

La temperancia al alcance de los niños

(Un estudio sencillo del alcohol y sus perjuicios)

CAPITULO VII

Efectos del alcohol en el estómago, hígado, etc.

Ya vimos en el capítulo anterior que las bebidas alcohólicas debilitan el poder muscular, quitando fuerza en contra de lo que piensan muchas personas. Pero aparte de esos y otros perjuicios que ya hemos estudiado, daña además otros órganos de nuestro cuerpo, sumamente delicados e importantes: el estómago, el hígado, los riñones, el corazón y el cerebro.

Veamos en primer lugar el efecto del alcohol en el estómago, que es el principal órgano de la digestión. Se ha probado que el alcohol retarda la digestión, pero no es ése solo el daño que causa al estómago; el Dr. Beaumont afirma que inflama la membrana interior, alterando su natural color rosa pálido y tornándolo rojo subido. El abuso de la bebida todo el mundo sabe que disminuye el apetito, y ocasiona catarros e irritaciones al estómago, cuando no otras enfermedades más serias. Pero el uso moderado de la bebida alcohólica, no causa a la larga menos desastres. Endurece las paredes del estómago y estorba la secreción de varios jugos que en él se forman, como la pepsina: sin estos jugos no se puede hacer la digestión. Aun usado el alcohol como medicina, sea estimulante o tónico, es innegable que todas las personas que lo toman, sufren consecuencias desastrosas para su estómago.

Lo mismo puede decirse con relación al hígado. Este es una gran masa, como una glándula colocada en la región derecha del cuerpo, que sirve para producir la bilis. La bilis es muy importante porque transforma los alimentos según van saliendo del estómago, y los prepara para pasar a la sangre desde los intestinos. Cuando la bilis no corre como debe, nos sentimos mal, con dolor de cabeza, todo nuestro organismo se altera y pueden suceder casos graves. Para producir la bilis el hígado toma cierta cantidad de sangre que le viene del estómago. Si en éste hay alcohol, pasa al hígado con la sangre, y recordemos que el alcohol no se altera. El hígado está formado de células: éstas se agrandan y adquieren grasas, produciendo desórdenes en la secreción de la bilis y causando una de las enfermedades más peligrosas en este órgano, con el endurecimiento y degeneración grasosa del mismo.

Hace años que eminentes médicos americanos examinaron los hígados de varios borrachos, encontrándolos abultados y con agujeros cubiertos de grasas: estaban envenenados con el alcohol.

Bajo el estómago y en la parte posterior del cuerpo, están los riñones. El trabajo de estos órganos es muy importante: tienen que depurar la sangre eliminándola cierta sustancia venenosa que se forma durante el cambio y reparación de los tejidos. Si los riñones enferman y no funcionan bien, todo el cuerpo se envenena con la acumulación de dichas sustancias nocivas. Pues bien; el efecto del alcohol sobre los riñones, es idéntico al que tiene sobre el hígado; puede, por tanto, comprenderse qué desastroso es.

En resumen, el alcohol, causa en los órganos mencionados, trastornos quizá más graves que en ningún otro. Las enfermedades más terribles pueden sobrenir: en el estómago y los intestinos, la degeneración grasosa; en el hígado, la cirrosis hepática, y en los demás, los cálculos, mal de piedra y otras enfermedades. ¡Y todavía hay quien tome el alcohol como tónico siendo el envenenador de los órganos digestivos!

ELISA PÉREZ.

Rogamos a cuantos firmen la Promesa que no escriban más que el nombre y las señas que en la hoja impresa se piden. Si alguna observacion se les ocurre hacernos, háganlo por carta o tarjeta postal. Por no hacerlo así, se han perdido muchas Promesas y eso es muy lamentable.

Conferencia en Castellón

por el Sr. D. José Gil Valero, 21 Diciembre de 1912, en el Centro Obrero (copiada del "Heraldo de Castellón.")

Con palabra gráfica, con pámposa habilidad de vulgarizador científico, el señor Gil Valero hizo un acabado estudio de los horribles efectos del alcohol en el individuo y en la sociedad, pintando con esa hermosa plasticidad que caracteriza sus discursos, el tipo del alcohólico desde su primera ingestión hasta los horribles estados patológicos que transmite por la herencia a las sucesivas generaciones. Valiéndose de magníficas imágenes realizó una excursión por el organismo humano en compañía del maléfico huésped que constituye la afrenta de las sociedades civilizadas, para demostrar al auditorio los trastornos que produce en el tubo digestivo primero, en el torrente circulatorio después y finalmente en el territorio encefálico, causando el raquitismo, la escrófula, la meningitis, la idiotez y demás terribles enfermedades en la descendencia del alcoholizado.

Habló el conferenciante de la campaña humanitaria que, contra el alcoholismo, se realiza en el mundo, especialmente en los Estados Unidos, Inglaterra y Escandinavia, citando como tipo las hermosas ligas inglesas. «Bandas de Esperanza» que tienen por objeto libertar a los niños del vicio del alcohol, la cual cuenta con miles de asociados. A este efecto tributó un merecido elogio a la labor de la Liga Antialcohólica Española, de la que es órgano El Abstemio, honrando a Castellón.

Terminó su hermosísima conferencia indicando al médico y al maestro como únicos factores de la regeneración patria en el sentido de librar de la enfermedad y la muerte a tantos niños víctimas de la intemperancia de sus padres, cantando finalmente un himno al agua, como el líquido vital por excelencia que lleva la salud y la alegría a los cuerpos y a los espíritus.

