedican al ramo de la alimentación.

Esta limpieza abarca no sólo la parte material, la instalación, que se halla a la vista del público, sino aquella otra de orden interior que escapa a la fiscalización de los compradores.

El Sr. Miranda atiende tanto como a la pulcritud del comercio a la calidad de los productos que expende, traídos directamente de los centros exportadores del Norte y del Sur de España, de las costas cántabras y de las andaluzas.

Y no olvida tampoco la variedad, teniendo siempre a la vista pescados de todas clases, desde las especies corrientes a las más delicadas y finas.

El Sr. Miranda es proveedor del Preventorio y de otra multitud de entidades públicas y privadas de esta naturaleza, y de las fondas, restaurantes, cafés y bares de Guadarrama.

## ALMACENES DE LAVAPIÉS

Los grandes Almacenes de Lavapiés, plaza de Lavapiés, 9, y Sombrerete, 1, son uno de los más importantes proveedores del Preventorio de Guadarrama.

Los Almacenes de Lavapiés no surten sólo al Preventorio de Guadarrama; sirven, además, a otros muchos establecimientos de índole análoga, en todos los



En los artículos que abarca es—tejidos en sus diversos aspectos—de los establecimientos mejor surtidos de Madrid y, desde luego, de los que ofrecen mejores calidades y mejores precios.

Atendiendo a estas condiciones se les designó como proveedores del Preventorio, cargo que desempeñan a entera satisfacción de sus elementos directores.

cuales han dejado y dejan su nombre comercial a idéntica altura que en aquél.

Los Almacenes de Lavapiés, popularísimos en Madrid, merecen la mención honorífica que nos complacemos en hacer de ellos, y que extendemos a su propietario, D. Luis Heras.



## LA BRASILEÑA

No por capricho, sino por exigencias de la realidad, la Brasileña ha hecho una nueva ampliación de sus locales; lo exigía el público que, forzosamente, no podía ser atendido como debiera, porque la aglomeración lo dificultaba.

Y está en vías de otra, convirtiendo la trastienda en tienda, porque ya tampoco cabe la clientela en los nuevos locales.

Pero, ¿qué es esto? Esto es que la Brasileña, como tras una mala capa se oculta un buen bebedor, tras su modesta presentación exterior, oculta un comercio de una importancia incalculable por sus existencias, y, lo que es más interesante, una nueva técnica comercial, que se aparta de los procedimientos rutinarios en uso.

No cifrar el negocio en operaciones a alto precio, sino en su multiplicación; dar siempre al público la verdad, no sólo en cuanto a precio, sino en calidades, y tener la atención de llamarle constantemente con una propaganda inteligentísima, son las normas de la Brasileña, Fuencarral, 94. Teléfono 15649.

Y estas normas, unidas a una seriedad comercial, nunca desmentida en treinta años de existencia, han hecho a la Brasileña acreedora a la confianza del público en general y a la predilección de todos los hoteles, preventorios, sanatorios y hospitales de categoría que existen en España y de la Brasileña se surten.

También ha contribuido poderosamente a tal resultado la cooperación de un personal, que sabe algo, que se olvida en muchos comercios: Dar al público el trato a que tiene derecho.

## D. JOSE CABALLERO

Dijimos que la alimentación que se da a los pequeños en el Preventorio es excelente, y ahora se manifiesta oportunidad para insistir sobre ello.

Leche superior a toda ponderación, carnes magníficas, pescado fresquísimo de las mejores clases, postres variados y de superior calidad, entre los cuales una fruta insuperable.

Naranjas finísimas, plátanos azucarados y aromáticos, manzanas fragantes, peras jugosas, fresas, higos; toda la inmensa variedad de frutas que España produce en sus diversas regiones pasa, según el tiempo, por la bien servida mesa del Preventorio.

Y es de ver la alegría con que los infantiles huéspedes del Establecimiento acogen la aparición de la fruta. Por obra del instinto—no tiene otra explicación—, los niños, de acuerdo con la ciencia, la prefieren a cualquier otro alimento, y más que comerla la devoran con una fruición y un deleite verdaderamente sibaríticos.

Claro es que esto depende también de la excelencia de la fruta que se les sirve; lo mejor que se produce: en sazón, ni verde ni pasada, algo exquisito, como no se presenta en la mesa del mejor hotel.

No se crea que llegar a esto es fácil. Entre enfermos y personal de oficinas suman por encima de doscientos los habitantes del Preventorio, y para servir a diario en condiciones la cantidad de fruta necesaria, precisa elementos de toda índole que no están al alcance de cualquiera: conocimiento de los centros de producción, precios del mercado, medios de transporte, personal apto, posibilidades económicas que permitan aprovechar las fluctuaciones en los precios; mil detalles que

sólo una larga experiencia del negocio permite poseer y utilizar eficazmente.

El proveedor del Preventorio, Sr. Caballero, Redondilla, 4, teléfono 70921, los reúne con exceso, y en el tiempo que sirve a la benéfica Institución así lo ha acreditado.

## D. SAMUEL CEBEIRA

"La Llave" es la ferretería más popular y acreditada de Madrid. La razón de este crédito y esta popularidad está en el hondo espíritu comercial de D. Samuel Cebreira que le lleva siempre a anticiparse a los deseos del público haciéndose de los mejores artículos y, dentro de ello, de lo más nuevo, de lo más elegante, de lo más útil que se produce en todas las manufacturas del mundo: nacionales y extranjeras.

Cebreira rompió el molde clásico de las antiguas ferreterías. Fué ampliando paulatinamente su radio de acción, y hoy constituye un bazar donde pueden encontrarse multitud de artículos que no habría posibilidad de encontrar en ningún sitio de Madrid.

He aquí una sintética relación de artículos que confirma la exactitud de nuestra afirmación: En "La Llave" pueden encontrarse baterías de cocina de esmalte y aluminio de las mejores marcas, herramientas, herrajes para obras, material eléctrico, llaves, candados y cerraduras de seguridad, estufas y cocinillas para alcohol, gasolina y petróleo, bastones para portiers, loza, cristal, cuanto, en fin, por muy raro que sea, se relaciona con el ramo de ferretería.

"La Llave" tiene un surtido tan extenso que acaso no haya otro almacén de su género que le iguale ni aun se le aproxime, sin que pueda dar idea, ni siquiera remota, de su contenido la exposición, Corredera Baja, 1, ni el despacho establecido en el número 2 de la misma calle.

## FLOMAR'S

Un nombre que no necesita presentación. Todo el mundo conoce la casa Flomar's, la sastrería más importante de Madrid; todo el mundo sabe que tiene unos locales magníficos, verdaderamente espléndidos, en la Av. de Eduardo Dato, núm. 8; todo el mundo ha admirado al hombre-ciclo, al singularísimo anuncio que Flomar's exhibe por las calles de Madrid.

Pero no todo el mundo sabe que los talleres de la casa Flomar's son de los más importantes de Europa por sus dimensiones, por las máquinas de que dispone, por el número de obreros con que cuenta y por la perfección de su mano de obra.

Teniendo en cuenta estas circunstancias, la Administración del Preventorio confió a la casa Flomar's la confección de los trabajos de su ramo, necesarios para el Establecimiento, y puede afirmarse que ha cumplido a entera satisfacción de sus elementos directivos.

Buen género, excelente confección y precios económicos han sido las notas características de los encargos, en los cuales Flomar's ha puesto calor de humanidad, teniendo en cuenta a quién iban destinados: niños humildes acogidos a la protección del Estado.

El hombre de corazón ha vencido al comerciante, y Flomar's se ha olvidado en esta ocasión totalmente de Mercurio, aunque, en definitiva, muchas veces, y ésta acaso sea una de ellas, el tener corazón resulta a la larga reproductivo.



## IZAGUIRRE Y PEREZ (sucesores)

La casa Izaguirre y Pérez es una de las más antiguas que en el ramo de coloniales existen en Madrid.

Puede decirse que dicho comercio de coloniales estaba en estado rudimentario cuando los señores Izaguirre y Pérez crearon su establecimiento.

Instalaciones, dependencia, artículos, todo era arcaico y estaba muy lejos del impulso progresivo que ya se sentía en otras capitales de Europa y aun de España.

Sin apartarse de normas de prudencia, los Sres. Izaguirre y Pérez abrieron nuevas rutas a su negocio, horizontes nuevos a sus actividades, y fueron ensanchándolas en armonía con las exigencias de los tiempos.

\* \* \*

Desde su fundación, la casa Izaguirre y Pérez logró un prestigio grandísimo, por la exquisita probidad de que hizo alarde en sus operaciones comerciales, tanto en relación con sus proveedores como con el público en general.

Este prestigio fué acrecentándose con los años, llegando a ocupar un puesto de honor entre las de primera categoría del ramo, sin que obscureciera su limpia historia profesional, en un periodo de más de medio siglo, la más leve sombra.

En esta escuela de austeridad, de respeto a los compromisos comerciales y de sumisión a los deseos del público, se inspiraron los sucesores de Izaguirre y Pérez, que dieron al negocio aún mayores amplitudes.

Y no solamente le dieron mayores amplitudes, sino que adaptándose al nuevo espíritu de los negocios aplicaron a sus operaciones, a su organización, todas las ventajas de la técnica comercial moderna.

\* \* \*

Actualmente abarca el comercio de productos alimenticios en su totalidad, pudiendo afirmarse que poseen un *stock* en el que están representadas todas las firmas importantes del mundo.

