

El Eco de Cartagena.

AÑO XXVIII

DIARIO DE LA NOCHE

NUM. 8020

PRECIOS DE SUSCRICION.

Cartagena.—En mes, 2 pesetas; tres meses, 6 id.—Provincias, tres meses, 7'50 id.—Extranjero, tres meses, 11'25 id.—La suscripción empezará á contarse desde 1.º y 16 de cada mes. Números sueltos 15 céntimos

El pago será siempre adelantado y en metálico ó letras de fácil cobro. La Redacción no responde de los anuncios, remitidos y comunicados, se reserva el derecho de no publicar lo que recibe, salvo los casos de obligación legal.—Administrador, D. Emigdio Garrido López.

LAS SUSCRICIONES Y ANUNCIOS SE RECIBEN EXCLUSIVAMENTE EN LA REDACCION Y ADMINISTRACION, MEDIERAS 4.

Martes 31 de Julio de 1888

Sed; cuando se tira el agua

Es muy lamentable el espectáculo que principalmente por las fuentes ofrecen las fuentes públicas de esta ciudad, con perjuicio del sosiego del vecindario y con gran daño de la pobre gente, que por falta de recursos, roba á su reposo el mucho tiempo que invierte en esperar á que le toque turno, para llenar con gran trabajo una pequeña vasija, á todas luces insuficiente para llenar las imprescindibles necesidades fisiológicas de una familia y con mayor motivo incapaz para ser aplicada á las exigencias de la higiene.

El mal que nos ocupa, con ser de importancia suma por sí, es mucho más lamentable, cuando la causa que lo motiva tiene su origen en la incuria y abandono que caracterizan á nuestros Municipios (siquiera se trate de servicios tan necesarios como el que motiva estas líneas.)

El Ayuntamiento de Cartagena posee dos abundantes veneros de agua, además de las riquísimas de Carrascos. Dichos veneros se hallan en el paraje llamado de San Juan y en el Barranco del Infierno y surten las fuentes de la Plaza de S. Francisco, S. Sebastián y S. Diego representando estas aguas un gran recurso para la gente pobre, que no puede desprenderse ni aun de la cantidad relativamente corta, que cresta hoy en la población tan indispensable líquido.

Nada más natural que el Ayuntamiento ya que posee pocas aguas en condiciones de surtir la ciudad, se cuidara de ellas con tan exquisito esmero, que viera aumentar su caudal, para subvenir en todo lo más posible á las crecientes necesidades de este pueblo; mas como lo antinatural es la norma de nuestra administración, las aguas procedentes de S. Juan y del Infierno, se pierden por el camino á causa de lo imperfecto de la canalización en que van encauzadas y las gentes á quienes habian de apagar la sed, carecen de este precioso auxilio, pues como hemos dicho, significa un sacrificio no pequeño para ellas, el precio á que se expenden las demás aguas.

Debe pues el Ayuntamiento para cumplir un deber de caridad y la obligación que tiene de satisfacer tan apremiante servicio, proceder á canalizar las aguas que nos ocupan llevando á cabo esta operación con todas las garantías indispensables para que se logre el objeto deseado en lo que respecta á la duración y perfecto resultado de las obras, que por las diferentes condiciones que concurren en el caso que nos ocupa, resultarían de poco coste al Municipio, que no debe preocuparse de un gasto que desde hace muchos años debió llevarse á cabo.

Mediten los Sres. Concejales en la justicia de nuestras excitaciones y se convencerán al punto, que de ser atendidas, se otorgará un inapreciable beneficio á los desheredados de la fortuna, librándoles del horrible tormento de la sed.

Mediten los señores que componen este Ayuntamiento, que para llevar á cabo tan humanitaria obra, son precisos cortos

sacrificios, que por su trascendental objeto y por su propia insignificancia, no pueden considerarse como imposibles, aunque se trate del castigado tesoro municipal.

Mediten por último nuestros administradores, en que esas aguas que indebidamente se malogran, perdiéndose por el campo, forman parte de la hacienda del pueblo y los que este eligió para curadores de ella, no pueden consentir en tamaña despilfarro, sin faltar á su deber y á su conciencia.

Variedades.

ALIMENTACION EN EL VERANO

Los partidarios de las comidas succulentas y los vegetales libran batalla diaria para hacer prevalecer su sistema, llenando de improprios un bando al otro y fundando sus argumentos siempre en el estudio, aunque imperfecto del hombre.

