

## LA SIEMBRA

### HIGIENE NATURAL DEL NIÑO

(A LAS MADRES)

Véase el N.º 44 de "La Aurora"

¿Cómo debemos en larecer á nuestros hijos?

Los cuidados inteligentes de la piel no proporcionan no solo la posibilidad de eliminar un gran número de causas de enfermedad, sino también de provocar la curación de muchos males ya declarados. Con los pulmones, el estómago y el aparato digestivo intestinal; la piel es el órgano más importante, tanto para introducir en el organismo los elementos indispensables como para eliminar las materias usadas y perjudiciales, y no sin razón el célebre médico Hufeland observa que muchos miles de gentes cuidan bien la piel de los caballos á su cargo y no la suya. Y exige tan poco la piel de de nuestro cuerpo! No exige más que se lave y bañe una vez al día, si es posible.

A los recién nacidos, como se sabe se les baña en agua á la temperatura de 27° Reaumur, ó 35 centígrados. Esta es más ó menos la temperatura que debe mantenerse durante toda la lactancia. Cuántos médicos recomiendan bajar un grado en la segunda semana de la vida del niño y dos en la tercera semana. Yo consentiría este proceder con tal que el niño se quede menos tiempo en el baño, es decir, que en lugar de 4 ó 5 minutos, quede sólo 2 ó 3. Directamente, no recomiendo jamás esta experiencia.

Tan pronto como sale del agua, hay que secarlo con una sábana bien caliente, el enjuague se hace con una esponja, con mucha circunspección. Un baño así tiene por objeto la limpieza y el endurecimiento. Dándolo al bebé, no se procura ni quitarle una parte de su calor, ni dárselo. Malo es dejar al niño mucho tiempo en el baño, pues su epidermis tan delicada por lo mismo se reblandece. La epidermis de los niños es de tal modo fina, delicada y sensible, que al enjuagarla, hay que tener muchas precauciones. En el transcurso de los meses siguientes de la vida, es preciso no dejar á los niños mucho tiempo en el baño, por el solo gusto. Así se prolonga, con perjuicio del niño, la acción debilitante del baño. Pues ningún niño sano, hasta el presente, se ha fortificado con los baños calientes.

Es inútil bañar á los niños varias veces al día. Cuando el niño ha alcanzado algunos meses y exige limpieza repetida, se puede muy bien lavarlo con agua tibia. Urge, sin embargo, cuidar de que no se refrie. En los días calurosos, si los niños tienen 8 ó 10 meses, muy bien pueden, sin peligro alguno, bajarse la temperatura del agua para el baño hasta 30° centígrados, según la constitución del niño y la temperatura del medio ambiente, con la condición de durar en el baño minuto y medio ó dos, el agua puede tener 27° centígrados. Con todo, no recomiendo este procedimiento para todos los niños; aconsejo con empeño la prudencia. Cuando la piel del niño no recobra inmediatamente después del baño su calor natural ó cuando el niño se estremece de frío en el baño es que la temperatura fue muy baja.

Estos baños refrescantes, á menos de 35° centígrados no sirven más que para bajar la temperatura, prudentemente, de los niños que no han sufrido bastante el calor solar. No se proponen el endurecimiento, pues como lo dije arriba, los niños no pueden ser endurecidos generalmente.

El endurecimiento con el agua fresca y no fría no puede empezar antes de que el niño ande. En esta época se comienza también á acostumbrarlo á marchar con el pie pelado; también es este un medio importante de endurecimiento.

M. PLATEN

## MOVIMIENTO UNIVERSAL

### EN RUSIA

Camaradas. Mientras exista la autocracia, no es posible ninguna mejora en nuestra condición. Esto grita á grandes voces el pueblo ruso y lo confirma con sus muertes: "¡Abajo la monarquía absoluta!" "¡Muera el Czar!" "¡Abajo el despotismo!"

Lo que el pueblo proclama, es una gran verdad; de nada valen reformas, cuando se tiene encima el peso de una autoridad sin límites. Hace bien: cuando el mal es un cáncer, hay que sacarlo de raíz; los paleativos generalmente empeoran la situación.

La libertad empieza á germinar en la Nación Rusa y ahora, hinchándose, ha roto las paredes que la aprisionaban y el estallido resonó ya en todos los ámbitos del imperio. La semilla regada por Francia continúa reproduciéndose; al través de más de un siglo brotan nuevos tallos.

A pesar de lo amordazada que está la prensa, la idea de los grandes hombres caritativos, se ha extendido por todo el territorio. La pluma de los escritores rusos está disipando la ignorancia; y la luz, penetrando en los cerebros hace tan necesaria la libertad como la vida.

El pueblo está indefenso, — va á ser víctima de las balas, y de la idiotez de los soldados; pero no importa, él irá adelante.

Los pueblos enfurecidos, incendian, destruyen y matan; tienen poder no se sabe de donde, tienen fuerzas y están débiles de puro hambrientos, no tienen casi valor y se convierten en héroes; hay una fuerza superior que los impulsa.

Es el derecho que los guía; es la libertad que les da la vida; es la esperanza que los alimenta. Se les acusa, pasada la borrasca, de haber cometido actos innecesarios, atropellos injustos, horrores espantosos. ¿Quién podría asegurar que son innecesarios é injustos? ¿Tendríamos la razón, afirmando que la muerte de Luis XVI, en el cadalso no era necesaria? El público no es responsable en una revolución, de los actos que ejecuta. No hay cosa más terrible que la multitud enloquecida, dice Dumas, y así lo creemos.

Los rusos primero suplican al Czar que suspenda la guerra, porque el comercio está paralizado, los salarios bajan y el hambre comienza á sentirse. lo que obtienen es una grosera contestación: "La guerra se terminará, aunque tengamos el más amargo de los fines."