Para el despacho al por menor tiene establecidas en Madrid siete Sucursales: en las calles de Calatrava, 2; Santa Isabel, 34; Atocha, 78; Estudios, 9; Calatrava, 31; León, 23, y Goya, 15.

El comercio al por mayor está centralizado en el domicilio social, Amnistía, 7.

Desde su fundación, la casa Izaguirre y Pérez viene proveyendo al Preventorio, así como a la Fundación Caldeiro, Asilo de Ancianos Desamparados, Las Pequeñas, a la Aviación, al Grupo escolar Pardo Bazán, Gota de leche, Seminario, Congregaciones, Club Alpino, y mil más.

Y todas estas entidades no recatan su satisfacción por lo excelentemente que cumple la casa Izaguirre y Pérez (Sucesores) que, repetimos, no sólo ha mantenido la tradición gloriosa de sus fundadores, sino que ha dotado de nuevos prestigios al árbol de Guernica, marca bajo cuya denominación se fundó el comercio a que tenemos el gusto de dedicar este atributo.

## D. JOSE MALDONADO

Hay una dinastía de Maldonados en Madrid, toda ella destacada en el comercio y la industria de la capital.

Miembro preeminente de ella es D. José Maldonado, fundador y propietario del comercio de lanería y taller de colchonería de la calle de Leganitos, núm. 27, teléfono 13.888.

Es este comercio, en lo que se refiere a la primera materia, lanas, difícil, y requiere especiales conocimientos que sólo la práctica puede dar respecto a puntos de origen, calidades y precios.

Y luego viene otra parte también de cierta dificultad: la preparación de la primera materia para que el colchón, una vez confeccionado, reúna las condiciones precisas en todos los terrenos: desde el de la higiene al de la comodidad.

Todas estas circunstancias se dan en la lanería y taller de colchonería de D. José Maldonado.

Ello sirve de explicación a la constante y ascendente demanda del público de todas clases: el individual y el colectivo, si vale la palabra; las entidades de todo género que constituyen la clientela del Sr. Maldonado: Sanatorios, fondas, cuarteles, Congregaciones religiosas, hospitales, etc.

Entre ellos vamos a citar algunos de los que sin esfuerzo recordamos: "Academos", el gran Colegio; la Residencia de señoritas de la calle de Miguel Angel; los cuarteles de Guardias de Asalto de Madrid y Ciudad Real; los cuarteles de Artillería de varias regiones; gran número de hoteles y pensiones de los abiertos recientemente en la Gran Vía, y los Preventorios de Guadarrama y San Rafael, que motivan estas líneas.

El Sr. Maldonado cuenta hoy para su labor con una cooperación inapreciable: la de su hijo D. Mariano, que aporta al trabajo el esfuerzo y el entusiasmo de la juventud, y que seguramente seguirá las tradiciones de probidad e inteligencia de su padre, manteniendo y aumentando los prestigios de su firma comercial.

## MANTEQUERIAS ARIAS

El mayor elogio que puede hacerse de un producto alimento es que esté adoptado en el Preventorio.

Por la índole especial del establecimiento, por los fines que persigue, los alimentos que en él se consuman han de ser inmejorables en todos los órdenes, y, por otra parte, el celo de sus elementos directivos somete a un examen riguroso estos artículos para tener la certidumbre de que reúnen las condiciones precisas.

Este es el motivo de que las Mantequerías Arias sean proveedoras del Preventorio desde su fundación; la excelencia del artículo, que no puede decirse es cada vez mejor porque hace largo tiempo llegó a un grado de perfección insuperable.

En efecto, las Mantequerías Arias producen una manteca exquisita. Su base es la leche de las vacas de Asturias, el país de más abundantes y mejores pastos de España, las reses que dan una leche más sabrosa entre todas las ibéricas.

Dada la fabulosa cantidad del precioso líquido que la fábrica consume a diario, para atender a este consumo la Casa Arias tiene organizado un sistema que le permite recoger diariamente la leche necesaria, sea cualquiera su punto de producción dentro de la comarca.

Una extensa red de puestos proveedores, que se aproximan a doscientos, cubre el Principado, encargándose de la adquisición de la leche de aldeas, caseríos, fincas particulares, etc., etc.

Y luego, merced a una organización de transporte,



en la que figura como base numerosos camiones propiedad de la Casa, rápidamente, sin pérdida de momento, el precioso líquido es recogido y transportado a la fábrica para ser en el acto transformado en manteca.

Es decir, en el acto no, porque esta leche ha de sufrir un análisis previo que acredite su pureza y sus condiciones para transformarla en manteca.

Demostradas éstas, pasa a la fábrica, que es un prodigio de modernidad, sencillez y limpieza, superior a cuanto pudiera imaginar la persona más pulcra.

Para hacer al gran público una demostración palpable de ambas cosas, la Casa Arias instaló hace algunos años una fábrica en miniatura en la Exposición celebrada en el ex Palacio de Hielo que mereció entusiastas elogios.

Las Mantequerías Arias, que abrieron en España el camino a esta industria, que expulsaron del país a los productos similares extranjeros, son modernas y perfectas hasta en la presentación del artículo.

Se expende, como todo el mundo sabe, en estuches admirablemente preparados para el transporte y la conservación; cuyos estuches, a fin de impedir que se expenda género atrasado, llevan la fecha de la elaboración del producto.

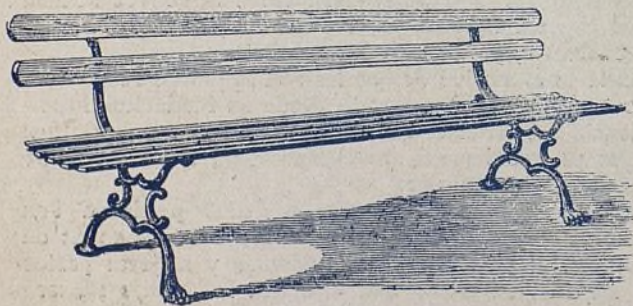
Las Mantequerías Arias, independientemente de las infinitas entidades a quienes sirve, tiene establecido en Madrid, en la calle Mayor, núm. ..., un despacho al público, para el que no da abasto el numeroso personal de que dispone.

Las Mantequerías Arias han obtenido recompensas múltiples en cuantos certámenes se presentaron; han merecido informes laudatorios de infinidad de entidades. Unan a ellos estas líneas, testimonio del agradable suministro del Preventorio Infantil de Guadarrama.

### MAS BAGA, S. A.

Hemos hablado en la información precedente del parque admirable que rodea al edificio del Preventorio, donde los niños pasan las horas más felices de su estancia (fuera, naturalmente, de las que transcurren en el comedor).

Y hemos de decir que el parque, bello siempre, lo es más cuando se cubren de hojas los magníficos árbo-



les, que son ornato del encantado recinto, cuando dan la protección de sus frondas en los días calurosos del verano.

Entonces los chicos, como bandada de pájaros, enloquecidos por la caricia del ambiente, corren, saltan, gritan hasta rendirse, hasta buscar el refugio del banco donde sentarse, la mesa donde apoyar los codos, reposando de sus diabluras.

El parque está acondicionado para ello. Cuenta con bancos firmes, con mesas sólidas, capaces de resistir los embates de los pequeños.

La casa Mas Bagá, de Barcelona, la misma que hizo la instalación de las admirables cocinas del Preventorio, la constructora de las más perfectas salamandras que se fabrican en el mundo, produce también a la perfección estos artículos para jardín, bellos, sólidos, ele-



gantes y de una resistencia indefinida a las influencias atmosféricas.

Cumpliendo esta vez un deseo que no pudimos realizar en otra información dedicada a esta misma casa, reproducimos alguno de los infinitos modelos que en esta especialidad manufactura, y recomendamos una visita a su Sucursal de Madrid, Hortaleza, 18, donde tiene instalada una admirable exposición.

### D. PEDRO RANZ

Una de las notas más simpáticas y conmovedoras que se registran en el Preventorio es la instalación de un magnífico aparato de radio que ameniza a los pequeños.

Hay que ver con el regocijo que le oyen, con la alegría que le aplauden cuando la audición es asequible a su inteligencia y a su sensibilidad, y se dan cuenta de lo que significan la palabra o la música, que también la música, más que la palabra, tiene su significado.

Ciertamente el aparato es magnífico. Da una sensación de realidad perfecta. Música, canciones, recitado, parece que no pasan por el tamiz de las ondas ni del aparato; que se está oyendo materialmente orquesta, cantantes, actores.

Un aparato que honra a la casa que lo vendió, que lo construyó, que lo instaló; un aparato insuperable, que no falla jamás, que siempre es claro, que elimina las ondas que pudieran estorbar que su emisión fuera perfecta.

No podía tampoco ser de otro modo, dada la casa que lo suministró y lo instaló: la casa de D. Pedro Ranz, Atocha, 37. Teléfono 13.398. Madrid.

En el tiempo que lleva establecido—cinco años—, la casa Ranz logró un puesto de preferencia entre los de su ramo como constructor inteligente, como vendedor hábil, como comerciante de contrastada probidad.

Cuantos aparatos construyó, vendió y montó dieron resultados admirables, y en artículos propios para la radio constituyó un stock que acaso no supere otro del gremio en Madrid.

