EL INSTRUCTOR

PERIODICO CIENTIFICO Y LITERARIO.

Consagrado á la difusión de las Ciencias Agrícolas y sus ramos anexos.

FUNDADO EN 1884, BAJO LA DIRECCION

—DEL—

Dr. JESUS DIAZ DE LEON.

Académico corresponsal de la Academia Mexicana de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales, correspondiente de la Real de Madrid; Socio Honorario de la Sociedad Mexicana de Geagrafía y Estadística; Miembro corresponsal de la Sociedad Mexicana, de Historia Natural; Miembro corresponsal de la Royal Asiatic Society of great Britain and Ireland, &, &.

SECRETARIO DE REDACCIÓN,

Alejandro V. del Mercado.

AÑO XIV. Aguascalientes, México, Junio de 1897. NUM. 2.

¡CUIDADO CON LOS OJOS!

PARA "EL INSTRUCTOR."

¡Cuán pocos de nosotros comprendemos realmente el bien tan inmenso que tenemos con la vista, y no es sino cuando estamos á punto de perderla que la apreciamos en su justo valor! Con muchísima frecuencia hablamos con entusiasmo inusitado de los placeres que nos proporcionan los sentidos, y todos, con excepción de los músicos y de los que cifran su principal deleite en la música, convienen en que preferirían ser sordos á ciegos, habiendo algunos que se avanzan hasta decir, y esto aun en presencia del resignado ciego, que preferirían la muerte á la ceguera, si se hallaran en el duro caso de elegir entre los dos infortunios.

En vista de tan grande aprecio que manifestamos por este sentido ¿no es de llamar la atención que tampoco nos cuidemos de él? ¿No es de lo más raro, que comprendiendo el verdadero valor de los ojos, los expongamos con la mayor indiferencia á los cambios más rápidos del calor al frío, de las tinieblas á la luz y que hagamos toda clase de esfuerzos para arruinarlos, obligándolos á prestarnos sus importantes servicios en la semi-oscuridad y bajo otras circunstancias sumamente inconvenientes, hasta que al fin ellos mismos nos vienen á recordar, de una manera repentina, ya con dolorosas punzadas ó con ligeras anublaciones, si no con otros síntomas mucho más alarmantes, que nos hemos olvidado completamente de ellos?

Se les dice á los niños cuando apenas comienzan á leer y casualmente se entretienen con algún cuentecillo que deben dejar su libro al acercarse la hora del crepúsculo. ¿Pero qué es lo que ven estos mismos niños? No otra cosa sino que la mamá ó la tía que les da tan saludable consejo, se inclina más y más para aprovechar el último rayo de luz en su labor ó en la obra que lee al comenzar a teñirse el cielo con los hermosos colores crepusculares, ganando una puntada ó una palabra aun cuando sea á costa y con marcado perjuicio del nervio óptico.

Sabemos muy bien que cuando estamos cansados, no es solamente en la espalda y las piernas en donde reside el cansancio, sino en todo el cuerpo en general, y de consiguiente la vista que se halla tan íntimamente relacionada con el cerebro que es el centro de todas las sensaciones, participa igualmente de la fatiga, y no obstante, cansados como nos sentimos nos dejamos caer en un sofá ó en un sillón y tomando un libro les proporcionamos más trabajo á los ojos, sin acordarnos de que tan importante órgano está en idénticas condiciones que los demás; pero no pára el mal en esto, sino que al leer ponemos también á funcionar el cerebro.

Algunas señoras no es un libro lo que toman, sino que recurren en semejante caso á su labor predilecta, pensando que solamente á los dedos van á hacer trabajar, y

otras ó se ponen á escribir ó cuando menos á hojear un libro con grabados ó un álbum de retratos. Y entre tanto ¿cuál es el órgano que más sufre con este aparente descanso? ¿No es cierto que deberíamos tener presente que los ojos necesitan también reposo y que estamos en obligación de cuidar de ellos mucho más, puesto que constituye un órgano vital tan útil como delicado?

Muchos pensamos que es muy bueno vivir una hora más, como suele decirse, levantándonos temprano y dedicando dicha hora á coser, á escribir ó á cualquier otra ocupación antes de desayunarnos, ó bien hacemos que se levanten nuestros niños y los ponemos en seguida á estudiar sus lecciones teniendo el estómago vacío, sin fijarnos absolutamente en que el cuerpo necesita alimentarse antes de comenzar á trabajar y que la vista es la que más sufre al ponerla á funcionar sin que el cuerpo esté fortalecido con los alimentos que se tiene costumbre de tomar en la mañana, siendo así que no se debería hacer ningún ejercicio ni estudiar, ni coser hasta después de haber tomado, cuando menos, alguna cosa, como, por ejemplo, un vaso de leche, un par de huevos ó algo por el estilo, para mantener las fuerzas equilibradas.

Jamás deberíamos permitir que una persona, que se encuentra muy debilitada por algún padecimiento crónico ó que está convalesciendo de alguna enfermedad aguda, haga esfuerzos de ninguna especie con la vista. Tampoco deberíamos mirar con indiferencia la colocación de las ventanas en las escuelas, ni consentir, por ningún motivo, en que los niños escriban ó lean en tal postura, que los rayos de luz vengan á caerles directamente sobre los ojos. Y por último, nunca deberíamos acceder á que las camas se coloquen de tal suerte que la luz venga á herir, precisamente, la cara de la persona que la ocupa, pues que siempre debemos procurar que los ojos tengan positivo descanso durante la noche, y para conseguir esto es indispensable que la habitación en que se duerme esté completamente á obscuras, por cuya razón los que tanto gozan contemplando las estrellas ó admirando la salida del sol bien pueden satisfacer sus deseos de cualquier otro modo que no sea robándoles á los ojos el reposo que justamente les corresponde.

Nunca pueden ser las madres demasiado cuidadosas en lo que respecta á los estudios de sus hijos por la noche. Deberían aconsejarles, y no sólo aconsejarles sino prohibirles que estudien á tales horas; como nuestro sistema actual de enseñanza requiere, algunas veces, que se quebrante este precepto, es del todo indispensable que los padres les proporcionen á sus queridos estudiantes la mejor clase de luz que se pueda obtener, no permitiendo, bajo ningunas circunstancias, que se entreguen á sus tareas á la luz de una flama temblona é incierta y si por desgracia notaren algún síntoma de vista corta en alguno de ellos, deben, sin pérdida de tiempo, consultar á un oculista para buscarle al niño la clase de lentes que le evite cuanto antes esforzar la vista y aumentar el mal.

