

RECADALOGO DEL BUEN ENFERMO

Del Instituto de terapéutica moderna Celsius.

I. Querrás ante todo curarte de verdad.

II. Facilitarás al Médico la ejecución de las exploraciones ó análisis que él considere necesarias para llegar á un buen diagnóstico ó sea perfecta averiguación de la clase de la enfermedad y sus causas; este diagnóstico muchas veces es imposible hacerlo en una sola visita y sin el recurso de distintas exploraciones ó análisis: orinas, sangre, jugo gástrico, heces, rayos, etc.

III. Referirás al Médico todo lo que puedas considerar como causa de tus dolencias, sin omitir la mención de tus vicios, malas costumbres y hasta las escondidas preocupaciones de tu conciencia, pero á la vez procura no detallar ni hacerle perder el tiempo con detalles no necesarios.

IV. Escucha atentamente y en lo posible sin interrumpir y sin hacérselas repetir las indicaciones de tratamiento, consejos y reglas de vida que el Médico te imponga y aconseje.

V. Cumple con toda la exactitud que puedas, las prescripciones del Médico, pero tal como el Médico te diga y no arreglado luego á tu gusto ó según el consejo de conocidos ó amigos.

VI. Piensa y sábelo bien, que la medicina solo la conoce y pueden conocer los Médicos, y esto después de muchos años y extensos estudios y prácticas.

Los consejos para curación dados por personas no médicas, por inteligentes que parezcan (letrados y analfabetos, niños y comadres y muchos que se creen con conocimientos de medicina), estos consejos de profanos, incluyendo los que se dan en libros llamados vegeterianos, naturalistas, fisioterapeutas, masagistas ó de otras personas que no son médicos, han hecho más daño á la humanidad enferma, según frase de un clínico muy eminente, que las peores epidemias. Igual puede decirse de los remedios comerciales que anuncian los diarios, asegurando la curación de enfermedades.

VII. En muchas clases de enfermedades, por ejemplo en las del aparato digestivo, respiratorio, sistema nervioso y otras, las dolencias presentan mucha propensión á repetirse y el enfermo por verse libre de sus molestias no ha de creerse definitivamente curado y dejar las reglas de precaución que el Médico le aconsejó para prevenir las recaídas.

VIII. No debes aguardar casi nunca poderte curar solo con medicamentos. En la mayor parte de las enfermedades es preciso ayudarse tanto de los medicamentos como de otras medidas, régimen, por ejemplo, en enfermos del aparato digestivo, de la nutrición y de las riñones; reposo, en las enfermedades del aparato circulatorio y nervioso, etc., etc. Así, pues, por comodidad equivocada no retrases tu curación pretendiendo lo imposible, haciendo solo una parte del tratamiento. No exijas, pues, á tu Médico que sea demasiado condescendiente, y si lo haces así, no seas injusto atribuyendo á falta de capacidad del

TALLER DE ARMERIA

Si quiere arreglar pronto y esmeradamente sus armas de fuego y otros varios objetos concernientes á este ramo, á precios económicos, visite el taller de

GABRIEL CANDEL (Sacristán)

Plaza de Bonifacio Sotos **CASAS IBÁÑEZ**

Casa Claramunt Taller de Carpintería y Chimistería

Esta Casa es la que con más economía vende toda clase de

muebles á plazos y al contado.

VISITELA Y SE CONVENCERÁ

Exposición y venta: San Jorge, 4. **CASAS IBÁÑEZ**

lactulativo, el poco éxito ó fracaso originado por tu poca disposición á hacer lo debido para curarte ó facilitar al Médico las posibilidades de hacerse buen cargo de la enfermedad.

IX. Sepa el enfermo que muchas de sus dolencias, son debidas á mala ó desfavorable constitución ó debilidad orgánica, heredada de sus antepasados ó adquirida por desgaste ó deterioro de sus órganos, á causa de muy diferentes pecados contra la higiene, como falta de limpieza corporal y de la boca, poca aereación, viviendo de día y durmiendo de noche en habitaciones cerradas; mala calidad de alimentos ó aderezo de cocina, desorden en las comidas y en el trabajo, descanso insuficiente y dormir menos de lo necesario (ocho horas), etc. Recuerde además, que los vicios, pasiones y el exceso de preocupaciones y ambiciones y excesiva complicación de la vida, son causa de enfermedad, así como son fuente de salud, la tranquilidad, la vida sencilla y no complicada, la calma de espíritu y la religión. Solo con tiempo y obediencia al médico, podrás llegar á curar, prevenir y remediar los males de estas causas.