Por todas estas circunstancias, y por la de haber hecho la instalación de referencia, la casa Ranz tiene un lugar que gustosos se lo asignamos.



## MENENDEZ VALDES, S. L.

### EL CARBON ES LA BASE DE LA VIDA DEL PREVENTORIO

El factor más importante de la vida en el Preventorio es, indudablemente, el carbón.

No es necesario esforzarse para demostrarlo. En invierno, las bajas temperaturas que se registran en la Sierra le hacen indispensable para la templanza de los diversos edificios que componen el Preventorio, y que resultarían inhabitables a no ser por la calefacción instalada en ellos.

En algunas ocasiones, que por deficiencias de instalación se interrumpió por momentos el servicio, ha podido comprobarse la exactitud de este aserto, pues pequeños y grandes, acogidos y personal, han pasado verdaderas molestias.

En verano, aunque no en tan gran escala, el carbón es también elemento indispensable para las cocinas,

para el servicio de baños, para el de lavado y plancha, etc., etc.

En toda época, pues, como decimos antes, el carbón es base de la vida del Preventorio, en tanta cuantía como los alimentos, como las mismas medicinas. Un carbón malo, que no reúne las condiciones necesarias, es una perturbación que alcanza a todos los órdenes y trastorna todos los servicios.

Se necesita un carbón sin escorias, un carbón de muchas calorías, un carbón de perfecta condiciones de combustibilidad; un carbón, en fin, en que pueda confiarse no perturbará con su mala combustión, con su escasa fuerza, con su exceso de residuos el funcionamiento de cocinas y calderas.

### COMO HAN DESAPARECIDO LAS DIFICULTADES QUE EXISTIAN

Tras algunos tanteos, el Preventorio ha hallado este carbón. Y todas estas dificultades han desaparecido, estableciéndose una verdadera normalidad en cuantos servicios dependen del combustible.

Corre el suministro de éste a cargo de un comerciante cuyo nombre ya es por sí solo garantía de bondad en los productos: el Sr. Menéndez Valdés, antiguo almacenista de carbones, de merecido prestigio y justa autoridad en este ramo del comercio.

El Sr. Menéndez Valdés es no sólo un profundo conocedor del artículo, un técnico en la materia, lo cual

le permite apreciar el valor de los productos y atenerse en sus compras a los que reúnen condiciones, sino un comerciante de espíritu excepcional, por cuanto prefiere siempre la calidad al precio, y sus competencias son a base de buen artículo, no de mal precio.

Las mejores minas de carbón de España son proveedoras del Sr. Menéndez Valdés; los mejores carbones que de ella salen constituyen su "stock", y, por tanto, está en condiciones de superioridad, por lo que hace a calidades, respecto a todos los almacenes de España.

### EL DILATADO RADIO DE ACCION DEL SR. MENENDEZ VALDES

El Sr. Menéndez Valdés tiene sus almacenes en Villalba, junto a la estación, en una serie de edificios perfectamente acondicionados, donde los carbones no pierden ninguna de sus cualidades, pues, aunque parezca extraño, las condiciones de almacenaje de este artículo influyen en su resultado.

Excesiva humedad, demasiado calor, lluvias, vientos, todo contribuye a que sea mejor o peor.

A pesar de ello, el Sr. Menéndez Valdés no está totalmente satisfecho y aspira a mejorarlos, a ampliarlos, a organizarlos en forma que respondan mejor a su deseo de simplificar y acelerar el suministro.

Para ello tiene en estudio nuevas construcciones que vengán a complementar o suplir las existentes, cuyas obras aspira emprender en breve plazo.

El Sr. Menéndez Valdés extiende su radio de acción a toda la Sierra, a Madrid y a las provincias limítrofes.

Sirve a hoteles, preventorios, sanatorios, cafés, restaurantes y bares de toda la región. Y sirve rápidamente, pues dispone de camionetas de transporte que le permiten poner inmediatamente los artículos en poder del comprador.

Dispone también, y ello es interesantísimo para la buena marcha del negocio y el perfecto servicio de la clientela, de un personal antiguo, seleccionado y que dió repetidas pruebas de su pericia y su adhesión a la entidad a cuyas órdenes trabaja.

El Sr. Menéndez Valdés es proveedor del Preventorio del Guadarrama, donde, como antes decimos, ha acreditado la calidad insuperable de sus carbones. Y ha acreditado, además—es decir, no lo ha acreditado, ha confirmado—, sus dotes de seriedad, exactitud y probidad comerciales.

### DONDE ESTAN LAS OFICINAS DEL DEPOSITO

Las oficinas del depósito se hallan en el mismo local. Y al frente de ellas se encuentra una hija del señor Menéndez Valdés, bellísima, inteligente y amable, que secunda con toda eficacia las iniciativas y la acti-

vidad del Sr. Menéndez Valdés.—El teléfono de la oficina es el núm. 69, Villalba, y una llamada bastará para que inmediatamente, en horas, pueda servirse el pedido que solicite.



## MITOLOGIA

## JUNO, MINERVA Y APOLO

**Juno, en griego Hera, personificación de la santidad conyugal.**

Juno, la de los brazos blancos, es la esposa fiel, pero gruñona, de Júpiter. De carácter altanero y vengativo, está con gran frecuencia ocupada en perseguir con su odio a las amantes terrenales de su real esposo y a los hijos de las mismas. El Olimpo mismo está a menudo turbado con el ruido de su cólera. Enemiga de las costumbres disolutas, preside el casamiento de las muchachas, conduce a la desposada hasta el umbral de la cámara nupcial y dirige también los nacimientos. Es la personificación de la santidad conyugal. Asociada a la soberanía de Júpiter, ejerce, como él, una acción todopoderosa sobre los fenómenos atmosféricos. La unión de estas dos divinidades es el símbolo de la naturaleza de sus tempestades, y la fecundidad del universo se encuentra de nuevo en la vida mítica de la pareja divina. Adorada principalmente en las ciudades austeras, Argos, Micenas, Esparta, Juno tiene horror, naturalmente, a los pueblos afeminados, y, por el contrario, llega a ser la diosa nacional del pueblo romano.

Se le sacrificaba ordinariamente una oveja de poco tiempo o una cerda; jamás una vaca, porque durante la guerra de los Gigantes contra los dioses, se había ocultado en Egipto bajo esta forma. El vocinglero pavo era su ave favorita.

**Minerva, en griego Atenea, es "La Virgen" por excelencia.**

Desde que se había tragado a Métis, su primera esposa, sufría Júpiter crueles dolores de cabeza. No pudiendo ya resistirlos, rogó a Vulcano, su hijo, para curarlo, que le aseptase un violento hachazo. Entreabierto el cráneo, dió paso a Minerva, que brotó del cerebro del dios, ornada de casco y con la lanza en la mano, rápida e impetuosa como el relámpago y con el entusiasmo del que es la imagen.

Minerva, diosa eminentemente inteligente, es al mismo tiempo una divinidad guerrera y pacífica: porque de la guerra victoriosa es de donde sale la paz. Diosa de la guerra, se complace en las combinaciones prudentes e inspira a los héroes el valor tranquilo y reflexivo.

Diosa de la paz, protege las artes manuales y los trabajos del campo, inspira a las mujeres que tejen la tela, a los artesanos y a los artistas de todas clases, a los obreros de la inteligencia humana: filósofos, poetas y oradores. Con este título, es también la imagen perfecta de la raza helénica, raza activa, industriosa y tan profundamente artista. Es la Virgen por excelencia aquella a quien los atenienses han dedicado sobre su Acró-

polis el templo del Partenón, es decir, de la Virgen, y en honor de la cual se celebraba cada cuatro años la fiesta deslumbradora de las *Panateneas*.

El nombre de *Pallas* (Palas) que lleva juntamente con el otro, le viene del Gigante que mató con sus propias manos al venir en socorro de Júpiter, de quien era la hija preferida. Sobre el pe-



**CRONOS DEVORANDO A SUS HIJOS.**—Para evitar el ser destronado por sus hijos, Cronos, esposo de Rhea, la Tierra, no encontraba nada mejor que devorarlos. Sólo se le escapó uno, Zeus Júpiter, que una vez formado, arrojó a su padre del cielo.

cho de la diosa estaba sujeta la famosa *égida* (viene de una palabra griega que significa cabra), que estaba hecha de la piel de la cabra Amaltea: recubriendo el broche la cabeza horrorosa de la Gorgona Medusa, rodeada de serpientes.

El pájaro consagrado a Minerva era el mochuelo, sin duda porque la mirada del mochuelo atraviesa las tinieblas de la noche, como la inteligencia penetra a través de la obscuridad de las cosas.

**Apolo o Febus, en latín como en griego, era el más hermoso de los dioses.**

Apolo, hermano gemelo de Diana, es el hijo de Júpiter y de Latona, la hija del Titán Ceus. Nació en la isla de Delos, que Neptuno hizo surgir de las olas en medio del archipiélago compadecido de la Titanida, a quien la Tierra, por orden de Juno, no quería dar ningún asilo.

Apenas salido Apolo de los brazos de su madre, Latona, mata a flechazos a la serpiente Pitón, que la celosa mujer de Júpiter había suscitado contra Latona.

De la piel de esta serpiente es de lo que está recubierto el tripode en el que se sentaba la Pitonisa de Delfos para dar sus oráculos, y fué para perpetuar el recuerdo de esta victoria de Apolo niño por lo que los habitantes de Delfos instituyeron en su ciudad los *Juegos Píticos*, que celebraban cada cuatro años.