Cuando se sienta alguna molestia en los ojos, bien que estén inflamados, que puncen ó que se haya recibido algún golpe en ellos, conviene, más que nunca, cuidarlos y atenderlos, y si el mal presenta caracteres alarmantes desde un principio, es preciso buscar inmediatamente el auxilio de la ciencia, y entre tanto que éste se obtiene, se deben emplear lavatorios de agua pura. El ojo, lo mismo que el resto del cuerpo, necesita frecuentes baños, aire libre, y moderación en el trabajo para mantener su salud en perfecto estado y para conservar su fuerza visual en todo su esplendor.

M. Valerio Ortega.

EL LIBRO DEL HOGAR

POR EL DR. JESUS DIAZ DE LEON.

(Continúa del número anterior.)

De la agalacia y su tratamiento.

Trataremos en un capítulo especial dentro del cuadro de la lactancia materna, lo relativo á la supresión de la leche, su escasez, etc., como causa de destetamiento, cuando habiéndose empleado todos los recursos encaminados á provocar la secreción láctea, no se consigue na-

da y el bebé está en peligro de sufrir las fatales consecuencias de la atrepsía por agalacia materna.

Atrepsía por agalacia materna! he aquí cuatro palabras que definen perfectamente el estado anormal de la madre y el hijo en la lactancia, pero que los términos técnicos no comprendidos bien dejan á obscuras de su sentido á la discreta madre que desee sacar buen provecho de este libro. Pues, atrepsía por agalacia, quiere decir, enfermedad en el niño caracterizada por enflaquecimiento, *falta de nutrición*, hambre orgánica en fin, causada por la falta de leche en la madre ó nodriza. Es de advertir que la atrepsía puede venir aunque haya leche abundante, pues si ésta es mala es tanto como si el niño no se alimentara.

La agalacia puede ser natural ó excepcional, es decir, que la madre por su constitución natural no tenga leche abundante y sea una mala nodriza ó bien teniendo leche abundante, se agota la secreción por alguna impresión moral ó por una enfermedad pasajera.

En el primer caso, agalacia natural, el tratamiento es el mismo, pero con menos espectativa. Se deberá tener en cuenta la constitución, el temperamento y las costumbres. Efectivamente, en muchas mujeres de nuestra clase media, que aunque aparentemente tienen buena constitución, ésta está minada, deteriorada por el trabajo, la escasez, la presión moral continua de una vida laboriosa, mejor dicho afanosa, la agalacia no se cura tan fácilmente, porque la medicina ó los medicamentos no pueden levantar un edificio que se ha ido destruyendo día á día en el curso de muchos años. Pero aun así no hay que desesperar, tenemos muy reciente un hecho de esta naturaleza que por venir al caso referiremos. Era una mujer del pueblo pero cuya inteligencia la ponía en otra esfera moral, de constitución robusta en apariencia, que acababa de tener su primer hijo y sufría mucho porque no tenía leche y se le estaba *descriando* según ella decía, siendo su más ardiente deseo el poder criarlo, porque era muy pobre y no tenía para comprarle tanta leche como necesitaría su hijo. Nos refirió que había vivido en la miseria, muy mal alimentada y que aunque ahora comía mejor con los 37 centavos que ganaba su marido creía que era muy débil porque no se alimentó bien en su infancia y en su juventud. Sin desmoralizarla, pero con poca esperanza por nuestra parte, le recomendamos tomara mucho atole, una infusión de lúpulo y nogal antes de comer; que tomara caldo de frijoles, papas, habas, lentejas, sopas de pasta y si podía, carne y legumbres. Era preciso acomodar el consejo á lo que podía realizar con sus fuerzas aquella infeliz. Además le aconsejamos las cataplasmas de *hojas de higuerilla* que siempre usamos en los casos de agalacia y como tratamiento tres tazas al día de una infusión de *capomo*, la medicina nacional para el tratamiento de la agalacia. Debemos advertir que el nogal y el lúpulo llenaba la indicación de combatir la *anorexia* falta de apetito y repugnancia á la comida, cosa natural en una infeliz acostumbrada ya á no comer por su pobreza. A los cinco meses se nos presentó de nuevo con su criatura muy *bien criada*, en buenas carnes, atacada de una diarrea porque comenzaba á alimentarla y le había dado *calabaza en leche*. Nos refirió que no había vuelto á molestarnos porque había notado que con las medicinas y método que le habíamos indicado había comenzado á bajar la leche al grado de que le sobraba para alimentar á su hijo y que al notar que ya tenía abundante leche suspendió las cataplasmas, el nogal y el capomo, sin haber resentido nada en la secreción de la leche.

Bajo otras muchas formas clínicas hemos tenido ocasión de combatir la agalacia y salvo en los casos de una constitución pésima en la madre, hemos logrado reablecer las funciones normales de la lactancia con más ó menos abundancia, pues la mujer que es escasa naturalmente de leche no se consigue que sea una buena nodriza.

Como estos consejos se refieren á casos sencillos, puesto que abarcan los casos en que la mujer pueda atender por sí misma á una enfermedad como lo es la agalacia, indicaremos aquí, como reglas generales los medios á que se puede recurrir en tanto se consulta un médico, que será siempre lo más acertado, que si se encontraren desacertadas y vulgares nuestras indicaciones desde hoy declaramos que escribimos para la clase media principalmente, puesquien puede pagar á un médico cada consejo que se le pida y aun un mismo consejo á veinte médicos, poco ó nada significan nuestros consejos.

La buena alimentación es el primer consejo para combatir la agalacia, repitiendo aquí, que no se debe alterar la costumbre so pretexto de tomar alimentos fuertes que no puede digerir el estómago, pues no es el alimento fuerte el que da más leche, sino el más sano y el que mejor se digiere aunque pese sobre él el calificativo de ser de poca sustancia.

En las familias pobres no recomendamos sino el atole común del país, y si pudieren más sus recursos el atole de maicena con leche, las sopas de pan, de arroz y de pastas, carne y legumbres si fuere posible.