El numeroso público que ocupaba totalmente el amplia salón de actos, en el que vimos con singular complacencia bastantes mujeres, coronó con una prolongada salva de aplausos la labor útil, práctica y filantrópica del señor Gil Valero, al cual felicitamos cordialmente, lo mismo que a las sociedades obreras por el gran éxito del acto de anoche, que seguramente producirá frutos entre los trabajadores, dignos de todos los empeños culturales y de todas las iniciativas altruistas.

De las suscripciones recibidas depende cuantos números podamos publicar.

La seguridad en los trenes en los Estados Unidos

Durante los cuatro años que acabaron el 30 de Junio de 1912, según el informe de la «United States Interstate Commerce Commission», la línea del ferrocarril «Southern Pacific», que pone en comunicación la parte Oeste y Suroeste de la república, llevó 150.000.000 de viajeros. De este total, ni uno solo fué matado a causa de un choque o un descarrilamiento.

El método seguido para lograr este «record» es digno de mención.

Primero había sido reducida a un minimum la posibilidad de choques de trenes por la instalación del sistema más moderno de discos automáticos. Pero faltaba resolver lo más principal, o sea, asegurar el buen comportamiento del personal para evitar en lo posible toda clase de siniestros.

Para conseguir esto último se adoptó un reglamento en el que toda clase de bebida alcohólica fuese prohibida a los ferroviarios, no solamente durante las horas de trabajo, sino también entre las jornadas, cuyo fiel cumplimiento dió los resultados apetecidos.

En compensación de tal prohibición, fueron establecidos 16 clubs o círculos en los centros principales. Los círculos ofrecen a los ferroviarios las tertulias, billares, boleros, baños y los principales periódicos, y allí se venden bebidas refrescantes, dulces y tabaco. Quedan abiertos todo el día y toda la noche y no se exige cuota alguna, ni tarjeta de socio. Todos los ferroviarios de cualquier grado gozan igualmente de las ventajas de los círculos. Los pocos reglamentos que existen se votaron por los ferroviarios mismos.

De la «Ciudad Lineal».

A nuestros suscriptores que aún no han enviado sus suscripciones del pasado año, les rogamos no olvidarse de ella.

El alcohol en relación con la salud, la moralidad y el bienestar público

Por el Dr. Levi B. Salmans de Guanajuato

Los doctrinarios, siempre visionarios, que nos predicán y nos exhortan continuamente, según sus visiones imprácticas e irrealizables, han acostumbrado a todo el mundo a hacer a un lado como de ningún interés, no sólo todo lo que ellos dicen, sino mucho de lo que, si es práctico, sensato, útil y necesario. Por estarnos incitando con tanta frecuencia y entusiasmo a lo que ni es cierto, ni sirve, originan en nosotros una resistencia que a veces nos perjudica por llegar a ejercerla en relación con lo que es una verdad práctica y provechosa.

Precisamente esto es lo que resulta en relación con todos los usos del alcohol. Muchos hemos resistido a las sanas doctrinas que dicen que el alcohol no es buen alimento; que no es buena medicina; que no es bueno en sus usos sociales y que no es bueno en sus relaciones, ni con la moralidad individual, ni pública, ni con el bienestar público. Muchas personas perfectamente sinceras hallan dificultad en juzgar entre los testimonios y los razonamientos de los que abogan por el alcohol y los que lo denuncian. Para todas estas personas sinceras, la apelación de los hechos, demostrados de manera fidedigna ante los ojos de todo el mundo, viene como ayuda oportuna, grata y aceptable.

El gobernador del Estado de Kansas acaba de hacer unas declaraciones de inmenso interés acerca de la entidad federativa que gobierna.

Kansas está situado exactamente en el centro geográfico de los Estados Unidos. Es un cuadrángulo casi exacto, de una superficie de 200 por 400 millas, o sea 80x40 kms. Hace cincuenta años no tenía población alguna, de manera que ha sido poblado en este intervalo por la inmigración. Casi por 20 años se siguió allí la costumbre general de tener cantinas, y ahora por 31 años no se permite ni una sola cantina en el Estado, bajo la ley de la prohibición absoluta del tráfico y comercio en los licores embriagantes dentro de sus límites. Tiene una población de cerca de 2.000.000 de almas.

Está dividido en 105 condados o distritos, de los que 53 no tienen ni un solo reo en sus cárceles, y 65 no tienen ningún criminal sentenciado en las instituciones penales del Estado y muchos de los condados no han tenido que reunir un jurado para procesar a un acto criminal durante los diez últimos años.

La salud pública ha sido abetada favorablemente por la abolición de la cantina, de una manera tan notable, que solo mueren 7 1/2 personas de cada mil de la población por año, siendo este el registro más bajo del mundo. Antes de que se estableciera la abolición del uso del alcohol en el Estado, morían 17 personas por cada mil. Ochenta y siete de los condados no tienen locos, y 54 no tienen personas reclutadas por causa de la mente débil. Los bancos de ahorros que tuvieron un depósito de 30.000.000 de duros en el año 1880, tienen hoy día más de 200.000.000. La riqueza del Estado por cabeza de habitantes arroja ahora un término medio de 1.700 duros, mientras el vecino Estado de Misouri, que posee recursos más variados, tiene sólo 300 duros per capita. En las escuelas hay 516.000 niños que nunca en su vida han visto una cantina, y pocos de ellos han visto un borracho. Veintidós mil jóvenes de ambos sexos están matriculados en las 16 universidades del Estado.