**Fué desterrado por su padre Júpiter.**

Apolo era el más hermoso, el más radiante de los inmortales, y esto le valió ser el dios del día; pero antes tuvo que sufrir—a causa de ello—un largo destierro en la Tierra. Había atravesado con sus flechas a los Ciclopes, culpables, a sus ojos, de haber forjado el rayo, del cual se había servido Júpiter para herir a su hijo Esculapio. Huído cerca de Admete, en Tesalia, guardó los rebaños de ese rey hasta el día en que Júpiter le restableció en todos los derechos de la divinidad y le encargó de derramar la luz sobre toda la superficie del globo.

Apolo no es propiamente el Sol. El Sol es uno de los Titanes, y se llama Hyperión. Apolo es el dios conductor de su carro. En esta función toma el nombre de Febo (Foebus); es decir, el brillante. Dios de luz y del calor, vivifica a todos los seres, hace germinar y madurar los frutos y las cosechas, pero también bajo los ardores de la canícula los deseca, y sus flechas temibles dan la muerte. Es también el dios que mata, el dios de los ejércitos, siempre fuerte y victorioso. En cambio, es el que destruye los miasmas y purifica la atmósfera; es, pues, el que lo cura todo: el gran médico, padre de Esculapio. Este poderoso purificador del cuerpo borra igualmente la mancha de las almas cuya hermosura restablece ante los dioses; a él es a quien imploran los criminales arrepentidos: calma la agitación de los pensamientos humanos y dulcifica los instintos. Es entonces cuando se le conoce bajo el nombre de Apolo, el dios de la armonía, de la música y de la inspiración; el dios jefe de las Musas, el dios profético que inspira a sus sacerdotisas en Delos, en Tenedos, en Claros, en Patara, en Cuma, en Roma, sobre el monte Palatino, donde Augusto, que tenía por este dios una devoción particular, le dedicó un templo, pero sobre todo en Delfos, en donde su templo es el más hermoso, el más rico y el más renombrado de todos. Es a él a quien se consulta para fundar una ciudad o una colonia como para estatuir leyes, mezclándose, sobre todo en Grecia, en los actos más importantes de la vida pública.



# UN VIRAJE A FORTUNADO

Por EDUARDO HERRIOT, ex Presidente del Consejo de Ministros francés.

## PREFIERO EL HITLERISMO DECLARADO

La época actual no deja de causarnos algunas preocupaciones. El hitlerismo desencadenado conjuga sus esfuerzos con un fascismo que se ha hecho anacrónico. Es hora de defender la democracia, amenazada por ciertas ambiciones personales. A decir verdad, prefiero, por mi parte, el hitlerismo declarado, con sus violencias, a ese hitlerismo subterráneo, que resultaba mucho menos evidente para la opinión y que hacía los diagnósticos mucho más difíciles. Recuerdo algunos de nuestros congresos radicales, en que la prudencia de los antiguos se oponía a la temeridad de ciertos jóvenes. Se nos reprochaba el no conceder suficiente confianza a la socialdemocracia o al catolicismo de ese buen señor Bruning, por el que los anglosajones se volvían locos. La hora de la verdad ha llegado. La socialdemocracia, el catolicismo, no se han defendido un solo momento, y asistimos hoy en día a una contracción de Alemania (como antes de 1815) alrededor de un gobierno que espera suprimir en provecho del pangermanismo todas las libertades: libertades de los Estados, libertades de los individuos.

Esta vez la evidencia es cegadora. Estoy muy lejos de arrepentirme de los artículos en que estos últimos años dejaba entrever esta revolución.

## UN HECHO FORMIDABLE

¿Es un motivo para desanimarse? No. A mi parecer, de ninguna manera. Temía infinitamente más el equívoco de la situación anterior, que la nitidez de la situación presente. Inglaterra, por ejemplo, dudaba en tomar partido por Francia. Se la sentía vacilante y recelosa. Nos empujaba incesantemente hacia peligrosos compromisos. Ha intentado recientemente convertirnos a ese extraño pacto de los cuatro, que, si hubiese sido aceptado en su forma primitiva, nos hubiese hecho perder la amistad de Polonia y de la Pequeña Entente, hubiese echado a Rumania en los brazos de Hitler, sin hacernos ganar nada del lado de Alemania o de Italia, que quieren, la una el corredor polaco y la otra, por lo menos, lo que llamaré la albanización de Croacia. Y a propósito de eso, ¿puede creerse ahora que hice mal en firmar ese pacto de no-agresión francoruso, por el cual los delegados polacos de todas las opiniones fueron hace pocos días a darnos las gracias en la Cámara?

La última sesión de los Comunes ha sido un hecho formidable y afortunado. Bruscamente, como levantada por una indignación unánime, la opinión británica se ha despertado. Desde el mayor Atlee a sir Austen Chamberlain; desde el mayor Nathan a Mr. Winston Churchill; desde el general Spears al coronel laborista Wedgwood, todos los oradores han hablado en el mismo sentido y condenado la revisión de los tratados como la peor de las aventuras.

Se respira. El pacto de los cuatro, que por mi

parte he combatido en nombre del derecho de los pueblos a disponer de sí mismos, ha naufragado. Y la vigorosa democracia británica ha comprendido perfectamente lo que se escondía bajo el sofisma de la revisión de los tratados.

## ALEMANIA NO SE EQUIVOCA CASI NUNCA AL CALCULAR LOS ELEMENTOS TECNICOS DE LOS PROBLEMAS. SE EQUIVOCA CASI SIEMPRE EN LA EVALUACION DE LOS ELEMENTOS MORALES

A mi parecer, es un notable viraje. Relativamente, por lo menos, facilita nuestro trabajo en el momento en que vamos a reunirnos en Washington para buscar soluciones al paro, a la anarquía económica, al desorden de las tarifas, de los precios y de las monedas, dentro del espíritu que dictaba a M. Walter Lippmann esta frase: "El mundo debe volver al trabajo, o bien irá a la guerra." Se nos anuncia que el embajador de Alemania en Londres va a hacer enérgicas observaciones ante el Foreign Office relacionadas con el debate de los Comunes. Estemos seguros de que Inglaterra sabrá defender la libertad de sus deliberaciones. Es una nueva plancha añadida a tantas otras. Los parlamentarios ingleses no aceptarán el control de los nazis. Y además, es innegable que no se desafia impunemente a Israel. Hitler llegará a saberlo. Por su parte, España republicana acaba de expulsar a un profesor alemán que se dedicaba a la propaganda para los nazis.

Sin conmovernos, dejemos que en Alemania se acentúe la fiebre día tras día y que organice para el 1.º de mayo una ceremonia de Walpurgis sobre la meseta de las danzas de brujos. Dejemos a los estudiantes perseguir al liberalismo, afirmar la estúpida y bárbara teoría racial, reclamar en las bibliotecas la exclusión de todo lo que no es específicamente alemán. Nos enteramos de que "el 10 de mayo de 1933, todas las obras subversivas serán arrojadas a las llamas en todas las Universidades y Altas-Escuelas". La misma opinión italiana nos parece algo desorientada por el exceso de amor que le testimonian los señores von Papen y Gœhring. Aposémos a que no tardará en inquietarse, y con motivo, si el Sr. Gœhring realiza su proyecto de constituir una formidable aviación alemana. ¿Y cómo no estaría preocupada con el Anschluss? La socialdemocracia austriaca se conmueve. Me extrañaría mucho si el Sr. Luther, cuyo espíritu de reflexión y prudencia he podido apreciar en Londres, no hiciese para sus adentros ciertas reservas.

En todo caso, si los acontecimientos recientes provocan la reunión, la concentración en el mundo de todos los elementos democráticos y liberales, si obran en común para oponer a la violencia la razón, la justicia y la paz, es un viraje afortunado, a mi parecer, que se habrá realizado a pesar de ciertas apariencias.



## VOCES INTERNACIONALES

*Cada día, las trabazones internacionales son más numerosas y más fuertes. Las repercusiones internacionales de los actos y de las palabras nacionales son cada vez más numerosas. Conviene estar atentos a esas voces, a esas quejas, a esas afirmaciones, a esas luchas de egoísmos nacionales y de retrocesos raciales, para que la conciencia de nuestras mujeres pueda evolucionar al compás de los acontecimientos exteriores. Evolucionar, pero siempre al servicio de los grandes ideales de justicia y de humanidad. Con ese fin abrimos esta sección de Voces internacionales, en las que trataremos que se oigan las voces más autorizadas del mundo.*

## MAS DE 100 MILLONES DE HOMBRES DEFENDERAN EL "DERECHO DE LAS NACIONES"

La unión de los pequeños puede imponerse a los grandes. Así se impuso la democracia entre los hombres. Así se impondrá también entre las naciones. La reacción contra la tentativa de fuerza Hitler-Mussolini había sido inmediata, pero faltaba la declaración tajante y categórica de las pequeñas naciones amenazadas. El Sr. Titulesco es el alma de esa unión contra el Directorio de los Cuatro que se intentó. Ministro de Estado de Rumania, de la estirpe de los grandes diplomáticos constructores; flexible y enérgico a la vez, ha hecho unas declaraciones terminantes, en nombre de Polonia, Rumania, Checoslovaquia y Yugoslavia, que conviene señalar y retener por su repercusión en la política internacional:

### Importantes declaraciones del Sr. Titulesco.

"Ya he dicho que hay acuerdos entre cuatro que saludo con alegría y que considero como saludables. Esos acuerdos son los que se refieren exclusivamente a las cuestiones que preocupan a las grandes potencias. Nos agradaría que se allanasen, por vía de acuerdos, las divergencias actuales entre Francia, Alemania e Italia.