En familias de más elementos pecuniarios, se puede agregar á la dieta ó régimen anterior el consomé, el menudo, caldo de manitas, jericallas, cajeta de membrillo, frutos amiláceos y azucarados, nunca las frutas aromáticas. Cerveza como único licor, salvo que por indicación de médico, tenga que tomar algún vino medicinal la madre-nodriza.

Sería prolijo entrar en detalles sobre la alimentación en las personas acomodadas, pues aquí mas bien se podría tomar el consejo en sentido negativo, es decir, en señalar lo que les está vedado para no perjudicar á la criatura. Desde luego los vinos y licores, salvo que haya costumbre de tomarlos, los manjares apetitosos por lo muy condimentados, los excitantes como el café en las mujeres nerviosas. Hemos visto en muchos casos que las madres nodrizas toman longaniza preparada en casa, para poder pasar un buen jarro de atole á que no estaban acostumbradas en su alimentación ordinaria y nos aseguran que se encontraban bien con este régimen.

Tales son los principales puntos que conciernen al régimen alimenticio en la agalacia, y si se fija un poco la atención se verá que más que á los alimentos fuertes, recurrimos á los alimentos feculentos y azucarados, y en el régimen animal sólo aconsejamos los huevos tibios ó crudos y la leche como se deseare.

El ejercicio es de rigor, al aire libre, por lo menos dos horas por la mañana y dos horas por la tarde ó por la noche, los baños, según sea la costumbre, fríos ó templados, de regadera, esponja, ó agua corriente, pero se tomarán dos ó tres á la semana.

Réstanos la higiene terapéutica de la agalacia. Ya hemos dicho que el capomo es eficaz en muchos casos. Las cataplasmas de hojas de higuerilla en la región pectoral, preparadas con las hojas frescas y bien machacadas.

También se usará la sal en abundancia, pudiéndose tomar en los huevos tibios muy salados, ó como lo hacen los pobres, tacos de tortillas calientes con sal. La sal es un buen medicamento para aumentar la leche y la dosis será como una cucharada diaria.

También se puede recurrir á la tintura de galega, tomando unas 40 ó 50 gotas tres veces al día.

Los demás recursos indicados por la ciencia, como la electricidad sólo pueden ser aplicados y dirigidos por un médico á quien se consultará en caso de rebeldía á los medios ordinarios indicados aquí.

No hacemos mensión especial del reverso de la agalacia que es la galactorrea ó sea la incontinencia de leche, porque esta enfermedad es un síntoma de algún otro padecimiento que sólo el médico podrá descubrir. Pero por no dejar sin recurso absolutamente en caso de tener este achaque, alguna madre que no pueda consultar inmediatamente á un médico, bien puede recurrir á unos fomentos de agua fría, muy fría, en toda la región pectoral, y si esto no la aliviase, habrá que consultar con un facultativo.

Lactancia natural mercenaria.

En todos los libros franceses, en el capítulo consagrado á las nodrizas que es el que vamos á desarrollar aquí con el calificado de lactancia mercenaria, abunda en detalles que no tienen aplicación alguna en nuestro país. La razón de esto es que en Francia hay la costumbre de entregar el niño á una nodriza que lo recibe con el carácter de madre y se lo lleva al campo en donde lo nutre juntamente con su hijo si lo tiene y si no procura introducir la lactancia mixta para aligerararse la carga, lo cual termina las más veces con la muerte de la criatura. La mortalidad de niños entregados á la lactancia mercenaria ha hecho que se organicen sociedades protectoras de la infancia, oficinas de registro de nodrizas etc., instituciones desco-

nocidas entre nosotros y que no hay necesidad de historiar en este libro de consejos á las madres.

Plegándonos á nuestras costumbres y teniendo en cuenta que las madres mexicanas sólo recurren á la nodriza cuando les es absolutamente imposible el criar á sus hijos, nuestros consejos serán breves en este punto, pues en lo que pudiéramos detenernos que es en la elección de la nodriza, esta elección la hace generalmente el médico á quien se le mandan nodrizas por docenas para que las examine cuando entre las familias de su clientela hay alguna madre que necesita dejar la crianza de su hijo.

Las mejores nodrizas son, en tesis general, las que se toman del campo, es decir, de las haciendas, rancherías ó pequeñas poblaciones. Pero en nuestra organización social no podemos decir que las nodrizas de las ciudades sean malas, sino es que son más difíciles de contentar y por lo común tienen sus amoríos que ocasionan no pocos disgustos á las madres y no menos trastornos á las criaturas que se les confían para su crianza.

Uno de los inconvenientes de toda nodriza en nuestro país es la falta completa de aseo personal y aunque las personas acomodadas comienzan por vestirlas y hacerlas que se bañen, tienen costumbres arraigadas de desaseo que es preciso vigilar y cuidar de que no caigan en ellas porque perjudica á las criaturas. ¿Cómo? Sencillamente, porque si la madre no atiende personalmente á la limpieza de su hijo, la nodriza no se cuida de ello, y de aquí las erupciones y enfermedades propias de la falta de aseo en los niños. Luego por los parásitos que pasan al niño y los hacen sufrir, dando lugar á que la madre crea que tiene alguna enfermedad y no es mas que la molestia....

Es preciso hacer que la nodriza se bañe con frecuencia y use el peine que llaman de *chinar*, y se evitará que bebé duerma con ella. La nodriza dormirá en una pieza contigua á la de la madre y cuando bebé despierte, en su cama ó en la de la madre, irá la nodriza á darle de comer dejándolo en su cama luego que se haya dormido.