El gobernador del Estado desafía a todo el mundo a señalarle una sola cantina o lugar público donde se venda alcoholes en el Estado, y los licores que se introducen clandestinamente (según el mismo anuario de los correos de los Estados Unidos por el año 1911) sólo bastarían para proporcionar una cucharadita de licor a cada habitante, mientras en Wisconsin se consume 6.451 veces esta cantidad, siendo Wisconsin uno de los Estados que legaliza la cantina.

Ante hechos como éstos, ¿quién puede seguir dudando de lo provechoso para la salud y el bienestar moral y general del Estado de la abolición de todo uso de alcohol en la sociedad? Y también, ¿quién puede dudar de la posibilidad de efectuar esta abolición, cuando no solo Kansas, sino 40 millones de los habitantes de la República vecina ya tienen destruido de en medio de su seno este fiero enemigo de la humanidad?

Transtornos del orden intelectual y moral que produce el alcohol

Es una verdad conocida de todo el mundo que el organismo sano del hombre es la condición indispensable para que sus facultades intelectuales y morales no se perturben. El alcohólico que ingiere el veneno en todo su ser, día con día, con toda paciencia y perseverancia, destruye su vigor, consume todas las fuerzas que le ha dado la naturaleza, se hace odiosa la vida y los pensamientos y las ideas más tristes ocurren a su cerebro.

Prof. Bartolo Guardoia.

a salud,
bienestar público

s de Guanajuato

que nos predicaban y nos
nos impracticables e irrea-
lizando a hacer a un lado
o que ellos dicen, sino
útil y necesario. Por
y entusiasmo a lo que
nos una resistencia que a
en relación con lo que

relación con todos los
a las sanas doctrinas
ent; que no es buena
y que no es bueno
individual, ni pública, ni
perfectamente sincero,
testimonios y los racion-
los que lo denuncian,
relación de los hechos,
ojos de todo el mundo,
able.

de hacer unas de-
la entidad federativa

el centro geográfico de
asi exacto, de una su-
640 kms. Hace cin-
manera que ha sido
ción. Casi por 20 años
ner cantinas, y ahora
tina en el Estado, bajo
o y comercio en los
Tiene una población

tos, de los que 53 no
no tienen ningún cri-
pinales del Estado y
reunir un jurado para
vez últimos años.

blemente por la abo-
table, que solo mueren
por año, siendo este el
que se estableciera la
o, morían 17 personas
los no tienen locos, y
esa de la mente débil.
ósito de 30.000,000 de
de 200.000,000. La ri-
arroja ahora un tér-
ecino Estado de Mis-
sino sólo 300 duros per
que nunca en su vida
un visto un borracho.
tán matriculados en

el mundo a señalarle
onda alcoholes en el
destinamiento (según
Estados Unidos por el
una cucharita de
sin se consumo 6.451
de los Estados que

eguir dudando de lo
ral y general del Es-
sol en la sociedad? Y
dad de efectuar esta
millones de los habi-
strillones de en medio
dad?

en intelec-
roduce el

l mundo que el
dición indispen-
tales y morales
giere el veneno
paciencia y per-
sume todas las
se hace odiosa
leas mas tristes

lo Guardiola.

El alcohol y la milicia

De líquido impostor puede el alcohol calificarse. Aparenta dar fuerzas y las quita. Parece que ayuda a la digestión, y la retarda. Al tomarlo cree uno que entra en calor, y pronto, en cuanto pasa la primera excitación, hay que convencerse, sin necesidad de acudir al termómetro, de que no hace sino enfriar. Pasa por alimento, y es que quita las ganas de comer lo que puede alimentar. Su alegría termina en tristeza. Anima al pronto el cerebro, pero inmediatamente resalta la parálisis más o menos pronunciada, de las facultades intelectuales.

El alcohol siempre, por su naturaleza, es un veneno. La forma en que se presente no puede modificar su substancia. Es malo por su concentración en pequeño volumen, en el aguardiente; es peor en los licores, porque a su alta graduación se unen esencias, como el anís, sumamente tóxicas; pero tampoco es bueno en las bebidas sencillamente fermentadas como la sidra, la cerveza y el vino. Su abuso causa muchas dolencias del cuerpo y del alma, transmisibles a la descendencia. Y si bien es cierto que, según un refrán, «poco veneno no mata», también hay otro que dice «ayuda a morir». El alcohol es bueno como combustible, como fuerza motriz y, en algunos muy raros casos, como medicamento; pero como bebida, aunque se tome moderadamente, cosa, por otra parte, muy difícil, no es recomendable por ningún concepto; y lo mejor es, y así van haciendo ya hoy muchos, abstenerse por completo de toda clase de bebidas alcohólicas, sin exceptuar las que parezcan más inocentes.