"Pero hay acuerdos entre cuatro que consideramos como inadmisibles y que nunca reconoceremos. Esos acuerdos son los que podrían disponer de los derechos de los demás para decisiones directas, o bien indirectamente por una presión ejercida sobre las pequeñas potencias.

"Las citadas pequeñas potencias han

obtenido después de la guerra el sufragio universal en las relaciones internacionales. Por nada del mundo se dejarían arrebatar el derecho de igualdad que forma la base de la Sociedad de Naciones.

"Por tanto, un acuerdo entre cuatro que pudiese constituir un Directorio que sirviese a disponer de nosotros sin nosotros; que se vería llamado a substituir al organismo legal creado por los Tratados de Paz; que se intentaría substituyese igualmente a los procedimientos de la Sociedad de Naciones, nunca tendrá nuestro consentimiento. Será para nosotros una *Rex inter alias*.

"Tengo la convicción de que un acuerdo de esa especie no es posible y no se realizará nunca."

## LA VOZ DE FRANCIA, SERENA Y HUMANITARIA

La ha dejado oír, en Orange, el presidente del Consejo francés, Sr. Daladier, siempre serena y humanitaria.

"Mientras se desarrollan con una prudente lentitud los debates de la Conferencia internacional del Desarme, son numerosos los que piensan que triunfará en ciertos países un nacionalismo exasperado. ¿Asistiremos entonces a la nueva guerra de las monedas, viniendo a añadirse a la larga guerra de las tarifas? Y en un mundo trastornado que no parece tener otra norma que las contradicciones económicas, los pueblos inquietos, añadirán nuevos armamentos a los que cada año les cuestan ya más de 100.000 millones de francos por año.

Me parece que Francia, en lugar de ceder a sentimientos de temor indignos de su genio, puede y debe de mirar, enfrente de su clara mirada, todos los acontecimientos de apariencia desconcertante

que se extienden como las olas del mar. Es necesario que se conserve el sentido de lo universal, y que mantenga también el gusto innato de la medida, del orden y de la estabilidad. Las conferencias internacionales no son a veces sino la palestra donde chocan los egoísmos nacionales. Por nuestra parte, estamos persuadidos de que si muy a pesar nuestro debiésemos de replegarnos nosotros también al interior de nuestras fronteras metropolitanas y coloniales, podríamos también como otros pueblos, si no es mejor, resistir a la tormenta.

Tenemos, sin embargo, la certidumbre de que únicamente métodos de sincera colaboración internacional pueden extirpar las raíces de los males que sufren los hombres; someteremos nuestro programa a la Conferencia económica de Londres, defenderemos en Ginebra las ideas que hemos expuesto tan a menudo

sobre los medios eficaces de un desarme real y real gracias a un control preciso, técnico y presupuestario, que implique, por lo menos, la vigilancia estricta, y, a ser posible, la supresión de la fabricación y del comercio privado de armas.

Por la acción, por las reformas, por una política exterior de clarividencia, de razón, obtendremos que Francia continúe siendo la más humana de las patrias de un mundo en que las violencias ha hecho bruscos progresos. La obra es lo bastante noble para que, desdiciendo las querellas subalternas, los republicanos le reserven todas sus fuerzas y todo su pensamiento."

### "LIBRO PERSONAL PEZZI"

Libro destinado al niño que nace, para anotar todas las circunstancias de su vida, dividido en cinco partes, con artículos de Maraño, Zamacois y otras ilustres personalidades

**PEZZI**

- 1.ª parte. Antecedentes familiares
- 2.ª » Historial clínico (datos patológicos y terapéuticos)
- 3.ª » Labor útil (estudios, obras realizadas, etc.)
- 4.ª » Memorias íntimas
- 5.ª » Album fotográfico

Los pedidos a su autor: Gustavo Pezzi - Príncipe, 14, 2.º - MADRID

Ayuntamiento de Madrid

**CASA REQUEJO**

FUENCARRAL, 15

**SOMBREROS**

**PIELES**

La mejor surtida y los  
precios más módicos



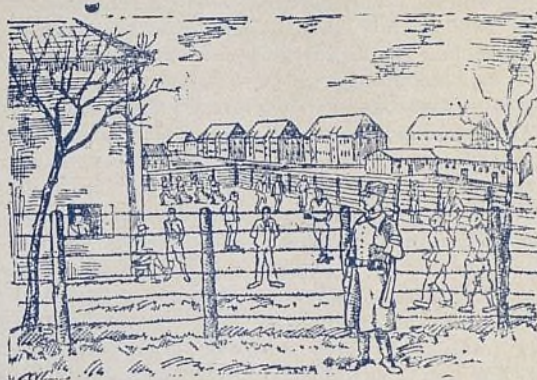
## ME ENCUENTRO PROFUNDAMENTE DESORIENTADO

Por FRANCESCO NETTI, ex Presidente del Consejo de Ministros italiano

### AISLAMIENTO, ANTIPATIA, ADVERSION

Nadie con buena fe puede decir que no siento simpatía por Alemania. Después de la guerra, he sido el primer jefe de gobierno que haya reconocido los errores de los tratados de paz, y he escrito varios libros referentes a esto.

Y ahora, después de la dictadura de Hitler, después de las persecuciones brutales y sangrientas contra los judíos y contra todos los partidos que se llamen marxistas, me encuentro profundamente desorientado. Me pregunto si en interés de la civilización hay una gran ventaja en dar a la Alemania nazi sus territorios de la frontera oriental e incluso el Sarre, y si después de lo que Hitler ha dicho de los negros y de las razas pretendidas inferiores, si hay alguna ventaja en devolver a Alemania sus colonias de antes de la guerra. El método nazi, la brutalidad y la violencia, han desconcertado a todos los espíritus y sobre todo a los



(Croquis de un republicano que ha pasado a Suiza)

EL CAMPO DE CONCENTRACION DE HEUBERG.—Donde 1.750 marxistas, sobre todo comunistas, están guardados a la vista de los centinelas hitlerianos, armados como los soldados de Reichwehr. La existencia de los prisioneros políticos es la que conocen bien los prisioneros de guerra. Por la noche paséanse las luces de los reflectores sobre los alambrados, y los centinelas han recibido orden de disparar sobre todos los que hagan una tentativa de evasión. Pronto los prisioneros serán ocupados en grandes trabajos de utilidad pública.

amigos de otros tiempos.

El día en que Hitler ha escrito que Francia es la enemiga eterna de Alemania y que Francia se ha convertido en la protectora de los negros y de los judíos, no ha comprendido qué pedestal de grandeza ha elevado a la nación francesa. Si es verdad que Francia protege a los negros y en ella no hay antisemitismo, es cierto también que Francia se encuentra rodeada hoy en día de una nueva gloria.

No creo en la filosofía de Marx, y soy antimarxista: incluso estoy convencido de que no se verificará ninguna de las previsiones de Marx. Pero las persecuciones contra los marxistas son tan estúpidas como inútiles.

Dudo de que con estos procedimientos se pueda dar a un país el poderío; únicamente se le procura el aislamiento, la antipatía y la aversión; también una mayor miseria y un mayor depresión.

### EL PARAISO DE LAS MUJERES

Es, indiscutiblemente, la tribu de los Bijogos, en las islas Bisagos, no lejos de la Guinea portuguesa. Los portugueses continúan siendo alegres, y sus colonias también. Véase la muestra.

El patriarcado reina tan plenamente en esta amazonia, que son las mujeres las que piden la mano de los hombres para casarse. Pero nada de ceremonia oficial y prescrita; los padres en este paraíso femenino no tienen que intervenir para nada. La preopinante, habiendo echado la vista sobre un hombre, se lo comunica de una manera substancial colocando delante de su choza una copa de arroz.

En cuanto el futuro elegido percibe esta llamada al apetito, sabe que es aceptado. ¿Para un casamiento formal? Nada de eso, para un casamiento a prueba. Nunca el epíteto de domésticas ha convenido mejor a las alegrías que esperan al futuro. Antes de quedarse con él definitivamente, su prometida desea saber si reúne todas las cualidades requeridas para hacerla dichosa. Ocho días le bastan generalmente para darse cuenta de las disposiciones maritales del elegido.

### PELUQUERIA DE SEÑORAS ROSSY

ESPECIALIDAD: ONDULACION PERMANENTE Y TINTES. - (MANICURA)

Paseo de Recoletos, 8 - Teléfono 59545 - MADRID



## FAJAS

# "CAUCHO IDEAL"

### LAS MAS ELEGANTES

### LAS MAS HIGIENICAS · LAS MAS ECONOMICAS

### GARANTIA UN AÑO

### CATALOGOS Y ENVIOS A PROVINCIAS

## HUERTAS · 42 · Teléfono 75282 · MADRID

Si queda satisfecha de este prematrimonio, coloca delante de la choza del elegido una nueva copa de arroz, y el buen bijogo tiene derecho a franquear por segunda vez el umbral de la casa conyugal, donde permanecerá tanto tiempo como su esposa tarde en expulsarle. El arroz y las gracias de la bijogota encantan al bijogo, el cual puede gritar con orgullo al coro de las restantes pretendientes: "Probarme es adoptarme."