Aquí es el caso de recordar lo que hemos dicho de educar á bebé desde el primer día á que no duerma mamando, ni se acostumbre á quedarse en los brazos, etc., sino que coma lo que necesite y luego dormido ó despierto que vaya á hacer su digestión á la cuna, nunca en los brazos. ¿Qué sucederá el día que la madre tenga que dejar la crianza de su hijo por un motivo poderoso, si está acostumbrado á tomar el pecho en la noche y no soltarlo hasta el día siguiente? Pues sucede que bebé tiene que dormir con la nodriza y ésta que no tiene mucha voluntad de sacrificarse á sus hábitos, comienza á hacer mil remedios y á valerse de mil tretas para que se duerma sin estar ella sacrificada, tretas y remedios que más de alguna vez cuesta la vida á las criaturas. El remedio de que más se valen es casi ahogarlos durmiéndolos en un estado asfíxico ó bien dándoles el jarabe de amapolas ó de adormideras, ó dejándoles la cabeza muy baja para que se les congestione y en ese estado de entorpecimiento los dejan dormir sin que tengan que estar en los brazos. Recurren á estas tretas cuando el cebo del sueldo ú otras razones de interés las hacen permanecer al lado de la familia, pues en caso contrario, se salen y comienza el cambio de nodrizas, una diaria las más veces, hasta que bebé se enferma y la madre tiene que hacerse cargo de su cuidado, siendo una fortuna que en esa enfermedad olvide su costumbre, pues si no fuera así, tiene que repetirse con cada nodriza la misma historia.

Otro de los cuidados que hay que tener con las nodrizas es el de la alimentación, y en este punto repetimos lo que hemos dicho de la madre. Es un error creer que la nodriza tendrá mejor leche dándole vino y carne y comida en abundancia. Sucede que muchas nodrizas, arrastradas por la miseria buscan esa colocación, y el hambre las tiene macilentas y las hace ser glotonas cuando pueden satisfacer el apetito y los alimentos fuertes les descomponen el estómago en perjuicio de bebé. La nodriza que ha salido del pueblo, que toda su vida se ha alimentado mal y no sabe de mas alimentos que la tortilla, el atole, los frijoles y el chile, es una temeridad ir á darle otros alimentos que no son para su estómago. Désele atole, champurrado que para ellas es una cosa suprema, leche si la prefiere, muchas tortillas y pan y si

prefiere la semita, mejor, caldo, arroz, frijoles y chile. Con este régimen, se reponen muy pronto, engordan y tienen una leche de muy buena calidad y abundante.

Cualquiera censura que á este respecto se nos haga, podrá tener algún fundamento en un caso particular, pero en tesis general, nuestro consejo se apoya en la experiencia y en las leyes naturales de la organización, leyes que no se alteran ni se modifican conforme á nuestros deseos y conforme á las prescripciones.

Hay sin embargo necesidad de una gran vigilancia, porque esas nodrizas, por lo general, rechazan las comidas ordinarias de la gente culta, y se entregan con voracidad y á hurtadillas á comer los alimentos ó apetitos que son los que siempre están á su alcance, como la calabaza cocida, los elotes, la carne de puerco ó chicharrones, los tamales, las enchiladas, etc., etc., y si alguna vez sucede que bebé se pone malo de diarrea intempestivamente hay que averiguar con cuidado si la nodriza ha comido algún apetito de estos y si acaso ha tenido la imprudencia de darle al niño para que calle. Con frecuencia las deposiciones de bebé las denuncian por que arrojan ollejos de uva, semillas de tuna y ollejos y aun granos enteros de maíz cocido.

Al hablar de los alimentos que indirectamente hacen mal al niño se nos pasó decir en los consejos de la madre, cuanto conviene que ésta y la nodriza se abstengan de pescado y de las comidas estimulantes que se llaman de vigilia. Esto no reza con las nodrizas de los puertos, porque en esos puntos el pescado es una carne muy sana y de fácil digestión. Pero el pescado de agua dulce, en nuestros climas de la mesa central, nunca se toma sano y si el estómago de la nodriza no lo reciente la organización de bebé lo traiciona luego por una diarrea y á veces por una congestión cerebral más ó menos grave y mortal, siendo esta la regla si el pescado fuere de lata. Nosotros nunca fuimos preocupados en este sentido, pero los muchos casos que hemos presenciado confirmando nuestro acerto nos han hecho cambiar de opinión.

Estas observaciones tienen una excepción muy extensa al tratarse de nodrizas de las grandes ciudades, pues su alimentación es siempre diferente de la que tiene la clase pobre en los campos. Para éstas realmente son válidas todas las reflexiones que hemos hecho al hablar de la alimentación de la madre.

¿Qué debemos decir ahora respecto á la constitución de la nodriza? Si con la madre podemos ser indulgentes alguna vez, pasando por algún antecedente que no haya la seguridad de que perjudique al niño, con la nodriza si hay que ser exigente en todos sentidos. He aquí los puntos fundamentales para la elección de una buena nodriza. Si fuere joven será mejor, y si casada con más razón; su constitución debe revelar buena salud, estar bien desarrollada y con abundante leche. Hay que procurar que la época de la lactancia en que se halle la nodriza, sea la misma que la edad del niño que va á criar ó con poca diferencia de uno ó dos meses. La leche de mucho tiempo es pesada, indigesta á los bebés de tierna edad. La razón de esto es que la naturaleza va acomodando la fuerza del alimento á la edad y robustez del niño que tiene que sustentar. Respecto á otros detalles relativos á enfermedades constitucionales, como la escrófula, la tísis, la sífilis, el reumatismo etc., sólo el examen médico puede descubrirlo, por lo que hacemos punto omiso aquí puesto que las madres no podrán hacer el examen pericial de una nodriza.

La prueba que generalmente se hace en el agua para juzgar de la leche de una nodriza es insuficiente y sólo puede servir para afirmar respecto á la densidad de la leche. Una leche de *apoyo* no se mezcla en el agua al caer en ella, se va al fondo, una leche de mediana calidad se mezcla en parte y la leche muy delgada cae en el agua como si fuese agua de orchata.

LACTANCIA ARTIFICIAL.

La lactancia artificial consiste en el empleo de otra leche que no sea la humana para la crianza de un bebé. En nuestro país se acostumbra la leche de vaca en la lactancia artificial, poco la leche de burra y rara vez la de cabra

La primera regla que hay que establecer respecto al uso de la leche de vaca, es que se procure, si fuere posible, que sea una sola vaca la

que se destine á dar el alimento del niño. La leche que proviene de las ordeñas trae revuelta la leche de diversas edades, y aquí es más preciso, el consejo que hemos dado para la elección de nodrizas. Si bebé tiene dos, cuatro, cinco ó siete meses, la leche de la vaca, debe contar dos, cuatro, cinco ó siete meses según la edad del becerro. Si no se pudiera llenar esta condición, y la leche de la vaca fuere del doble de la edad de bebé, por ejemplo, entonces se hervirá la leche terciándola con agua y poniéndole un pedacito de azúcar. Esta manera de administrar la leche de vaca es de rigor, siempre que bebé no pase de los cinco ó seis meses y la leche sea muy grasa, lo cual se puede conocer dejando una poca que se haga *jocoqui* para apreciar la cantidad de grasa que se forma.