Los licores fuertes no son propios de hombres fuertes. Ilustres generales nos muestra la Historia que eran muy sobrios en la bebida. Los japoneses, insignes por su templanza, vencieron con facilidad a los rusos, muy aficionados a beber. El soldado necesita resistencia en las marchas y empuje en el ataque; y es verdad tan evidente la disminución de las energías por el uso del alcohol, que se privan de él los boxeadores, los luchadores y todos los que quieren triunfar en ejercicios musculares. Los generales Wolseley en la campaña de Egipto y Kitchener en la de Sudán, no permitieron a los soldados probar el vino y los licores. No lo hicieron así los ingleses que peleaban en el Transvaal y les costó sacrificios enormes vencer a los boers, ejemplos de abstinencia. En el extranjero varios jefes de Cuerpos de Ejército vedan el aguardiente en las cantinas militares.

Siendo la embriaguez incompatible con la disciplina, se comprende que los Códigos militares sean con ella más severos que los civiles en todas las naciones, sin exceptuar la nuestra. El que quiere el fin debe querer los medios. Para no embriagarse lo más seguro es huir de toda bebida embriagante. No todo el que bebe vino y aguardiente es un beodo; pero todo beodo bebe vino y aguardiente. Nadie se propone estar ebrio. ¿Quién asegura al bebedor que conocerá cuándo va a emborracharse y tendrá fuerzas para resistir la tentación de beber una copa más y con ella el pecado, la deshonra, el castigo, quizá la pérdida del pan para su familia?

Ciertamente que a todos los que sirven a la Patria, la Patria les paga muy poco; pero ¿cuánto se podría economizar dejando el vino, que no trae ningún bien, y aun tomado pocas veces y en pequeñas cantidades y siendo de la mejor calidad, es un veneno que insensiblemente nubla la inteligencia, acorta la vida y, quemando los tejidos, predispone para un sin fin de enfermedades?

† Antolín López Peláez.

Obispo de Jaca.

(Del Almanaque de *El Diario Español*.)

EL AGRICULTOR DEBE ESTUDIAR

Quando el labrador lea y medite, cuando el labrador pueda moverse desembarazadamente, apartará con horror los ojos de la taberna que consume quizá sus mejores horas, y las dedicará a educar a la familia, a estudiar el libro, a mejorar el campo.

Joaquín Costa

El Alcoholismo y la Muerte

En su artículo tan impresionador, sobre la mortalidad de los taberneros (1), el doctor L. Jacquet, médico de los hospitales, refiere lo siguiente:

«Hace algunos años existía en la esquina que forman dos grandes vías parisienses, un bar suntuoso, diapireado de venenos multicolores: hoy día se halla reemplazado por un gran almacén de coronas funerarias. Hay muchos símbolos oscuros; pero éste me parece claro y lo propongo a las meditaciones de la Cámara de Diputados».

Admiro esta frase (salvo las últimas palabras: proponer algo serio a las meditaciones del Parlamento me parece una ironía cruel), porque condensa en una expresión gráfica y muy viva toda la historia del alcoholismo.

Con mucha frecuencia se ha dicho y repetido: el alcoholismo es el más temible de los azotes sociales, porque prepara y favorece la acción de todos los demás; lo hace la cama a la tuberculosis, según la fórmula de Landouzy; abre la puerta a todas las infecciones, comunicándolas desde luego una gravedad excepcional; es el gran fautor de las locuras, de los suicidios y de los crímenes. Ahora bien, todo eso es la muerte lenta o rápida, la muerte, no solo para sí, sino también para los demás, para los descendientes que serán epiléptico, idiotas, vagabundos, criminales, y, para las víctimas sangrientas del borracho cuya mano arma el alcohol.

Desgraciadamente la lucha emprendida por todas partes contra el alcoholismo tropieza, en Francia, con dificultades mucho más complejas que en otras partes. Nuestro enorme presupuesto se salda cada año con déficit crecientes, a causa sobre todo del universal despilfarro, que es como la firma de los métodos administrativos de gobierno. Ahora bien, en los ingresos del presupuesto, el impuesto sobre el alcohol ocupa un lugar de los más importantes, puesto que su rendimiento se acerca a 500 millones. Dado que la contribución ha llegado casi al límite de explotación ¿con qué nuevas tasas podría llenarse el vacío que habría de producir la disminución sensible del consumo alcohólico? Puesto que no quiere poner límite al despilfarro por medio de sanciones rigurosamente aplicadas, de las que no se librase ninguno de los sujetos a ellas, por muy elevados que fuesen, el gobierno, lejos de restringir el consumo del alcohol, se ve, por el contrario, obligado, por decirlo así, a fomentarlo.

Ya a este fomento y protección más o menos disfrazados se ve empujado por los políticos mismos. Precisamente porque los bebedores de alcohol son cada vez más numerosos, la taberna se ha convertido en una especie de círculo, donde se cambian impresiones y se forma la opinión. Si el tabernero tiene empuje y labia, se hace inmediatamente amo de su clientela de embrutecidos y borrachos, todos los cuales son electores, y les impone su manera de ver en política, la cual no es naturalmente la misma que la del Sr. Curá. Y de este modo el tabernero llega a convertirse poco a poco en el «Gran elector». No se hace nada sin su asentimiento, por lo menos tácito, porque lo mismo en las esferas oficiales, que en los comités locales, se conoce su influencia, y le basta manifestar su hostilidad contra una decisión administrativa o un proyecto de ley, para que inmediatamente el ministro o el parlamento se inclinen ante la «tabernocracia». Tocar a los taberneros para aumentar las cargas que pesan sobre ellos, o para reducir su número equivale, para el Gobierno, a ponerse en pugna con la corporación entera. ¿Cómo hacer, pues, para poner un dique a la multiplicación de las tabernas, que son los centros más activos de propagación del alcoholismo?

