

AÑO XXIII.—NÚM. 6609

5 DE JUNIO DE 1883.

REDACCION, MAYOR 24.

EL ECO DE CARTAGENA

Martes 5 de Junio de 1883.

LOS BAÑOS DE MAR.

A medida que el verano se adelanta haciéndonos cambiar las pesadas ropas del invierno por otras más ligeras y apropiadas á la presente estación, los habitantes de las poblaciones del interior acudirán á nuestras costas, huyendo de los rigores con que el calor les amenaza en los meses venideros. Dentro de poco, una multitud de individuos procedentes de puntos diversos, se establecerán entre nosotros, aumentando transitoriamente nuestra población que les ofrece en el verano salud y bienestar, cosas que los otros parages les niegan. Atraídos unos por el deseo de gozar las ventajas de su desahogada posición social, impulsados otros por la grata esperanza de poner término á sus sufrimientos, todos encontrarán aquí lo que con tanto empeño buscan.

Lo mismo el rico que el pobre, el sábio que el ignorante, el que vive entregado á trabajos puramente intelectuales, que el que se vé precisado á buscar en las rudas fatigas corporales los medios de subsistencia, lo mismo el que se consagra todo entero á las agitadas luchas de la política, que el que tranquilamente deja deslizarse su vida en el dulce abandono de la más sublime pereza, todos en fin, sienten al llegar esta época del año, que sus fuerzas físicas se debilitan cada vez más y que su inteligencia agobiada con el peso de la más pueril idea, no responde con la libertad de antes á las exigencias del hombre pensador.

Todo nuestro organismo se resiente de la influencia de un calor exagerado y apenas si hay un aparato que desempeñe sus funciones con regularidad. El cansancio, el malestar y la fatiga, presiden nuestros actos. A la repugnancia con que se toman por lo regular determinados alimentos, sucede muchas veces la inapetencia y la dificultad de las digestiones, llegando á convertirse en más de una ocasión en verdaderas enfermedades de los órganos digestivos. El aparato urinario, cuyo funcionalismo ha estado exagerado durante el invierno, se ve de pronto sustituido en sus funciones por la piel, cuyas glándulas suoríparas se gregan un sudor abundante, exponiéndonos con frecuencia á trastornos y accidentes ocasionados por su brusca supresión. Los líquidos orgánicos, difícilmente contenidos en los vasos que los contienen, ejercen

notable presión que no puede contrarrestar muchas veces la sola resistencia de los tejidos y las congestiones y las hemorragias crean situaciones difíciles y apuradas que no siempre se vencen. Como consecuencia de esta deficiencia de la vida vegetativa, viene lo que nadie puede evitar; el decaimiento de las funciones de la inteligencia cuya brillantez tanto nos interesa conservar.

Desde tiempo inmemorial, desde la antigüedad más remota, vive arraigada en el ánimo de las personas ilustradas la idea de devolver al organismo el vigor y la energía que el calor le quita, por medio del frío, tónico excelente de importancia nunca bastante ponderada.

Es un hecho evidente y un principio reconocido por todos, que los baños de mar son el verdadero recurso, la única fuente de donde nuestro organismo puede sacar los medios para luchar contra las causas que en la presente estación tienden á debilitarle. Al poco tiempo de su uso, el vigor y la energía sustituyen á la apatía y al abandono y tanto el cuerpo como el espíritu recobran las fuerzas que el calor esteriliza. Lo primero que se regula es el estómago. Poco á poco se recobra el apetito, desaparece la aversión que antes sentíamos hácia los alimentos animales y demasiado nutritivos y la piel, perfectamente limpia, estimulada por la acción del agua fría, llena de un modo cumplido sus funciones que no se interrumpen tan fácilmente como cuando se hacían con dificultad y de un modo incompleto. Restablecido el equilibrio y la armonía del cuerpo, la inteligencia recobra de nuevo todo su poder y se manifiesta con todo su esplendor.

Los baños de mar, deben por estas razones ser mirados con particular predilección por todo el mundo. La temperatura de las aguas, su composición química tan compleja y en la que el análisis demuestra la existencia de un gran número de principios minerales, el aire puro que se respira en las costas cargado de los mismos principios disueltos en el agua, la idea del bien unida á la del placer, todo en una palabra convida y reclama su empleo altamente provechoso y altamente higiénico.