La lactancia con la leche de vaca es fácil en el campo, pero en la ciudad es más difícil, sobre todo en donde no hay juntas de salubridad que tengan su inspector de bebidas. En todo caso, si hubiese ordeñas, lo mejor será comprar la leche de una sola vaca eligiéndola en las condiciones ya señaladas.

Si se generalizaran entre nosotros los esterilizadores de leche sería mejor, pero entre tanto esto sucede, habrá que sujetarse á las reglas indicadas para obtener una leche que no haga mal á bebé.

Generalmente se usa entre nosotros el biberón ó simplemente un *tetín* acomodado á una botella de capacidad pequeña como la de una botella de florida que es á la que mejor se adapta el tetín. Ya se use el *biberón* ó el *tetín*, la regla que vamos á indicar es de rigor y las madres jamás dejarán de sujetarse á ella ni una sola vez. Es indispensable lavar muy bien en agua caliente y poniendo un poco de carbonato ó tequezquite, todo el aparato que forma el biberón ó el tetín, la leche se agria muy pronto y da lugar á la formación de fermentos que causan al niño enfermedades intestinales muy graves, reveladas por el *algodoncillo* ó *muguet* que les aparece en la boca. Así, pues, tan luego como acaba bebé de tomar su alimento hay que lavar sus vasijas ó el tetín.

En cuanto á la leche que habrá de preferirse en caso de que los padres tengan facilidad de elección para proporcionarse la que sea necesaria, diremos que la leche de burra es la mejor, porque es la que más se asemeja á la de la mujer, pero como es difícil proporcionársela tanto por el costo como por la escasez, se prefiere la de vaca. Diremos también para que se tenga presente en la ocasión, que la leche de burra se altera más pronto que la de vaca, así, la única manera de tomarla es inmediatamente después de ordeñada. La leche de cabra, es algo indigesta y de olor repugnante, así no la aconsejamos, aunque tenga la cualidad de ser nutritiva.

(Continuará.)

EL SIMBOLO DE LA GOLONDRINA

—POR—

Magaud d' Aubusson.

Se ha dicho que los pájaros son los poetas de la naturaleza, pero ¿quién podría decir lo que hay de poesía en ellos? La misma vida del pájaro es un poema: ama y canta.

Sin embargo, no todos han recibido los mismos dones y en ese mundo encantador de los habitantes del aire la naturaleza tiene sus favoritos. A este número pertenece indudablemente la Golondrina. Todo en ella atrae nuestra simpatía y nuestra admiración. Sus costumbres tan dulces y tiernas, sus evoluciones aéras tan graciosas, su canto alegre, sus viajes lejanos y su fidelidad en volver, los grandes servicios que nos presta destruyendo por millares los insectos nocivos y molestos, todo hace de ella un ser privilegiado á quien ha amado y protegido el hombre en todos los tiempos y casi en todos los países Viene á habitar en nuestro hogar y se introduce en él con toda franqueza, fabricando su morada dentro de la nuestra, bajo nuestro mismo techo. Su confianza ingenua en los deberes de la amistad y del reconocimiento le quita todo temor. Se considera como miembro de la familia donde ha construido su nido, el cual sólo abandona por corto tiempo y debido á necesidades imperiosas. La época de su vuelta que corresponde á la de la primavera contribuye á ganarle los corazones.

El hombre, en efecto, ha visto en la Golondrina á la alegre anunciadora de la prima-

vera, á la mensajera alada de los hermosos días de sol. La ha hecho el símbolo de la estación calurosa y del sol que disipa las tinieblas del invierno.

Esta creencia remonta á épocas lejanas. La pintura de un vaso antiguo nos ha conservado el modelo de ese sentimiento profundamente impreso entre los Griegos. Tres personajes, un efebo, un anciano y un niño señalan con el dedo una golondrina, y se establece entre ellos el siguiente diálogo.

El Efebo.—"Mira una golondrina!"

El Anciano.—"Sí, por Hércules."

El niño.—"Hela aquí."

El Anciano.—"He aquí la primavera."

La vuelta de la golondrina, mensajera de la primavera, era motivo de fiestas en el mundo antiguo. En Rodas, por ejemplo, iban de casa en casa cantando la llegada del ave de luz y felicidad. "Ha llegado, ha llegado, la Golondrina que trae consigo las bellas estaciones y los hermosos años, blanca del pecho, negra de las alas!.....

Y los niños hacían una petición!

En el Edda, libro de la Mitología escandinava, Sigurd no se atreve á matar al monstruo que guarda el tesoro. Siete Golondrinas vienen una tras otra á luchar contra su vacilación. Sigurd se deja convencer, descubre el tesoro y recupera á su esposa. Es la imagen del Sol que se desposa con la Primavera, y la Tierra se cubre de plantas y flores cuando las Golondrinas regresan de su largo viaje. En el *Pentamerone*, la Golondrina saca los ojos á la hechicera que la había arrojado de su nido: el invierno obliga á la Golondrina á partir pero vuelve la Primavera y aleja á su vez al invierno. (1)

El pueblo llama á las Golodrinas los pájaros del buen Dios, pues cree que atraen la bendición del cielo sobre la casa donde fabrican su nido. Porque estos pájaros, dicen estas buenas gentes, viven en comunión con la Divinidad y reciben de Ella las gracias y los dones más preciosos. Esas aves le han ayudado á construir el cielo (2) y una Golondrina es la que quitó las espinas de la cabeza del Salvador (3) El dar muerte á uno de estos pájaros benditos ó destruirles sus nidos ó maltratar á sus polluelos, sería un sacrilegio que daría lugar á un castigo inevitable. En muchas localidades se cree que el que destruye un nido de Golondrinas tendrá enferma alguna de las bestias de su establo por espacio de un año. El castigo puede ser todavía más grande, pues la muerte puede entrar en la casa que no ha sido hospitalaria para la Golondrina.