El doctor L. Jacquet ha hallado, según creo, el mejor medio. La gente se deja guiar por el interés más urgente que la conservación de la vida. Ahora bien, en el trabajo a que hacía alusión al principio de este artículo, el Sr. L. Jacquet demuestra que la mortalidad de los taberneros es extraordinariamente mayor que la normal y accede a la de todas las demás profesiones. Así, en París, de cada mil adultos de 30 a 49 años la mortalidad anual asciende a 361, y la de los taberneros a 469; en Suiza esta misma mortalidad es normalmente de 258 y 4259 para los taberneros. Si consideramos la mortalidad por tuberculosis, las cifras son más sorprendentes aún, puesto que se hallan 7-30 fallecimientos por tuberculosis por 1000 adultos varones por término medio, y 14-19 por mil taberneros. En Inglaterra, durante el período 1900-1902, 71.005 adultos varones produjeron 1000 fallecimientos anuales, y el mismo número de taberneros dió 1669. En fin, mientras la tisis mata únicamente 105 médicos, expuestos sin embargo profesionalmente a todas las fatigas y a todos los contagios, causa la muerte a 607 mozos de taberna.

Estas cifras son singularmente inquietadoras para los taberneros y hasta para sus parroquianos, y hay que agradecer al doctor L. Jacquet el haberlas dado a luz. Demuestran perentoriamente que el oficio de tabernero, si no deja de tener provechosos, ofrece también riesgos; conviene pues reflexionar. Por esta razón me permití desear que mi sabio amigo, el doctor L. Jacquet, haga de su trabajo un resumen muy corto, en que se pongan de relieve las partes esenciales mediante artificios de tipografía y que este resumen sea enviado a todos los taberneros de Francia por la Liga antialcohólica. Por poco inteligentes que sean, en general, muchos conocen sin embargo el precio de la existencia y, al calcular los peligros que corre, algunos tal vez se asustarán y buscarán para sí y sus hijos un oficio menos mortal. ¡Valiente victoria! dirán algunos; sin duda, pero ¿no es sabido que Saalfeld procedió a Jena?

Doctor J. Laumonier.

Presse médicale, 30 de Marzo de 1912.

Regamos encarecidamente a cuantos estén convencidos de las ventajas de la abstinencia total, que firmen la adjunta promesa.

Asimismo regamos que los que quieran contribuir en algo a la propagación de tan sana costumbre, envíen juntamente con su promesa la cantidad con que quieran suscribirse, ya sea en sellos, giro postal o mltuo, billetes certificado o en cualquiera otra forma a Don Russell Ecroyd Neild, Tesorero de la Liga, Ximénez, 1, Castellón de la Plana (véase reglamento Artículo 5.º)

Los regamos a los suscriptores y firmantes anteriores nos comuniquen cuanto antes sus cambios de dirección.

El alcoholismo y su relación con la locura

Es una lástima que no se puedan obtener en España estadísticas con respecto al consumo de bebidas alcohólicas.

Los malos efectos de tales bebidas, son los mismos en todos los países.

Tomemos por ejemplo el consumo de bebidas alcohólicas en Inglaterra, los años 1852 y 1902, respectivamente, (litros por persona).

	Aguardiente	Vino	Cerveza	TOTAL
1852	5'00	1'05	104'65	110'70
1902	4'75	1'55	137'40	143'70

Se puede observar en esta pequeña estadística, que la cantidad de intoxicantes consumida en Inglaterra durante estos 50 años, ha aumentado en un 30 por 100 por cabeza.

Ahora veamos el aumento de locura en estos últimos años. La primera columna es el número de locos y la segunda la proporción por millón:

1852	21.158	1.160.
1902	110.713	3.350.

Lo que nos muestra que el aumento de un 30 por 100 en el consumo de bebidas alcohólicas, ha producido un aumento de un 189 por 100 en el número proporcional de locos. Pero ya oigo contestarme que estas cifras nada prueban, puesto que Inglaterra es un país frío mientras que España es caliente.

Ahora bien: veamos lo que la abstinencia total hace por los soldados europeos en India, que es un país caliente.

Feldmariscal Conde Roberts, dijo que «en su opinión, el efecto del trabajo llevado a cabo por la asociación de Temperancia del ejército en India, había sido equivalente a añadir tres batallones más al ejército inglés en aquel país».

Examinemos los resultados de la abstinencia total por 20 años. En la primera columna tenemos el número de abstinentes por 10.000 en el ejército; en la segunda el número de muertos; en la tercera el número de enfermos, y en la cuarta el número de casos tratados por enfermedades veneras en el hospital:

	Abstinentes	Muertes	Enfermos	Veneras
1889	1.880	166	250	4.820
1909	4.250	62	90	680

Casos admitidos en los hospitales por 10.000: Abstinentes, 415; bebedores, 924. En el año 1899 el número de soldados castigados por insubordinación por 10.000, era: Abstinentes, 266; bebedores, 670.

El clima de India se supone que es perjudicial a la salud de los europeos.

¿Cómo se explica que la estadística de la mortalidad de los soldados abstinentes en India alcance sólo la mitad de lo que sube la de los soldados bebedores en Inglaterra?

Esto sólo es una de las muchas nueces que los defensores del alcohol no pueden romper.