Pero compadeced la suerte de los varones de esta isla de amazonas: les está prohibido hacer la corte o proponer el matrimonio a las mujeres que no los han elegido, pues en seguida se verían expulsados del país.

Nuestra época, que pasa por ser particularmente audaz y adelantada, tiene un aspecto inocentón y virginal al lado de esta secular tradición africana. No es de los blancos, sino de los negros, de donde nos viene la civilización más atrevida.



## PINCELADAS

## LUCHA LIBRE DE MUJERES

Hace poco hemos tenido el espectáculo nuevo de una lucha libre de mujeres. Hay que inventar algo en beneficio de la taquilla, ¿y qué cosa mejor, para cierto público, que cuerpos desnudos de mujeres en la dura promiscuidad de una lucha brutal?

Fuí para verlo. Para ver al público y para ver a las luchadoras. ¡Qué hermoso espectáculo este último! Mujeres jadeantes; cuerpos sudorosos; pechos oprimidos y resbalantes; músculos dolorosamente crispados bajo las presas codiciosas; ojos convulsos; carne de hembras brutalmente apresada retorciéndose en medio de una pista. ¡Qué hermoso espectáculo!

Y del lado de los espectadores, ¡más hermoso todavía! La pasión, la vida, la elegancia del cuerpo humano, el arte, eran lo de menos. Palabras que no quiero calificar; exclamaciones de pitecantropo; llamadas lúbricas. De todo oí, de todo vi.

Fuerza, músculos, brutalidad. No, mujeres, ese no es el camino. Dejad a los hombres el privilegio de divertirse luciendo sus proezas en puentes y presas.

¿Deportes? Sí, pero sin la preocupación mórbida del record.

¿Ejercicio físico diario para mantener el cuerpo en hermoso equilibrio? Indispensable, pero sólo para

nuestra salud y la de nuestros hijos, sin aspirar a luchadoras.

La mujer no debe distinguirse por el músculo. No debe de reivindicar su puesto por la fuerza. No debe alcanzar el triunfo por la violencia material. No debe competir con el hombre en ese terreno de la sinrazón. Su sistema nervioso y su sistema circulatorio no están preparados ni tienen el equilibrio necesario, y aunque lo tuvieran, la mujer debe distinguirse y debe triunfar sólo por lo que es: por ser mujer, por sensibilidad, por delicadeza, por fina intuición, por inteligencia despierta, por voluntad diestra y audaz.

Si queremos conseguir pronto nuestros anhelos, será conservando y desarrollando lo que nos dió la Naturaleza. El terreno es vastísimo: todo lo que no es fuerza, sino ciencia; todo lo que no es violencia, sino razón; todo lo que no es rudeza, sino sensibilidad.

La Humanidad se aleja progresivamente del reinado de la fuerza bruta para elevarse hasta el reinado de la inteligencia y del saber. Luchemos para ser los heraldos del nuevo mundo social, pero nunca para exhibirnos como vestigios de los tiempos cavernarios.

MARÍA A. BRISSE.

## YA HAN VOTADO LAS MUJERES...

Parece el comienzo de una copla. Puede ser el comienzo de una época. Todos y mejor todas debemos desearlo.

Epoca de vida consciente para la mujer. Sobre todo para la observadora de tantas deficiencias en materia que sólo a la mujer compete y que ella ha de ser más apta para resolver. No hay mujer de corazón que en infinidad de veces, contemplando descuidos, abandonos, carencias y necesidades del bien ajeno, no haya sentido la nostalgia de *no ser fuerte*, la tristeza de sentirse *menor* ante el hombre, para llevar a la práctica soluciones que pusieran de relieve lo que vale y puede en la vida pública, y para su bien, una sensibilidad femenina.

Esto, sin afanes de actuación caciquil ni directa. Sólo con el sentimiento, los instintos y las intuiciones de madre, de hermana, de amada, de amiga, que a toda mujer, muy mujer, son connaturales. Pero ¡ay de todos! si tales prerrogativas faltan, aunque estuviesen suplidas por la capacidad doctoral, por la instrucción, únicamente.

Cuando la mujer se intelectualiza, dicen sus detractores, *copia* al hombre.

Sí. Tal vez. Tenemos casos a la vista y por desgracia para la causa, que ya no es feminista, sino femenina, son las que más se ven. Porque *hombrunamente* se colocan en primera fila y sus *deformidades* caen en anatema sobre la totalidad del sexo, haciéndole responsable de lo que no es.

Por eso se cuaja un plácido bienestar en el ánimo de una mujer pensante, cuando descubre temperamentos capaces de máxima actividad en el estudio, de controlados conocimientos en pugilato de saber con el hombre, de sobrada competencia para disputarle categoría si es preciso, y al mismo tiempo, con dulzuras ingravidas de mujer, con tiernísima compenetración para sus males, con inusitados entusiasmos para defender todo lo que en bien de los más débiles redunde; con un afán, en fin, tan de hembra y de consciente fémica, que cuando esto ocurre, cuando el hallazgo nos conmueve, bendecimos el beneficio inagotable que para la mujer representa la conquista de

todos los derechos y el escalo de todas las aptitudes y puestos.

Así, hemos saboreado hace poco las doctas páginas, al mismo tiempo llenas de calor humano y aportación científica, que en dos notabilísimos estudios analizando sobre el terreno nos ha ofrecido una mujer, doctora en Medicina: Amparo Parrilla.

Uno de los trabajos a que me refiero tiene un entrañable interés, con hálito de dolor humano. Se refiere a las madres solteras y lleva el libro por título *La madre de nuestras Maternidades*. Directamente recogidos los datos, muéstrase bien a las claras lo mucho, muchísimo, que aún queda por hacer, a pesar de todo lo avanzado con la ley... Es poco.

Falta precisamente eso para completar la labor, que sólo está iniciada; falta la colaboración emotiva y efectiva, no nominal, de la mujer muy mujer en la totalidad eficiente de esa ley que ha de ampararlas a todas.

El otro trabajo de la doctora Parrilla tiene un dulce candor de *confidencias*. Confidencias de intimidad que mujercitas impúberes o recién dejado de serlo depositan solamente en confianza en otra

LA CASA DE LAS MEDIAS

Atocha, 24-MAYOR, 25-Peligros, II

LIBRERÍA UNIVERSAL

DOÑA PEPITA

(HIJOS)

(REGUENA / STRA)

CONSTANTINO RODRIGUEZ, 8 Y 10  
TELEFONO 17874

MADRID

Ayuntamiento de Madrid



mujer que lo es tanto como ellas, avalorado con el saber y la ciencia.

No abundan los estudios hechos sobre menarquia con la profundidad de paciente aportación de datos que esta doctora ofrece. Son páginas que también las madres debieran conocer. Como todo lo que a la mujer importa, como cuanto a la mujer se refiera debe llegar al corazón y conocimiento de todas, porque éste será el medio de subsanar errores, anular silencios, enmendar y prever injusticias.

Yo experimento una satisfacción honda, intensa, cada vez que me enfrento con un temperamento de mujer que *sabiendo*, entendiendo como un hombre y *un poco más* que él nunca logrará saber, se mantiene firme, enhiesta en su feminidad, realizando entusiasta lo que está demarcado a su sexo y sin *renegar* de él.

Hemos votado ya. Y al parecer con acierto. Pero no olvidemos lo primordial: Que a nuestro sexo está encomendada la realización de todo cuanto el

hombre es incapaz de traspasar y comprender. No irrumpamos en sus linderos ni en acción social, ni en política, ni en ciencia ni en arte. Mantengámonos en los nuestros, que son vírgenes todavía por haberle sido inabundables, y ello bastará para que de rechazo, al laborar en nuestra zona con *manos de mujer*, las purifiquemos todas con capacidad de varón. Es la manera de vencer a nuestros detractores.

HALMA ANGÉLICO.

## PROBLEMAS

# NECESIDAD DE UNA EDUCACION PREMATRIMONIAL

Difícil es, a lo que parece, triunfar en la vida, conquistar la gloria, vencer al dolor. No sentir el aguijón punzante del abatimiento en las horas grises, oscuras y monótonas del vivir cotidiano. No desear nada cuando dormita en lo íntimo del ser la áspera voz de la desesperanza. Todo esto es difícil y a menudo imposible, quizá porque en ello está incluida parte de la Felicidad, y la Felicidad, esa dama altiva y tacaña a quien todos deseamos poseer, se da pocas veces; mejor dicho, no se da plenamente; es como la Fortuna, huidiza, caprichosa y volátil, y cuando menos se piensa, se ha deado escapar.

Pero hay una en el conglomerado vasto de las dificultades humanas que pudiera no serlo; que pudiera precaverse y corregirse: la comprensión mutua del hombre y la mujer en el matrimonio. Comprensión que no reside tanto en lo físico como en las complejas ramificaciones del espíritu y de la inteligencia. Comprensión siempre ansiada por los que van a unirse y rara vez lograda por los que se han unido ya. Suma dificultad derivable, en la mayoría de los casos, de la errónea educación e ideas que acerca del opuesto reciben ambos sexos. Educación que es preciso desterrar por viciosa y que las nuevas generaciones se resuelven generosa y abiertamente a suplantarse con sentimientos de convivencia y comunidad traducidos en el mutuo conocimiento. Sentimientos iniciados mucho antes de que la atracción sexual ofusque

la materia y cierre los caminos del espíritu, donde han de hallarse las almas.