En Alemania y en Hungría, si alguno destruye un nido de Golondrinas, su vaca no dará leche ó estará mezclada con sangre. Esta mezcla de leche y sangre se encuentra en una superstición del Franco-Condado pero con otra forma. Las gentes del campo en esta provincia creen que si una golondrina pasa debajo del vientre de una vaca que esté paciendo en el campo se le convertirá la leche en sangre. Entonces dicen que el animal está "estigmatizado" y no hay más remedio que tirar esa leche cerca de la cruz que forman cuatro caminos.

En los tiempos de Plinio se creía firmemente que la cabeza de una golondrina cortada en luna llena amarrada á un listón y colgada al cuello era un remedio contra la jaqueca. Quien lo dude que no se ría, pues todavía hay en Francia gentes que creen se pueden atraer amigos llevando consigo el corazón de una golondrina y hacerse amar de una mujer regalándole un anillo de oro que se ha dejado durante nueve días en el nido de uno de esos pájaros. (4)

No son éstas las únicas virtudes que se atribuyen á la golondrina. Los antiguos boticarios poseían la receta de específicos maravillosos sacados de esta ave. Así el nido de golondrina aplicado exteriormente era considerado como una buena medicina contra las anginas, y Willughby, que escribía en la segunda mitad del siglo XVII dice en su *Ornitología* que las cenizas de este pájaro son excelentes para los ojos.

La golondrina conocía el arte de curar la ceguera por medio de una piedra que ella iba á buscar á la orilla del mar. Cuando se quería obtener dicha piedra no había mas que lastimar los ojos á una golondrinita. La madre vuela luego en busca de la piedra mágica y después de haber curado á su hija ciega, oculta el precioso talismán en el fondo de su nido. Esta creencia singular se haya extendida especialmente en Normandía, en el Vivarais y en el Bajo-Languedoc Es de un origen antiguo, por que el médico griego Dioscorides, que vivió en el pri-

mer siglo de nuestra era, dice que se encuentran en el estómago de las golondrinas piedrecitas de diferentes colores que se emplean en el tratamiento de las enfermedades de los ojos. (5)

En España se cree también que la golondrina va á buscar, no se sabe donde, una yerba mágica, con la cual se puede hacer prodigios. (6)

Sin embargo, si la golondrina tiene panegiristas, también tiene detractores.

Pitágoras le rehusaba la entrada á su morada, precisamente porque devora los insectos, considerándola como un animal cruel.

Cicerón compara á los amigos falsos con las golondrinas que no se les ve más que durante los hermosos días, y que se alejan cuando viene la mala estación.

Un proverbio griego recomienda á los hombres sabios no abrigar golondrinas bajo su techo, es decir, estar en guardia contra los malvados.

"En un apólogo que se encuentra en la carta de San Gregorio Nacianzeno al príncipe Seleucos, dice: "las golondrinas se vanaglorían con los cisnes de cantar para agradar á todos mientras que ellos no cantan mas que para sí, raras veces y en lugares solitarios. Los cisnes les replican que es mejor cantar poco y bien para algunas personas escojidas, que mucho y mal para todo el mundo. Pero ya se sabe lo que es preciso pensar del canto de los cisnes.

El señor de Gubernatis dice, la golondrina se alaba de su hermosura ante el cuervo, éste le responde que su hermosura es siempre igual, mientras que ella sólo es hermosa en la primavera. Y en efecto añade el sabio, la golondrina hermosa y de buen agüero en la primavera, se vuelve pesada y casi demoniaca en las otras estaciones. Por esto los antiguos que soñaban en golondrinas era un presagio funesto.

La golondrina debe la página más sombría de su historia á la mitología griega. Por efecto de la metamórfosis, ella es Prognné, la hermana de Filomela la esposa vengativa que hace comer á su marido inconstante el cuerpo de su hijo. El amable pájaro reviste aquí un carácter siniestro poco en armonía con su natural inagotable de ternura y abnegación. Los sacerdotes egipcios que mejor han seguido el verdadero símbolo le han dado, al contrario, una de las formas místicas del alma.

Los poetas han cantado á la golondrina. Se le han dicho en todos los idiomas cosas encantadoras en prosa y en verso. Ningún otro pájaro ha merecido como ella estos delicados homenajes.

La Biblia la cita frecuentemente en su lenguaje simbólico. El Psalmista compara al hombre piadoso con la golondrina que fabrica su nido en la bóveda del templo. Más tarde el misticismo cristiano acogió á esta graciosa criatura. San Francisco de Asis le dirigía arengas y la llamaba su hermana.

El pájaro de la luz que anuncia la vuelta del Sol y cura á los ciegos ha recibido de la naturaleza, al menos para una de sus especies, la más graciosa, un vestido simbólico; el traje blanco que refleja todos los rayos luminosos, y el manto negro que los absorve todos.

NOTAS.—(1) Se puede comparar el uso que tenían los griegos de celebrar con un himno la vuelta de las golondrinas, con la costumbre que se ha conservado en algunas de nuestras provincias, notablemente en Berry, en donde los niños, desde el momento que aperciben la primera golondrina se ponen á cantar:

Ah! he ahí la golondrina,
Ah! he ahí la golondrina,
hela ahí pues!"

Refrán ingenuo de una sencillez campesina y cuyo tema varía en cada localidad.

Un provervio angevino dice también (según el abate Vincelot, ornitologista angevino)

"La golondrina del campo
Trae la primavera y la alegría."

(2) En la comedia de "*Las Aves*" de Aristófanes, las golondrinas tienen el encargo de construir la ciudad de las aves.

(3) En Bretaña esta leyenda conmovedora se aplica también al Rouge-gorge (pitirojo.)

(4) Hace veinte años he visto en París comerciantes en aves que llevaban enjauladas golondrinas vivas. Vendían muchas á toda clase de personas, quienes después de haberlas comprado, las soltaban. Esas personas se imaginaban que por ese medio se atraían las bendiciones del cielo y salían bien en sus negocios.

Comunicación de M. de Ferragon á M. Eugenio Rolland: *Fauna popular de la Francia* 11 p. 321 (1879)

(5) *Quelidonias ó piedras de golondrina*, piedras de *Sassenage*, *piedras oftálmicas*, *falsas quelidonias*, *quelonitas*, pequeñas piedras silíceas de forma esférica ó redondeada, son en realidad granos de cuarzo piromaco ó de cuarzo ágata rodados por las aguas.