ALFREDO ECROYD.

Progresos farmacéuticos

La idea antialcohólica va triunfando rápidamente en España, como muy oportunamente hizo notar en su artículo del número anterior, nuestro querido Redactor-Jefe, y buena prueba de ello tenemos en el hecho de que los preparadores de especialidades farmacéuticas, empiezan a preocuparse de este asunto. Entre los iniciadores de esta campaña, distingúense muy especialmente la casa Rived y Cholí de Zaragoza, una de las más importantes de España, que ha prescindido por completo del alcohol en sus preparados tónicos y reconstituyentes; Tonigenol, Suero Tónico y Toni-Radium; que está realizando en sus bien montados laboratorios, serios experimentos, a fin de ver de conseguir la manera de conservar los fermentos en un medio no alcohólico y que por lo pronto han reducido la cantidad de alcohol en sus preparados llamados «Digestol» y «Digestosal» destinados a la curación de las enfermedades del estómago, a lo estrechamente indispensable para que aquéllos no sufran alteración.

Sinceramente nos congratulamos de este hecho, que prueba como poco a poco va imponiéndose el antialcoholismo, y por el que felicitamos a los citados señores, a los que estimulamos a seguir el camino emprendido, deseando vivamente lleguen pronto a obtener un feliz resultado en los experimentos que realizan, para que los médicos que trabajan por destinar el uso del alcohol, puedan disponer de preparados capaces de devolver la salud a los enfermos, sin necesidad de envenenarlos.

Prometo abstenerme en absoluto de toda clase de bebidas que contengan alcohol (salvo prescripción facultativa) y fomentar por cuantos medios estén a mi alcance la práctica de esta sana costumbre.

Firma
Ocupación
Señas
Población

No os Caséis con Bebedores

Durante una reunión de temperancia, una señora extranjera, de semblante pálido, de cabello blanco como la nieve y con una mirada que expresaba gran ansiedad y profundo dolor, se puso de pié de repente y dijo:

«Yo era joven y tan feliz como cualquiera de Vds. En aquel entonces me casé con el hombre a quien amaba, el cual también decía que me amaba a mí. Era bebedor y yo lo sabía; pero yo ni me imaginaba siquiera lo que puede llegar a ser el hombre que tiene esa fatal inclinación. Estoy segura de que en esta reunión no se halla ninguna señorita que sepa en realidad lo que es un bebedor, excepto que lo haya en el número de su familia.»

«Creedme si os aseguro que amar a un hombre dado a la bebida comprende en sí toda miseria. Esta convicción la he adquirido a costa de mi felicidad, de mi salud y casi de mi vida. No os maravilléis al ver la blancura de mi cabello; se transformó en sólo una noche. Yo no cuento aún cuarenta años y como lo veis, tengo la apariencia de una persona de setenta.»

«Mi esposo se ocupaba en una profesión liberal que le motivaba salir frecuentemente de tarde. De tiempo en tiempo volvía obrio a casa. Paulatinamente comenzó a ceder de día a la tentación y llegó al extremo de no encontrarse ya casi nunca sobrio.»

«Yo tenía dos amables niñas y un niño...»

Aquí se le cortó la voz, y nosotros los oyentes esperamos en silencio hasta que se hubiera repuesto y pudiera terminar su historia.

«Mi esposo.—dijo ella, después de un momento,—había estado bebiendo desde hacia dos días, sin volver a casa. Una tarde que yo estaba sentada junto a la cama de mi niño enfermo y que mis dos hijitas dormían en la pieza contigua, oí de repente regresar mi esposo y entrar donde ellas.»

«Sin saber por qué, me asusté grandemente y presintiendo que un gran peligro las amenazaba, me lancé a la puerta de su cuarto, pero la hallé cerrada, golpeé y no recibí respuesta. Una fuerza sobre natural se apoderó de mí, me arrojé a la puerta, la cual cedió a mi empuje. Pero qué espectáculo se presentó a mi vista!

«El *delirium tremens*, la demencia del ebrio, ¿sabéis lo que es eso, confiadas niñas? Dios os guarde, que nunca lo sepáis. Mi esposo, con la mirada perturbada, estaba al lado de la cama, con un gran cuchillo en su mano...»

«Echadas de aquí», gritaba, «estas fieras espantosas que andan al rededor de mí». Y al paso que gritaba, sacudía el cuchillo en el aire.

«Sin considerar el peligro me lancé a la cama; pero ahí dejé de latir mi corazón por un momento. Mis dos hijitas yacían en su sangre muertas por su padre! Yo quedé muda, sin fijarme en el pobre demente que estaba a mi lado. Luego se me escapó un grito que trajo a los sirvientes a la pieza. Desde ahí no sé más, porque quedé fuera de mí. A la mañana siguiente estaba mi cabello blanco y mi espíritu tan perturbado que ya no me podía dar cuenta de nada.»

Durante dos años no fui más que una ruina en lo espiritual. Poco a poco me restablecí de tan terrible golpe, dedicándome completamente a la educación de mi niño. Pero el pecado del padre se transmitió al hijo y hace seis meses que murió como pobre borracho. Yo quedé en mi solitario hogar, cual criatura sobre quien descansa pesadamente la mano del Señor.