Todos parecen tener razón y ninguno en absoluto la tiene. Para demostrarlo hay que dirigirse á estudiar la Naturaleza en masa.

Vive el hombre en la tierra sujeto á los cambios todos que en el planeta se realizan, y éstos modifican su modo de ser en cada momento. En ellos se encuentra en seguida el porqué de la diversidad de aquellas opiniones y en ellos vamos á fijar nuestra atención un momento.

Aunque las estaciones del año parezcan haber cambiado de postura; aunque los viejos afirman siempre con toda seriedad que en sus tiempos duraba el invierno menos y los veranos eran doblemente ardorosos, es lo cierto que desde que hay historia no se han producido en el universo transformaciones perceptibles capaces de justificar estos asertos. Sólo de vez en cuando, como en el año presente, vienen series de tormentas, convulsiones de la atmósfera que retrasan los efectos de la distinta inclinación con que nuestro planeta recibe los rayos del sol, causa de las estaciones del año; pero las estaciones existen y existirán con todos sus caracteres todavía muchos siglos.

No hay que temerlo: no nos faltará verano; lo tendremos y tan expresivo, insinuante y propio como se acostumbra en esta privilegiada tierra. ¿Quién no ha sudado ya á estas fechas? ¿Quién á pesar del anuncio del ciclón para el día 9, no está haciendo preparativos ó suspirando por un viaje á las playas del Norte?

Prescindiendo de aquellos bienaventurados cuya robustez les permite soportar las molestias del viaje, los condimentos escitantes de las comidas de fonda, la humedad del litoral cantábrico, el continuo vestirse y desnudarse propios del veraneo elegante, las depresiones morales y materiales del casino, etc., etc., añadidas á la dolencia que les sirve de pretexto para ir á buscar tantos males juntos, nos ocuparemos de señalar á los que se quedan el régimen alimenticio más prudente en esta época del año. Así lograremos compensar de la pena que ocasiona la abstinencia de esa costosa necesidad nueva de los tiempos modernos.

Como todo en el mundo es armónico, los fenómenos de la vida se enlazan de tal manera y se completan tan bien para mantener la existencia del planeta con todos sus adherentes (entre los que, en su concepto, figura el hambre en primer término), que no se produce un hecho, por insignificante ó raro que parezca, que no tenga su conexión íntima y su

utilidad inmediata para complemento de los demás.

El calor, cada vez más intenso, desde los albores de la primavera, va dando desarrollo á las plantas para elaborar sus frutos, ora farináceos, ora azucarados, y en ese tiempo en que las plantas herbívoras se reproducen y se crían escitada su vitalidad por la temperatura y la humedad primaveral, sostenidos sus hijuelos y reanimados por el ambiente tibio que ampara y rodea sus delicados órganos, encuentran en todas partes abundante alimento para su completa nutrición y desarrollo, sirviendo más tarde unos de pasto á otros animales, otros al hombre mismo y todos de auxiliares de éste en su vida y su trabajo.

Omnívoro por naturaleza, por necesidad y por gusto, el hombre consume carnes, plantas y minerales (que esto significa la palabra omnívoro); pero con la circunstancia especial de serle necesaria la mezcla de distintos orígenes de alimentos para conservar la salud el modo de ser normal en sus órganos.

Por regla general y término medio, pierde el hombre 20 gramos de nitrógeno ó azoe en las veinticuatro horas; 310 gramos de carbono; 30 de sales y unos tres litros de agua. No hay para qué decir que éstas cifras varían con la edad, el peso, el ejercicio y demás condiciones en que el individuo puede encontrarse durante su vida; pero son un dato importante al estudiar su alimentación.

Lo que por ahora nos interesa hacer notar entre las causas que modifican esas cantidades para arreglar á ellas el régimen alimenticio, es lo que se modifica por virtud de la estación del año en que nos encontramos.

Durante el verano el ejercicio de los músculos, el gasto de fuerzas y por consiguiente de sustancia es menor, y por lo tanto el azoe consumido debe serlo también, puesto que el calor relaja nuestras fibras y nos invita á la quietud. El consumo de carbono disminuye del mismo modo, porque nuestra sangre no necesita para conservar su temperatura constante de 37 grados, en la atmósfera caliente, quemar tanto carbono como en el invierno. En cambio el agua que perdemos por la transpiración frecuentísima y abundante y las sales que con ella salen aumentan en proporción considerable.