(6) Pinol. Diccionario gallego. Barcelona (1876) Conocemos la Quelidonia, ("Chelidonium," golondrina) sea porque los antiguos creían que la golondrina con el jugo acre y corrosivo de esta planta curaba las enfermedades de los ojos de sus pequeños, sea que se le haya dado este nombre porque florece á la vuelta de las golondrinas. Las gentes del campo la llaman "relámpago" y emplean á veces, aunque erradamente, su jugo contra las oftalmías. Género de la familia de las Papaveráceas. Tiene por tipo la gran quelidonia, vulgarmente llamada "gran relámpago." La quelidonia tiene flores amarillas, dispuestas en ombelas terminales. Se le encuentra á la sombra de las paredes antiguas.

Trad. del francés por Æ.

APUNTES PARA LA ENSEÑANZA ESCOLAR DEL SISTEMA LEGAL METRICO-DECIMAL

POR EL DR. JESUS DIAZ DE LEON.

—

(Continúa del número 9.)

LECCION 7ª

EQUIVALENCIAS DE LAS ANTIGUAS MEDIDAS DE SUPERFICIE CON LAS DECIMALES.

—

113. La relación de las antiguas medidas de superficie cuadrada con su expresión en cifras métricas y decimales, es como sigue:

	metros cuadrados y decimales.
La vara cuadrada equivale á.....	0.702,244
La media vara cuadrada equivale á.....	0.175,561
La tercia de vara cuadrada equivale á.....	0.078,027
La cuarta de vara cuadrada equivale á.....	0.043,890
La pulgada de vara cuadrada equivale á..	0.000,542
La línea de vara cuadrada equivale á.....	0.000,004
El punto de vara cuadrada equivale á.....	0.000,000

114. La *área* tiene en varas cuadradas y decimales.....142.400,647.

215. La Hectárea múltiplo de la área equivale á 14,240.064,707 varas cuadradas.

116. La Centiárea equivale á 1.424,006 varas cuadradas.

117. Las medidas agrarias antiguas comparadas con las métricas actuales se expresan parcialmente así:

Unidad antigua.	Varas cuads.	Tercias cuads.	Pulgs. cuads	Lin. cuads.	Puntos cuads.
Area	142.	3.	87.	34.	52.
Hectárea	14,240.	0.	83.	123.	123.
Centiárea	1.	3,	117.	73.	113.

118. Si tomamos como unidad principal el metro cuadrado para fijar su equivalencia con las medidas antiguas, tendremos que 1 metro cuadrado equivale á

1 vara cuadrada.
3 tercias cuadradas.
117 pulgadas ,,
73 líneas ,,
112 puntos cuadrados.

expresándose en varas cuadradas y decimales en relación con el metro cuadrado así: 1,424.006,471.

119. El metro cuadrado sólo tiene un múltiplo que es el decámetro cuadrado ó área, y su equivalencia en varas cuadradas es como sigue:

1 decámetro cuadrado ó área tiene:
142 varas cuadradas.
3 tercias ,,
87 pulgadas ,,
34 líneas ,,
51 puntos cuadrados.

Su expresión en decimales es como sigue: 1 decámetro cuadrado 142.400,647 varas cuadradas.

120. El metro cuadrado tiene tres submúltiplos: el decímetro, el centímetro y el milímetro.

El decímetro cuadrado equivale á 18 pulgadas cuadradas, 65 líneas cuadradas, 77 puntos cuadrados.

El centímetro cuadrado equivale á 26 líneas cuadradas y 82 puntos cuadrados.

El milímetro cuadrado equivale á 38 puntos cuadrados.

121. Ya sabemos que las medidas de superficie aplicadas á la apreciación de la extensión de los terrenos se llaman *medidas agrarias*, siendo la unidad de estas medidas la *área* que es el cuadrado del decámetro.

La tabla siguiente ofrece á la vista todas las medidas agrarias antiguas comparadas con las modernas:

Medidas antiguas de terrenos comparadas con las modernas.

ANTIGUAS MEDIDAS AGRARIAS MEJICANAS.	VARAS DE LARGO	VARAS DE ANCHO	VARAS CUADRADAS.	AREAS ó superficies en caballerías	HECTÁREAS.	AREAS.	CENTIÁREAS.	FRACCIONES.
1 hacienda.....	25.000	5.000	125.000.000	205.117	8778	05	00	000 000
1 sitio de ganado mayor.....	5.000	5.000	25.000.000	41.023	1755	61	00	000 000
1 sitio de ganado menor.....	3.333⅓	3.333⅓	11.111.111⅓	18.233	780	27	11	111 111
1 criadero de ganado mayor...	2.500	2.500	6.250.000	10.253	438	90	25	000 000
1 criadero de ganado menor...	1.666⅔	1.666⅔	2.777.777⅓	4.558	195	06	77	777 778
1 fundo legal para pueblo.....	1.200	1.200	1.410.000	2.363	101	12	31	360 000
1 labor.....	1.000	1.000	1.000.000	1.641	72	22	44	000 000
1 caballería de tierra.....	1.104	552	609.408	1.000	42	79	53	111 552
Media — —	552	552	304.704	0.500	21	39	76	555 776
Cuarta — —	552	276	152.352	0.250	10	69	88	277 888
1 fanega de sembradura de maíz.	276	184	50.784	0.083=1/12	3	56	62	759 296
1 solar para casa molino ó renta.	50	50	2.500	0.004	0	17	55	610 000

LECCION 8ª

MEDIDAS DE AGUAS.

122. Se debe entender por medidas de aguas la valorización en superficie cuadrada del agua que se utiliza ó puede utilizarse en las labores del campo, por cuya razón este punto queda comprendido en las materias que tratan de las medidas agrarias.

123. En las medidas de aguas la unidad es el buey de agua.

El buey de agua como unidad hidrométrica es la medida mayor y tiene:

	48 surcos.
El surco tiene	3 naranjas.
La naranja tiene	8 reales ó limones.
El limón	2 dedos.
El dedo	9 pajas.

124. Las medidas de aguas antiguas en relación con las modernas, es la siguiente:

			metros cuadrados.
El buey	equivale á		0,702244.
El surco	,,	,,	0,014630.
La naranja	,,	,,	0,004876.
El limón	,,	,,	0,000610.
La paja	,,	,,	0,000034.