«Niñas y jóvenes, yo querría que vosotras escaparaís de una suerte tan aciaga. No malogréis vuestra existencia como yo la mía, casándoos con un bebedor. ¿Tal vez amáis a algún bebedor? En tal caso sentiríais aún más vuestra miseria. ¿Esperáis convertirle? ¡A! os engañaríais contando así con vuestra débil influencia. No os podéis medir con el demonio de la bebida. Si toma posesión del cuerpo y del alma de vuestro esposo, es seguro que os aniquilará también a vosotras con él.»

«Sólo con el objeto de preveniros acerca de la terrible experiencia que destruyó mi felicidad os he contado mi historia. Yo soy extranjera y estoy sólo de paso en esta ciudad, pero yo os aconsejo:

«No os caséis jamás con un bebedor!»

De Salud y Vida.

Pastoral del Ilmo. Sr.

OBISPO DE JACA

Hemos visto con gusto esta pastoral mandada leer en todas las iglesias de su obispado en el primer día festivo. Como lleva fecha 30 del pasado, no la hemos podido publicar en este número, pero lo haremos en el siguiente.

Para enviar suscripciones y donativos

Los firmantes de la promesa que suscriben 3 pesetas o más anuales son socios, y de 25 pesetas en adelante Vice-Presidentes.

Los mismos con donativo mínimo de 25 pesetas son socios vitalicios y de 200 pesetas en adelante, Vice-Presidentes vitalicios.

Los no-firmantes que suscriben desde 3 pesetas anuales o dan 25 o más de una vez estando conformes con el objeto de la Liga, son coadyuvantes.

Señas

Población

Envío suscripción de

..... pesetas

..... céntimos,

.....

Firma

DE PEDAGOGÍA

El vicio de la bebida

Plan.—La degradación moral no es obra de un momento, ni la pérdida de un alma se verifica de una vez y de golpe: poco a poco y de una serie sucesiva de caídas y transgresiones, va el hombre prestando del honor y de la vergüenza, aficionándose al vicio y sintiéndose bien en la infamia: recorre la escala del mal hasta que pisa el último escalón y rueda por fin el abismo. Importa mucho corregirse en los primeros pasos.

Desarrollo.—Varios agentes de perdición empujan al hombre a su ruina física y moral; pero el más pernicioso y terrible de todos los vicios es el de la embriaguez.

Esto impulso maldito, este vicio de beber en demasía licores espirituosos engendra en el hombre:

1. Desafecto al trabajo, de donde nace el vicio, enemigo de todo adelanto y perfeccionamiento material y moral.

2. Desorden de los actos de la vida doméstica y social, de los que se origina el olvido de los deberes y de las virtudes, la pérdida de salud y la ruina de la familia.

3. La vida aventurera y desastrosa: el aficionado a la bebida vaga de cantina en cantina, de garito en garito y frecuenta otros lugares de escándalo e inmoralidad.

4. El uso y abuso de los licores espirituosos despierta la inclinación al robo y a la concupiscencia; el que se embriaga, cada día avanza un paso en el camino del vicio.

5. Al hombre ebrio le sorprende y le acusa pronto la enfermedad, y con ella la miseria; pierde el respeto a la sociedad y la estimación de sí mismo; deshonra a su familia y no se detiene ante el crimen.

6. La justicia cae sobre él, severa e inflexible; sus bienes quedan embargados, y él es conducido a la cárcel. Después... la condena, el presidio, tal vez el patíbulo afrontoso...

Reflexión moral.—Autoridades, Maestros, padres de familia, hombres de buena voluntad, todos debemos procurar que la juventud inexperta no caiga en el terrible vicio de la embriaguez. Pongamos ante los ojos de los niños el tristísimo ejemplo de los desgraciados que sucumben víctimas de su intemperancia en la bebida.

Máxima: Abstengámonos de las bebidas espirituosas: el alcohol es un veneno.—S.

(El Magisterio Español)



Renovación de la Junta Directiva

Por la elección celebrada por correo y cerrada en 31 del próximo pasado Diciembre, la Junta Directiva para los años 1913-14, queda constituida como sigue:

Presidente

D. Alfredo Ecroyd Russell.

Vice-Presidentes

- D.^a Inés de Crawford.
- D. Russell Ecroyd Neild.
- D. Miguel Gallart Traver.
- D.^a Ana Maria Neild Thorp.
- D.^a María Pérez Rodriguez.
- D. Luis Pérez Santos.

Secretario

D. Miguel Gallart Traver.

Vice-Secretario

D.^a María Pérez Rodriguez.

Tesorero

D. Russell Ecroyd Neild.

Director de EL ABSTEMIO

D. Francisco Fuertes.

Redactor en Jefe de EL ABSTEMIO

D. José María Fernández Oliva.

Contador

D. Patricio Miravet Granell.

Vocales elegidos en fines de 1912 para 1913 al 1916

- D. Rafael Rodríguez Méndez.
- D. Emilio Bayarte Arbunies.
- D. Carlos Ferrand.
- D. Pio Jiménez.
- D. Francisco Fenosa.
- D. Enrique Jaramillo.

Vocales que quedan por haber tenido mayoría de votos en la elección anterior (terminan en fines de 1914)

- D. Cipriano San José.
- D. Francisco Fernández.
- D. José Momplet Miravet.
- D. Francisco Albricias.
- D. Juan Basilio Santos Magaña.
- D.^a Isabel Rodríguez Arias.