A parte de muy excepcionales circunstancias, ellos deben tomarse durante todo el verano y no reducirse á un escaso y determinado número de días. Tan errónea idea puede ser más perjudicial que útil y en verdad que la razón de esto no puede ser más clara. Obedezca tan solo, la idea del baño, á la necesidad de oponernos á la sensación de calor ó á

la de buscar un medio donde ejercitar las fuerzas cuando la temperatura ambiente nos impone el reposo; tómense más bien con objeto de contrarrestar y vencer el decaimiento de todo nuestro ser; es evidente que mientras existen las causas que nos obligan á bañarnos diez, veinte, treinta veces durante el verano y como nadie puede determinar el tiempo que han de persistir las condiciones atmosféricas que los hacen tan necesarios, nadie podrá precisar tampoco el número á que debemos concretarnos.

Así pues, los que teniendo presente cuanto decimos más arriba sobre los buenos efectos de esta clase de baños, se entreguen á ellos durante el verano, ajustarán su conducta á los sábios preceptos de la higiene y sacarán de ellos un resultado más positivo que los que guiados solo por la tradición ó la preocupación que en materias científicas, suelen ser sinónimas, creen que el bien está en tomar un número tal ó cual de ellos y observar después una rigurosa cuarentena.

CRONICA

Mr. Samuel Smiles calcula que la suma que se gasta anualmente en el Reino Unido en cigarros y tabaco, excede de once millones de libras esterlinas.

Sabido es que el Emperador Carlos V, poseía varios idiomas; la razón que tuvo para aprenderlos fué, según él decía, que el italiano lo aprendió para poder hablar con el Papa; el español para hablar á su madre, el inglés para hablar con su tía, el alemán para hablar con sus amigos y el francés para hablar con sí mismo.

El jueves comienza sus tareas de exámenes, en esta ciudad, la comisión de profesores del Instituto de Murcia.

El primer colegio cuyos alumnos se examinan, es el del Sr. Requena Belmonte.

La recaudación por tabacos en el pasado mes de Mayo, en esta provincia, asciende á 412,340 pesetas 40 céntimos.

Se han abierto las comunicaciones con Uruguay por líneas telegráficas terrestres brasileñas.

La tasa por palabra de cada telegrama, á partir de las costas portuñesas es de 14 pesetas 125 milésimas, para todas las estaciones.

Se conoce que el negocio de colo-

car barracas en el muelle debe ser cosa lucrativa. Cada día hay una nueva construcción que admirar. En esta cuestión no hay zonas militares, ni terrenos de Fomento, ni derechos de la marina. Solo hay conveniencia.

Las fiestas donde los pescaderos conducen el pescado van dando *el quien vive* á más de cien pasos por los aromas que exhalan.

No sabemos si habrá quien se cuide de que haya la necesaria limpieza, que buena falta hace.

Los baños de mar se colocarán este año en la parte Sur del muelle de Alfonso XII, desde el norá 12 en adelante, en una extensión de 140 metros.

El Sr. Capitan del puerto ha dado todas las facilidades necesarias para que el público goce de todas las ventajas posibles.

Segun tenemos entendido, este año se realizan algunas importantes mejoras, que de seguro elevarán al establecimiento de baños de mar de nuestra ciudad, á la primera categoría entre los del Mediterráneo.

Se colocará también un elegante y desahogado kiosco, para la venta de dulces y helados, aumentándose las dimensiones del espacioso salón de descanso.

Ocupándose de la aflictiva situación porque atraviesa Linares, con motivo de la paralización de la exportación de minerales, dice «El Eco Minero» de aquella localidad.

«Continúa la crisis minera produciendo sus naturales efectos: á las noticias de paralización de unas minas se suceden las de otras; la producción de este distrito tan exuberante no ha mucho tiempo, ha disminuido de una manera pasmosa, y sin embargo, la baja en los minerales plomizos se acentúa cada vez más produciendo una perturbación incalculable; la elevada cifra de trabajadores que procedentes de todos los puntos de España y aun del extranjero, encontraban aquí su trabajo y con él el honrado sustento de sus familias, se ven en precisión de abandonar este distrito en fuertes pelotones, dirigiéndose la mayor parte de las veces al azar en demanda de trabajo ó á implorar la caridad pública si este les falta.»

Tenemos entendido que las Escuelas Normales, no sabemos en virtud de que órdenes, han acordado no admitir hasta Setiembre, á los alumnos de enseñanza privada.

Llamamos la atención del Sr. Rector de este distrito universitario, acerca de tal resolución, que lesiona sagrados intereses y no creemos tampoco muy ajustada á la ley.

En el almuerzo que el Sr. A bascal