125. La paja de agua produce en un minuto un cuartillo de agua, así pues en 24 horas la paja de agua da 58 arrobas.

126. Antiguamente se valorizaban las medidas hidrométricas de la manera siguiente:

		Surcos.	Naranjas.	Reales.	Dedos.	Pajas.
Un buey	tiene	48	144	1,152	2,304	20,736.
Un surco	,,	1	3	24	48	432.
Una naranja	,,		1	8	16	144.
Un limón ó real	,,			1	2	18.
Un dedo	,,				1	9.
Una paja	,,					1.

127. En términos hidrométricos se entiende por buey una abertura cuadrada que tenga una vara por lado, con superficie de una vara cuadrada, ó sean 1,296 pulgadas cuadradas, ó 2,304 dedos cuadrados, según sea la unidad que se tomaba como término de comparación.

128. Por surco se entiende una abertura rectangular, cuyo lado mayor tiene 6 pulgadas ú 8 dedos, y el menor $4\frac{1}{2}$ pulgadas ó 6 dedos, siendo la superficie de 27 pulgadas cuadradas ó 48 dedos cuadrados.

129. La naranja de agua es una abertura que tiene 6 pulgadas ú 8 dedos de largo, $1\frac{1}{2}$ pulgadas ó 2 dedos de ancho, con una superficie de 9 pulgadas ó 16 dedos cuadrados.

130. El real ó limón de agua es una abertura que tiene en su lado más grande $1\frac{1}{2}$ pulgadas ó 2 dedos y por el lado menor $\frac{3}{4}$ de pulgada ó 1 dedo, con una superficie de $1\frac{1}{8}$ de pulgada ó dos dedos cuadrados.

131. La paja es una abertura cuadrada de $\frac{1}{4}$ de pulgada ó $\frac{1}{3}$ de dedo por lado con una superficie de $^1/_{16}$ de pulgada ó $^1/_9$ de dedo cuadrado.

(La reducción á medidas modernas puede consultarse en los números 113 y 124.)

132. Los valores hidrométricos reducidos á venas líquidas circulares se fraccionaban según lo expresa la siguiente tabla: (los números después de la coma son decimales.)

	pulgadas.	pulgds. cuads.
Un buey ó 48 surcos	40,50	1,296
Un surco ó 3 naranjas	5,86	27
Una naranja ú 8 reales	3,38	9
7 reales	3,17	$7\frac{7}{8}$
6 ,,	2,93	$6\frac{3}{4}$
5 ,,	2,66	$5\frac{5}{8}$
4 ,,	2,39	$4\frac{1}{2}$
3 ,,	2,07	$3\frac{3}{8}$
2 ,,	1,69	$2\frac{1}{4}$
1 real ó 18 pajas	1,20	$1\frac{1}{8}$
17 pajas	1,16	$1\frac{1}{16}$
16 ,,	1,13	1
15 ,,	1,09	$\frac{15}{16}$
14 ,,	1,05	$\frac{7}{8}$
13 ,,	1,02	$\frac{13}{16}$
12 ,,	0,98	$\frac{3}{4}$
11 ,,	0,94	$\frac{11}{16}$
10 ,,	0,89	$\frac{5}{8}$
9 ,,	0,85	$\frac{9}{16}$
8 ,,	0,80	$\frac{1}{2}$
7 ,,	0,75	$\frac{7}{16}$
6 ,,	0,69	$\frac{3}{8}$
5 ,,	0,63	$\frac{5}{16}$
4 ,,	0,56	$\frac{1}{4}$
3 ,,	0,48	$\frac{3}{16}$
2 ,,	0,39	$\frac{1}{8}$
1 ,,	0,28	$\frac{1}{16}$

CUESTIONARIO.

113. ¿Cuál es la relación de las antiguas medidas de superficie cuadrada con las métricas?

144. ¿Cuál es el valor en varas cuadradas de la área?

115. ¿Cuál es la relación del múltiplo de la área, la Hectárea en varas cuadradas y decimales?

116. ¿Cuál es la relación de la Centiárea?

117. ¿Cómo se expresan en sus fracciones respectivas los valores relativos de las antiguas medidas agrarias con las nuevas?

118. ¿Cuál es la equivalencia de las nuevas medidas de superficie cuadrada comparada con las antiguas?

119. ¿Cuáles son los múltiplos del metro cuadrado?

120. ¿Cuáles son los submúltiplos del metro cuadrado?

121. ¿Cuál es la equivalencia de las antiguas medidas agrarias respecto de las medidas métricas de superficie aplicadas á los terrenos?

122. ¿Qué se entiende por medidas de aguas?

123. ¿Cuál es la unidad de medida en las medidas de aguas?

124. ¿Cuál es la equivalencia del buey á las medidas decimales?

125. ¿Qué cantidad de agua produce una paja en un tiempo determinado?

126. ¿Cómo se valorizaban antiguamente las medidas hidrométricas?

127. ¿Qué se entiende por *buey* en términos hidrométricos?

128. ¿Qué se entiende por *surco?*

129. ¿Qué se entiende por *naranja?*

130. ¿Qué se entiende por real ó limón de agua?

131. ¿Qué se entiende por paja.

132. ¿Cuáles eran las fracciones de estas medidas (las hidrométricas) considerando circulares las venas líquidas que se valorizaban?

(Continuará.)

MISCELANEA.

BODAS DE ORO.—El día 11 del pasado celebró sus bodas de oro como escritor público, el esclarecido y erudito historiógrafo mexicano, Presb. Dr. Agustín Rivera.

Hace 50 años produjo su fecunda pluma el primer trabajo que debía ser el eslabón inicial de una cadena no interrumpida de obras de mérito que hacen honor á las letras patrias.

Muchos años de vida deseamos al respetable sábio, para que siga su obra en favor del progreso y la ilustración de su país.

OBITUARIO.—El día 28 de Febrero próximo pasado á las 8 p. m. dejó de existir en Tecolotlán la distinguida Sra. María Jesús Gaitán y Delgadillo, madre de nuestro constante subscriptor y amigo el Sr. Hilario Tiznado á quien enviamos nuestro más sentido pésame.

EST. TIP. DE RICARDO RODRIGUEZ ROMO.
CALLE DE ZAVALA, LETRA C.