Prohibición en Inglaterra

En los arzobispados de Canterbury y York hay lo menos 2.000 parroquias donde los propietarios del terreno han prohibido las tabernas en sus términos.

El estado de paz y tranquilidad en estos sitios, ha probado hasta la evidencia, la ventaja de este sistema: menos crímenes, menos pobreza y más prosperidad. Es un testimonio verdadero el que dice: Las tabernas son un mal en sí mismas y pueden muy bien abolirse sin perjudicar en nada al pueblo, siendo en cambio enormes las desventajas que su existencia reportan.

Sesenta años ha Sir Walter C. Trevelyan, se interesó personalmente en esto y suprimió todas las tabernas en su estado de Cambo. Desde entonces una nueva generación se ha formado, con gustos y hábitos adquiridos en este sistema, encontrándose a los obreros mas respetables, frugales y teniendo una noción mas alta de las comodidades necesarias para sí mismos y lo que es aún mejor para sus esposas e hijos.

Y no me parece muy aventurado decir que aun la persona que tenga mayores prejuicios contra la prohibición, no puede señalar un solo mal que haya sobrevenido de ella mientras que bien claramente se pueden observar las grandes ventajas que este cambio reporta.

Uno de los propietarios dice: «Mis vecinos tienen buena salud, buenos jornales, buena reputación, buenas casas con muebles decentes y aún han ahorrado dinero... no hay un solo pobre de solemnidad en todo el estado.»

El administrador de Sir Arthur Middleton, dice: «En Belsay donde por más de cuarenta años no se ha visto una taberna, se pueden notar bien claramente las ventajas.»

En los vecinos estados de Sir John Swinburne y Sir George Trevelyan (hijo de Sir Walter), tampoco hay tabernas, así que en una extensión de 250 kilómetros cuadrados estamos libres de esa maldición.

Todo el pueblo es industrioso y generalmente bien acomodados. Otro hecho importante es que no se encuentra un policía fácilmente por la calle y me parece que no hay ninguno en todo este terreno a no ser en Bolam, donde hay un guarda particular.»

Suscripciones y donativos desde el 1.º Octubre, al 31 Diciembre 1912

Número de recibo	Donativos	Suscripciones
146	Momplet Miravet D. Juan.	3'00
147	Jiménez D. Pio.	3'00
148	Rodríguez Méndez Dr. Rafael.	10'00
149	Urtariz Mange D. Miguel (Pbro.).	3'00
150	Ferrand Dr. Carlos.	3'00
151	Massot Balmes D. Román.	3'00
152	Angelats P. Francisco de P.	3'00
153	Hernández Dr. Antonio.	3'00
154	Ramón D. Miguel.	3'00
155	Santa Olalla Dr. Antonio.	4'00
156	Rivera Fernández Dr. José María.	3'00
157	Sánchez Cruzat Dr. Pedro.	3'00
158	Jaramillo Dr. Enrique.	3'00
159	Crawford D. ^a Inés de.	25'00
160	Pérez Rodríguez D. ^a Elisa.	3'00
161	Rodríguez Arias D. ^a Isabel.	3'00
162	Fenollosa D. Francisco.	3'00
163	Pérez Rodríguez D. ^a Ester.	3'00
164	Bautista D. ^a Carolina.	3'00
165	Jiménez D. ^a Rafaela.	1'50
166	Pérez Rodríguez D. Manuel.	3'00
167	Santos Magaña D. Juan Basilio.	3'00
168	Pérez Rodríguez D. ^a Marta.	3'00
De los tres primeros trimestres		97'50
		585'60
		683'10
Total ingresos.		1554'96

GASTOS

Parte coste Abstemio núm. 8 y cliché del	
Obispo de Jaca.	128'00
25.000 sobres.	87'50
80.000 fajas para el Abstemio.	150'00
Papel carbón.	5'00
10.000 Abstemios núm. 9.	160'00
Direcciones Trujillo Hermanos.	40'00
Gastos de empaquetar y demás para el correo dos números del Abstemio.	56'00
Correo y gastos secretaría.	60'25
De los tres primeros trimestres.	686'75
	868'20
	1554'96

Exceso de gastos sobre ingresos 1912. 1'59

Lo cual deduce de la sobrante de 1911 deja una existencia en poder del Sr. Tesorero de pesetas 1.062'74 para los gastos de este año.

Hemos publicado en 1912: Cinco números del Abstemio y si tenemos los recursos necesarios publicaremos seis números en el corriente año, para las suscripciones actuales no son lo bastante aunque por el aumento tenido de pesetas 129'05 notamos progreso.

El año pasado hemos tenido un donativo extraordinario, con lo cual ha sido posible repartir los 50.000 Abstemios en vez de los 40.000 del año anterior, pero no podemos contar con estos ingresos extraordinarios y por otra parte ni con conseguir el Abstemio mensual hubiéramos hecho lo bastante para aun disminuir el consumo de alcoholes en España.

En un colega hemos notado la estadística de un pueblo de 14.000 almas y con espanto hemos visto un aumento del 15 por 100 en las bebidas destiladas de 1911 al 1912. (Litros 97.615 en 1911 y en 1912 43.292).

La estadística no dice nada del vino consumido. Esperamos que los Abstemios españoles trabajarán y contribuirán para que podamos no solo seguir la propaganda actual sino aumentar su cantidad y su calidad.

Castellón: Imp. de Joaquín Barberá