Inculquemos al niño desde la cuna respeto, veneración y sentido de equidad hacia la mujer; habremos creado en él instintos que, manifestados primariamente a la madre, trascenderán más tarde a la compañera. Por el contrario, si hacemos del pequeño un ser imbuido e inflado de ideas de superioridad masculina, le ponemos en camino de considerar a la que luego sea su esposa como esclava a quien sojuzgar o como débil criatura o quien ofrecer protección. Privar al infante del prejuicio atávico de megalomanía varonil, es dar el primer paso en el logro de un matrimonio perfecto, de una sociedad conyugal equilibrada, en la que el hombre sepa apreciar las distintas y complicadas facetas del femenino corazón. Para que pueda comprenderle; para que le haga copartícipe suyo tanto en la alegría como en el dolor.

En cuanto a la mujer, acostúmbresela desde niña a ver en el hombre, no el superior o enemigo, sino el igual y compañero en todo orden humano. Edúquesela en forma que más tarde, al constituir un hogar, ocupe dignamente su puesto. Sin abdicar ni un ápice de su personalidad y derechos, pero consciente a fondo de sus deberes. Convenientemente preparada y cultivada su inteligencia para que como esposa sepa recoger del hombre lo mejor de su espíritu y hacer de lo peor transformación precisa; y

como madre logre penetrar en la extraña y contradictoria psicología infantil de los hijos e iluminar con sus enseñanzas la oscuridad de las mentes que, ávidas y curiosas, se abren a la vida.

"Instruyamos a la mujer en el constante pensamiento de que será algún día la compañera de un hombre." Esta frase, escapada al ingenio sutil de madame Sevigné, en el siglo XVII, va encontrando eco, demasiado tardío quizá, en la absorbente y dinámica civilización actual.

Permitásenos a nosotros ampliar aquí las palabras de la ilustre escritora francesa, haciendo extensiva su observancia a la instrucción del hombre, que, indefectiblemente, ha de prepararse a ser compañero. Llevemos al ánimo de los educadores esta convicción. La de que ni la más humana y generosa ley de divorcio, ni el Código más justo y perfecto, tendrán eficiencia mayor, ni aun igual, a la de una educación prematrimonial adecuada y lógica. Educación comprensiva y conocedora del sexo antípoda, que, sin fronteras ni valladares para el espíritu, engendra y cimenta cariño, ilusión, constancia. Puntales firmes del edificio conyugal. Panaceas evitables de tantas tragedias legítimamente sentidas, hondas, calladas, intransmisibles, resignadamente dispuestas a morir por asfixia en el santuario íntimo del corazón, cuando el corazón, vencido por la inercia poderosa de la muerte, ahogue su ritmo.

CARMEN VALLE DE FABRA  
D<sup>e</sup> Unión Republicana Femenina.

## EL PRIMERO Y UNICO AMOR DEL DIFUNTO DUQUE DE LOS ABRUZZOS

### HISTORIA DE DOS VIDAS TRUNCADAS

Como se sabe, el duque de los Abruzzos que acaba de morir, era primo hermano del rey de Italia. Apasionado por la navegación, oficial de Marina, fué enviado a los Estados Unidos para devolver o realizar un acto de cortesía en nombre de su país. Era un poco antes de la Exposición de 1900. Aun no estaba el mundo loco. Wilson no había llegado aún a prohibir con su presiden-

cia la cerveza y el buen vino. Gran recepción. Se bebe burdeos. Se baila. Entre el duque de los Abruzzos y una riquísima joven americana se cruza el mutuo flechazo. Riquísima; este superlativo no es excesivo. Trescientos millones de dote. Mil quinientos millones de hoy en día. Y no menos suntuosa era la muchacha. Esta hace a sus padres la confidencia de su amor, que aprueban sin

reservas. ¡Un primo hermano del rey! Y éste, a su regreso a Italia, hace lo mismo con los suyos. Piden reflexión.

Privado, secreto, el negocio tenía probabilidades de realizarse. Pero América no es el país de la discreción. El retrato de la prometida, que no lo es todavía, ilustra los diarios del otro continente. Detallan, no sus cualidades, sino las piezas arquitectónicas de su dinero.



Dan a entender que en Roma, a la vista de las maravillas de su *trousseau*, se desvanecerían las italianas. El acontecimiento empezaba a ser mundial. El pasmo de las gentes sencillas ante la gran fortuna, toma, en muchos periódicos de América, un tono despreocupado, teatral, cándido, que no es menos repugnante por esto. Se exhibe. Se falta de tacto. Se va más lejos aún. Se falta de habilidad. No se sospechaba que apoyar sobre el fasto de la dote suministraría a los adversarios del casamiento motivos para rechazarle.

El asunto arrastraba. Y las cosas largas pierden interés para la prensa. En la corte de Roma había sus por y sus contra. Entre los contra, la reina madre, la viuda del disgraciado Humberto; aquella ante quien d'Annunzio se inclinaba en las primeras páginas de su novela *El fuego*, como no deja de hacerlo ante toda potencia efectiva o nominal, lo que es sorprendente en semejante orgulloso. Es protestante, objetaba la reina. Pero, para el marido de su elección,

una joven se hará budista si éste tiene mucho interés.

Los trescientos millones, he aquí el obstáculo. La casa de Saboya es de una sordidez como ustedes no pueden figurarse. Mientras que en otras cortes hacen una cuestión de honor de gastar sus ingresos, ésta no se preocupa nada más que de atesorar. Recordad que la mujer de Víctor Manuel es hija del jefe de una tribu de porqueros que algunos políticos humoristas y geógrafos que no lo son menos, erigieron en reino de Montenegro. A falta de contribuyentes, el emperador de Rusia le servía una pensión. Era el más saneado de sus ingresos. De los cien mil francos de dote que prometió a su hija, Víctor Manuel no ha visto todavía su color.

Por estar educada la reina con simplicidad, es natural que no se viese, sin temor de quedar ofuscado, llegar a una americana cuyo lujo oscurecería de otro tanto la mezquindad de los demás. En ese duelo entre el amor y el prejuicio, demasiadas personas estaban al tanto de las peripecias, para que todos los deta-

lles no fuesen del dominio público. Se casará. No se casará. Y en esto, el padre de América, cansado de tanta demora, presenta a su vez sus condiciones. Cuando le plazca visitar a su hija, quiere ser recibido en la corte en plan de igualdad. La reina madre se vale de esto para conseguir la negativa por la cual batallaba.

Para siempre, hizo dos desgraciados; porque el duque de los Abruzzos no tomó mujer, y aquella a quien amaba, casada o no, lo ignora, los dos arrastraron durante toda su vida el duelo de la dicha fallida.

Pueden aspirar a todo. Y por esto no consiguen nada. Porque sin amor, la vida no es nada. Se acabó el amor, se acabó la alegría, dice el fabulista.

A él es a quien menos hubo que compadecer. Encontró un sedante en la acción. Los periódicos nos han contado sus investigaciones de naturalista y sus proezas de explorador. No nos preocupa mucho la vida cuando nadie se interesa por ella.

EDUARDO CONTE.

## "ESPAÑA FEMENINA" RINDE UN CARIÑOSO HOMENAJE A SU ASOCIADA ANTONIA MERCÉ "ARGENTINA"

Hace unos días, el 28 de Abril último, ESPAÑA FEMENINA reunió en una simpática fiesta a los admiradores de esta mujer sencilla y admirable. Un homenaje que, por lo merecido y sinceramente tributado, tuvo ese sello característico de las cosas gratas e íntimas; ese aire de espontaneidad que lleva las frases del corazón a los labios como ofrenda rendida a la amistad.

Antonia Mercé "Argentina" es asociada nuestra y nuestra Asociación se enorgullece al contar entre sus miembros a esta mujer que supo hacer de su arte un símbolo.

Recuerdo la noche de su despedida en el Teatro Español, cuando el público, hechizado por la maravilla de sus danzas, poniendo en sus aplausos toda el alma, la pedía que volviese, que volviese pronto. Había en este ruego una sombra de pesar, como si al marcharse "Argentina" se fuese con ella algo muy íntimo, muy nuestro, algo que es insustituible y que ha dejado en el corazón una huella muy honda.

Y es que Antonia Mercé sabe adentrarse en el espíritu; sabe captar la sensibilidad del público cautivando por completo su atención, comunicándole la emo-



ción de su arte único, inimitable. Por eso, el que la ha visto bailar, el que ha sentido vibrar su corazón al unísono, el que ha recorrido con ella en unos instantes toda la gama de los más variados sentimientos, no puede olvidarlo nunca.

Porque "Argentina" al bailar ríe y llora, ama y odia, y esos mismos sentimientos que se reflejan en sus danzas repercuten en nuestro corazón comunicándole la sensación de alegría o de pena, de ilusión o de hastío, de temor o deseo.

Viéndola interpretar el Amor Brujo, de Falla, siente uno pesar dentro de sí toda la tragedia que atormenta el alma de Carmela la gitana, y vese envuelto en el maleficio de aquellos conjuros misteriosos, llenos de fantasmas y de sombras.