X. La constancia en los esfuerzos para curarse, es, te repetimos, la última y más necesaria condición en los enfermos de carácter crónico ó constitucional. Recuerda para consolarte, un refrán que dice: «Estoy sano ó tener salud es agradable, pero curarse á ponerse sano, es más agradable todavía».

AGRICULTORES

Almendros «Desmayos» legítimos á 90 ptas. 100, sin injertar 25 pesetas 100.—Olivos «Arbequines» 50 ptas. 100.—Vides americanas. Pida catálogo. — Faltan representantes. F. ROBRES = Hija (Teruel)

Hermanas Cernicharo

Modista y Bordadora

Especialidad en abrigos y toda clase de ropa de señora y niños.

FRONTITUD Y ECONOMÍA

TRABAJO ESMERADO

Paseo del General Ochoando, n.º 3

PAULINO ROHALES

Para la presente temporada de invierno en esta casa tiene un extenso surtido en gamuzas, astrakanes, felpas seda, terciopelos y panas estampadas para vestidos de señora, fanelas última novedad, lanería, pañería, sedas ajelpadas, forrería, mantas de Valencia á precios sumamente reducidos, trajes señora y niña, grandes surtidos en pailloveres niño, garsés de señora y niña, chulecos fantasia caballero, pelfigas, tapabocas, taallas seda, mantones, mantas viaje, trajes confeccionados caballero, chalecos punto piñón seda, lisos y bordados á impermeables.

Y su verdadera especialidad en lienzos morenos y blancos, colchones, ponas, atomanes, popelinas, calchas, géneros blancos y negros.

No dejes de visitar esta Casa en esta nueva temporada, que encontrarás, como siempre, precios escandalosos en todos los artículos.

Plaza de Bonifacio Sotos **Casas Ibáñez**

“La Modelo”

Nueva Sastrería en Casas Ibáñez bajo la dirección de

Francisco Sáez

INO CONFUNDIRSE!

Paseo del General Ochoando, 39

El poder del Cacique

Después de las teorías, de las pullas, de las interrogaciones apocalípticas de los oradores parlamentarios deberían quedar aniquilados los caciques y sus poderes. Sin embargo, viven; viven y caciquean. Ni el Parlamento, ni el Poder ejecutivo pueden terminar con este Poder que no es el quinto, después de la Prensa, sino el primero por el orden de influencia.

Contra el caciquismo no vale la fuerza puramente política porque se halla corroida por aquel vicio. Contra el caciquismo, al menos en la especie que ordenemos, solo pueda enfrentarse la organización sindical completa.

Porque tras de cualquiera de los poderes se halla el poder colectivo, la voluntad implícita; detrás del cacique no hay poder colectivo que le ampare. Este poder social olvidado, burlado, escondido del pueblo español debe organizarse; barería del campo al cacique, que podría seguir en sus honorables menesteres de usurero ó turbio consejero de quien lo consultase.

Todo poder es una competencia. El poder social tiene la competencia de elección por la que eleva á sus representantes. El cacique juega á su provecho con el poder social, porque este no se halla organizado ni cumple desempeñados su función. Es decir, el cacique obra por el incumplimiento del poder social. En el pueblo, en el extremo de la rama administrativa, el cacique representa el último baluarte del poder administrativo, el que debería tener detrás de sí el poder social de los administrados; más como falta en absoluto, porque si tiene una competencia señalada, no se halla organizado ni funciona, abandona el campo á un agente político, el cacique, quien hace mangas y capirotes.

No es solo puerilismo el fenómeno. En la capital de provincia hay un Jefe Administrativo, el Gobernador, cuya primera preocupación, en frase de un famoso escritor político, es hacerse amigo de los caciques. Es decir, que el administrativo ha eliminado lo social; y solo en algún caso como el reciente de Lugo se manifiesta la fuerza social frente á la autoridad arbitraria.

El remedio consiste en organizar y funcionar socialmente. En los pueblos se consigue reuniéndose en un Sindicato, siguiendo el proceso que sea enseñe la naturaleza. Cuando los individuos no pueden valerse por sí, se asocian. El Sindicato represente una fuerza social que sería el contén municipal, porque ante una opinión bien encauzada y representada no se mantiene la arbitrariedad administrativa en el pueblo, como ante la clase organizada pide el Poder más alto.

Aparte de que el Sindicato puede reducir económicamente al labrador que se halla muchas veces sujeto por la ley de la usura, el cacique desaparece por ley natural cuando existe un poder, el social, competente, organizado, en función, del cual es él trágica caricatura.

SANCHO ABARCA. Madrid.