Se presentan al palacio real completamente indefensos y un consejo de ministros se reúne. ¿Para qué? Para acordar echarles encima la caballería y el ejército, en una palabra, para matarlos. ¿Qué consuelo para un pueblo que suplica? ¿Quién es, pues, el autor de la revolución, el gobierno ó el pueblo?

Los gobiernos despóticos, inconscientemente preparan las revoluciones, para que los pueblos aprendan á gobernarse por sí mismos.

La indignación contra la actitud del gobierno se manifiesta en el interior; los abogados y los escritores, hacen causa común con los huelguistas. En el exterior, han protestado los corazones valientes

y nobles, y la exclamación ailende as fronteras es un anatema terrible para los mandarines rusos "Mueran los asesinos".

Es la causa fraternal de la sociedad futura. La solidaridad humana en una de sus manifestaciones

E. CH

### VEASE EL AVISO

—DE—

### WALTER J. FORD

### CABLEGRAMAS

San Petersburgo, 1.º.—El atentado contra el Czar el 19 de enero fué premeditado y se atribuye al encargado de la plaza que hizo la salva, al ex-estudiante Bogdanoff, revolucionario. La huelga en Varsovia tuvo por origen el hambre; ya está sofocada. Las reformas prometidas el 26 de diciembre se podrán en práctica; se ha dispuesto poner en armonía las opiniones de los principales funcionarios acerca de los puntos culminantes en dichas reformas. El consejo de estado se reserva el derecho de veto. El Emperador presidirá las conferencias con los representantes de las instituciones. Dícese que el ataque al pueblo fué un medio desesperado para asegurar la defensa del palacio.

París, 2.—En las sesiones de hoy de la comisión indagadora, el teniente Ellis del navio Alejandro, declaró circunstancialmente haber visto un torpedero entre los pescadores ingleses. Primero vió el torpedero á 2 millas, caminando con gran velocidad hacia la escuadra llevando rumbo para interceptar el Insignia. A medida que avanzaba el torpedero, las luces de tiro lo hacían visible y se dirigió sobre él fuerte cañoneo, el cual dió señas de estar averiado y se retiró á estribor.

El teniente Schermitchenko, oficial de torpedos del Barodino, declaró del mismo modo que el testigo anterior con excepción de que vió 2 torpederos. Uno de ellos estaba á babor estando distante 15 cables. No puedo equivocarme, mi larga experiencia, dijo, con torpederos, me hizo mirar bien la nave atacadora; estaba pintada como oscuro y tenía 2 chimeneas; era del tipo de torpederos que generalmente acompañan las flotas. También descubrí el torpedero que se hallaba á estribor. Dijo que era del mismo tamaño y apariencia que el otro. Ambas naves se retiraron ante el tremendo fuego que se les dirigía.

El abogado de la Gran Bretaña les hizo á los testigos muchas preguntas pero se sostuvieron en sus asertos.

### Hacemos la moda y hacemos el precio

Los modernos estilos americanos, como hoy se estilan en New York y los precios increíbles á que vendemos el calzado **ESTRICTAMENTE** cosido á mano, sólo aquí se obtienen. Tenemos muy sabrosos é higiénicos calzados de lona blanca ó de color con ó sin suelas de caucho.

El afamado betún-gra **MAGNET** tamaño grande á 10 centimos lata

Todo esto—ya se sabe—donde y sólo donde **ARTAVIA**

de creer en serio vuestras mezquinas adulaciones.

Decidme: ¿estáis seguros acaso de que los actos de vuestros adulados, son, ya no digamos justos, pero á lo menos concientemente sinceros? Yo estoy seguro de que os equivocáis muchas veces: las miradas del hombre pueden esculcar la profundidad de un abismo, pero nunca penetran el pensamiento humano.

Por otra parte ¿creís que una persona digna y verdaderamente virtuosa puede llegar á apreciar las alabanzas de personas que ni siquiera han llegado á comprender el alcance de aquellas cualidades?

En alabanzas así habría un fondo de hipocrecía, se dirían cosas que no se sentían nunca. Cuando se muere alguna persona me repugna ver á un grupo de hombres humedecer las páginas de los libros con lágrimas que pretenden hacer salir del fondo de su corazón, cuando en verdad son lágrimas saladas y corrompibles que al evaporarlas el sol, se levantan en nubes envenenadas para cubrir y obscurecer el recuerdo de los muertos.

Los actos de los hombres no los pueden juzgar los hombres, sobre todo en un mundo en donde no se ha podido llegar á fijar todavía los principios de la moral.

Procedéis apenas por comparaciones: acostumbrados estáis á veros rodeados de seres que basan su vida en el egoísmo y en la perversidad y cuando encontráis á alguien que se escepciona de la regla os desatais en alabanzas para él que son verdaderos vituperios.

Habéis hecho de la bondad algo extraordinario y raro no sabiendo que á ella están obligados todos, todos los hombres.

La virtud no se ensalza; ella misma con sus hechos muestra su grandeza, no necesita del incienso con que la mezquinidad trata de ofenderla en vida y de profanarla aun después de muerta.

Falsos sois todos vosotros los que lloráis á un hermano mientras dentro se agita la dicha de haber alcanzado lo que tantas veces soñó vuestra avidez.

Humedeced los muros de las calles con vuestro llanto, hijos de fariseos, pero no tratéis de llevar con vosotros á quienes saben reverenciar la pureza de una conducta sin arrastrarse vilmente á sus pies.

RÓMULO TOVAR L.

Sentimos la muerte del señor don Felipe Segura y extendemos esa manifestación de nuestro pesar á su apreciable familia.