Y en las Danzas Españolas, de Granados, y en la música de Albéniz, el alma evoca en mágico desfile todo el encanto de la tierra amada, de esta España querida cuyo nombre ha sabido colocar en lo más alto, como un aírón glorioso en la cima del Arte.

Homenaje sencillo este de la "Argentina", pero salido del corazón, con todo el fervor del alma femenina, que sabe amar y sabe admirar sin tasa.

Homenaje sin palabras vanas ni discursos huecos; elocuente expresión de sentimientos hondos, transmitidos de corazón a corazón.

ESPERANZA GONZALEZ  
Vicesecretaria de España Femenina



**CONFITERIA·NICOLAS JIMENEZ·REPOSTERIA**

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

**PRINCIPE·19 Y 21· MADRID· TELEFONO 14461**

Ayuntamiento de Madrid





# NUESTROS PROVEEDORES



## ACEITES

### ¡ SEÑORAS !

Les interesa conocer los aceites «AMPUERO». Son riquísimos, filtrados y económicos por ser vendidos directamente de cosecheros a consumidor. Servicio a domicilio llamando al Tel. 36988

«AMPUERO» Aceites finos de oliva  
San Bernardino, 9 - MADRID

## ALMACENES

QUESOS - MANTECAS - COLONIALES  
LA CASA MEJOR SURTIDA

### ADAMINO CUENLLAS

Valverde, núm. 1, dupdo. Teléf. 10078  
(esquina a Muñoz Torrero) MADRID

## 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 afinado precio. Siempre novedades en toda clase de artículos de piel.

## BODEGAS

### BODEGAS "LOS CEAS"

Los mejores vinos de mesa  
Productos alimenticios

COLON, 1 y 10 — Teléfono 12636  
Servicio a domicilio — MADRID

## 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

## CAFÉS

Torrefacción de los CAFES KAIMITO  
ANGEL RODRIGUEZ CABINA

Malasaña, 21 - Teléfono 30181 - Alcalá, III

Tostador: Hernani, 4 MADRID

## CAMISAS

### SUS CAMISAS

NO ESTARAN 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. Teléfono 18721. MADRID

## CARBONES

### PRIMERA CASA EN CARBONES

### GREGORIO MARTIN

Casa central: HUMILLADERO, 27 - TELEFONO 74014 - Sucursales: Mira el Río Alta, II. - 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



## JOYERÍA

### JOYERIA Y RELOGERIA PEREZ MOLINA

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

A LAS SEÑORAS. Compren 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

Valverde, 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



## ÓPTICA



### VARA Y LOPEZ

OPTICOS - Artículos fotográficos - 5, Principe, 5 - Madrid - Teléf. 13611 - Gafas y lentes, gemelos prismáticos, cámaras y productos fotográficos, etc.

ESPECIALIDADES ZEISS

## PERFUMERIA

EL AGUA DE COLONIA  
CONCENTRADA DE LA  
GRAN PERFUMERIA

### ALVAREZ GOMEZ

GOZA DE FAMA MUNDIAL

Sevilla, 2  
Tel. 11387

MADRID

## PLANTAS Y FLORES

SEÑORAS: Adquirid 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.



### PLANTAS Y FLORES ARTIFICIALES

Primera casa en azahares para novias - Exportación a provincias

### JULIO ABAJO

Preciados, 11

Adornos de iglesias, teatros, etc.

Coronas funebras

MADRID  
Teléf. 95134



El arte de los pueblos es la historia de su alma

## EL ARTE EGIPCIO

### El Templo de Louqsor

Sentir el arte es elevarse hacia la perfección

#### El templo egipcio.

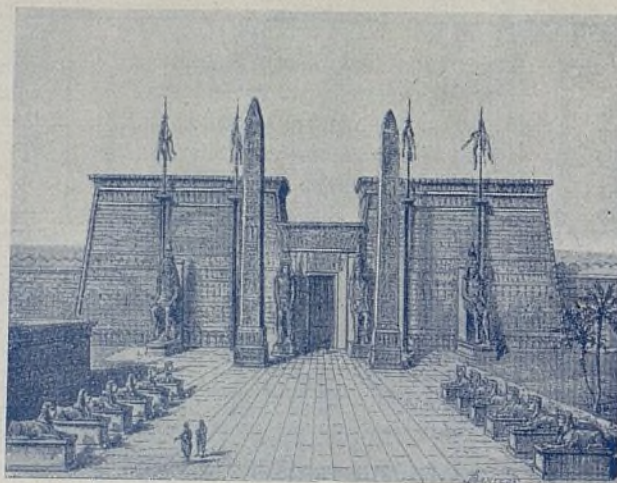
Los antiguos egipcios han elevado a sus dioses templos macizos e indestructibles, cuyos techos reposan sobre espesas y poderosas columnas. Estos muros de piedras talladas se sostenían sin argamasa, por el solo peso de su masa. Las columnas llevaban capiteles anchos, muy abiertos en forma de campana, o cerrados en forma de capullos de lotos, o decorados con cabezas de la diosa Hathor. Se penetraba en el edificio por el *pilono*, puerta colosal coronada de una cornisa y flanqueada de dos torres cuadrangulares de planos inclinados. Se atravesaban patios y peristilos y salas *hypostyles* antes de conseguir penetrar en el santuario profundo y secreto que habitaba el dios. El edificio, limitado en altura, se extendía libremente en anchura. Las paredes de los muros y de las columnas estaban adornadas con figuras de los faraones y de los dioses, grabadas y pintadas.

En Louqsor, en Karnak, en Ediu, Philae, los templos se muestran sobre las orillas del Nilo; en Ipsamboul, se hunden en la roca que se inclina sobre el río.

#### El Templo de Louqsor.

El grabado que publicamos sorprende por su carácter de grandiosidad y de extrañeza. Representa la fachada del Templo de Louqsor, hace tres o cuatro mil años. Obsérvese primero la inmensidad del edificio: los dos hombres que se pasean a la entrada parecen hormigas en comparación con la gigantesca construcción.

Reparad después las proporciones macizas, abultadas, del monumento. Es mu-



Fachada del Templo de Louqsor (Restauración de M. Ch. Chipiez).

cho más ancho en su base que en su cima; una sola abertura, y no grande, se ha practicado en él. Nada de ventanas, nada de arcadas, nada más que muros macizos. Encuéntrase allí algo de la Pirámide, que tampoco presenta, por decirlo así, abertura alguna.

He aquí los grandes caracteres de las obras egipcias: la grandeza, la maciza solidez. Y lo que se sabe de la religión, de las ideas de este pueblo, explicará por qué sus obras de arte presentan todas este aspecto tan particular.

Los egipcios estaban siempre preocupados por la vida futura. Pensaban en ella, la juzgaban como de una duración eterna, sin fin. Por eso han procurado asegurar una eterna duración a todas sus obras: a las momias, a las tumbas, a las estatuas, a los edificios. La gran anchura de su base y la espesura plena de sus muros eran dos condiciones de solidez, y no han faltado nunca a ellas en sus monumentos.

#### El porqué de las tristezas aplastantes de los templos.

Pero no es eso todo. En el fondo, lo que les preocupa, lo que les inspira, es la idea de la muerte. ¡No es una idea alegre!, hay que convenir en ello. Por eso, sus obras no son alegres. Son bellas, sí; bellas por su grandeza imponente, pero hielan el espíritu en cuanto se las ve. Es una hermosura sepulcral, una solemnidad fúnebre.

Figuraos el interior del templo cuya entrada acabáis de ver. Sólo la puerta deja penetrar en él un poco de luz, que se detiene en el umbral. Columnas abultadas sustentan la bóveda; sus profundidades se pierden en las tinieblas. Se diría el silencio y la sombra de una tumba monstruosa. Una tristeza aplastante cae de estas bóvedas macizas y penetra el alma.

#### Obeliscos y esfinges.

Volvamos al grabado, que no hemos mirado detalladamente. Cuatro gigantes estatuas están sentadas cerca de la puerta en tronos de piedra. Rígidamente, representan reyes del Egipto.

Ante la puerta hay dos altas columnas cuadradas, más anchas en su base que en su cima. Se les llama *Obeliscos*. Cada uno está formado de un solo bloque. Imagínese el lector el trabajo espantoso, los sufrimientos innumerables de los esclavos que han de tallar en el flanco de alguna montaña y transportar a la orilla del Nilo esta masa enorme.

Ved, en fin, la doble hilera de *esfinges* que bordea la avenida que da acceso. Ellas también contribuyen a la grandeza triste y misteriosa que se desprende de todo el conjunto.

Señora, SUS ZAPATOS  
en esta Casa



MARCA

REGISTRADA

# CALZADOS EL FERROCARRIL

200 modelos en calzado  
blanco desde 12 pesetas

Magdalena, 24

Toledo, 24

Fuencarral, 68

Ayuntamiento de Madrid



# Instituto de Cirugia Estética y Plástica S.A

REDUCCION DE SENOS Y VIENTRE  
CORRECCION DE NARIZ Y OREJAS  
ANULACION DE CICATRICES  
ESTIRAMIENTO DE LA PIEL  
EXTIRPACION DE JUANETES  
TRATAMIENTO CIENTIFICO DE LA OBESIDAD  
DEPILACION RADICAL GARANTIZADA

Rodríguez San Pedro, 64 -:- MADRID  
TELEFONO 34126 PIDAN FOLLETO





# 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