De aquí la necesidad de que los alimentos que en mayor cantidad consume el hombre en el verano hayan de ser más ricos en sales y en agua. ¿Y cuáles son éstos? Los vegetales. Las habas, que tienen 3,60 por 100 de sales; las judías 3,50; el trigo 2,80; los garbanzos 2,50 etc., etc., reparan muy bien la pérdida de esas sales que el vegetal extrajo de la tierra; el pepino, que tiene 96 por 100 de agua; los espárragos, 92,2; las espinacas, 91,7; las coles, los nabos, las zanahorias, 87; los rábanos, 82; las alcachofas, 76; las patatas, 74; son de gran utilidad para suplir la cantidad de agua, sin exagerar las bebidas, que no satisfacen como estos alimentos los otros gastos no despreciables, aunque menores que en invierno.

Se vé, pues, que en verano, y cuando la vegetación es más espléndida, necesita el hombre usar más de ella para alimentarse, lo que constituye y facilita la armonía de que al principio hablabamos.

¿Pero quiere esto decir que haya de ser exclusivamente vegetal el régimen del hombre en el estío? De ninguna manera. Las sustancias vegetales, por ricas que sean algunas en azoe como cierta clase de setas, el trigo, las judías y los garbanzos, lo llevan en tan corta proporción, que se necesitarían inmensas cantidades de alimento para subvenir á los gastos del organismo.

La digestión de los vegetales puede decirse que casi no se hace en el estómago; la boca y

el intestino son los encargados de la elaboración que las plantas necesitan para convertirse en sustancia asimilable, y ni la capacidad de estos órganos, ni los jugos que en ellos se producen, alcanzan las proporciones necesarias para disolver la cantidad de sustancias que las plantas de inanimadas; la nutrición de los vegetales es, por lo tanto, incompleta.

Ese volumen exagerado del vientre; esa gordura pálida, que coincide con la falta de fuerzas; la necesidad frecuente de comer y el escasisimo apetito, que tan á menudo encontramos con extrañeza en muchas personas, es la consecuencia inmediata del abuso de los vegetales y el origen de muchas enfermedades del hígado y de los nervios, que heredan luego los hijos con más seguridad que los bienes de fortuna.

Use, pues, los alimentos vegetales en mayor cantidad que las carnes en las comidas de los meses caniculares; pero no se olvide que el hombre necesita también de las carnes para reponer las pérdidas que su vida ocasiona y que la Naturaleza es maestro infalible para el que la consulta con juicio y sin preocupaciones.

B. Avilés.

Local y provincial.

Por la Alcaldía, se ha hecho entrega á los médicos titulares, del padrón de familias pobres que habitan los ocho cuarteles en que se divide el casco de esta ciudad.

Aunque en el referido padrón no constan más que las familias cuyos jefes disfrutan un jornal de 10 reales ó menos no se irrogarán á los necesitados, los perjuicios que se originarían de atenerse estrictamente al padrón, por que los Sres. Facultativos titulares, se guiarán por un criterio sumamente amplio, para huir de las cortapisas que á la acción benéfica del Hospital de Caridad y Municipio opone dicho padrón, que dicho sea de paso de todo tiene, menos de exacto.

El criterio de los titulares y la imposibilidad de que el padrón sea una verdad, nos hacen confiar en que todo aquel que en Cartagena tenga verdadera necesidad de medicamentos del Hospital de Caridad seguirá obteniéndolos sin cortapisa alguna.

Servicios prestados por la Guardia Municipal:

Han sido detenidos tres sujetos por embriaguez y escándalo.

Denunciando dos expendedores de leche por haberlos sorprendido adulterándola en el pilón de las puertas de Madrid.

En la tarde de ayer fué detenido un sujeto que en la calle de Jabonerías produjo un fuerte escándalo.

Ha sido denunciado un aguador por llenar sus barriles en el pilón de la calle Real, puertas del muelle.

En la mañana de hoy ha sido detenido y entregado al Sr. Capitán del Puerto, un sujeto como presunto autor del hurto de varias prendas de ropa verificado en la noche anterior en un vapor de los surtos en nuestro puerto.

Han llegado á Cuevas de Vera las piezas de excelente mármol blanco con que se ha de formar el monumento dedicado al esclarecido héroe de la caridad, Excmo. Sr. D. José María Muñoz, en la plaza de la Constitución, y ya se ha comenzado la colocación de algunas para que con la brevedad mayor posible quede terminada la obra.