

mos de presentar nos pone de manifiesto con su muda elocuencia, lo poco conveniente para la salud de tales desórdenes funcionales, siempre que no nos propongamos conseguir un medio curativo; pues que por otra parte, el baño muy frío no produce el efecto refrigerante que á primera vista parece, porque además de la desagradable sensación de frío que se experimenta al sumergirse en el agua, sobreviene después de salir de ella y de seca la piel una *reacción* tan enérgica y desagradable como lo fué la sensación de frío que antes se experimentó. Así pues, si lo que pretendemos conseguir con el baño, es el efecto refrigerante ó dicho en otros términos, si lo que deseamos es refrescarnos solamente, lo que debemos procurar es que la reacción no se manifieste á poco de haber salido del baño, si no por el contrario que aquella se presente de una manera casi imperceptible con lo que los manantiales orgánicos del calor animal, en vez de redoblar su actividad á la manera que sucede en las prontas y enérgicas reacciones, queden como anonadados por los duraderos efectos de una saludable y grata refrigeración.

Más si esto quiere conseguirse, basta con no bañarse en aguas excesivamente frías, y, sobre todo, con no permanecer en el baño más tiempo que el que agrablemente podamos estar cada individuo, procurando al mismo tiempo por medio de la quietud y del resguardo de los abrasadores rayos solares de la estación, los inómodos efectos de una reacción tan pronta como enérgica.

El baño frío higiénico, ó sea el baño fresco, conviene á todos los individuos á quienes la temperatura del agua no ocasiona una sensación desagradable; á los que el calor atmosférico hace sufrir de tal manera, que llega á ser en ellos una necesidad indispensable el emplear todos los medios que pueda descargar á la economía del exceso de calórico que la oprime.

Este baño será peligroso para las personas que experimenten en aquel momento la influencia de algunas secreciones naturales ó afecciones morbosas, como son, la secreción abundante del sudor y otras, los empeines, la gota, las hemorroides, etcétera, etc. Finalmente el baño frío es dañoso para aquellos cuyos órganos del pecho son irritables y los que padecen de afecciones del corazón, de reumatismos ú otras que el frío pueda fácilmente producir.

En cuanto á los viejos, como las facultades productoras del calor ya no son en ellos muy activas, y como si una vez se llegan á enfriar se calientan con dificultad, deberán abstenerse del baño frío, ó cuando menos, adoptar muchas más precauciones que los jóvenes para adaptarlo á las condiciones que su organismo exige; es decir, no usar de los baños de agua muy fría, permanecer menos tiempo en ella, bañarse solamente al medio día, hacer algún ejercicio después del baño, etc. etc.

Y ya que de baños se trata ¿por qué no decir cuatro palabras respecto del sistema de bañarnos que generalmente tenemos en nuestra provincia y especialmente en Daimiel? Es preciso, si quiera sea por lo que tiene de *racional y científico*.

Que contamos con las aguas cristalinas y frescas del río Guadiana que corre á una distancia no muy lejana de Daimiel, pero solo con esto, ¿podemos conseguir refrescarnos con los baños, como la higiene manda? ¿podemos guardar los preceptos que damos expuestos y que son necesarios para que el baño nos sirva verdaderamente de refresco? Ciertamente que nó, y me fundo para tener esta creencia en que todos los días vemos car-

ruajes que salen de la población con dirección á los baños, que sin temor al calor y con el cándido fin de *refrescarse* emprenden un viaje molesto é incómodo, á la hora precisamente en que el calor es más sofocante, y creemos que el baño lo toman en tal caso en el camino; pues si por baño se entiende la inmersión del cuerpo en el agua, y tenemos en cuenta que el sudor tiene el noventa y nueve por ciento de agua, comprenderemos el porqué de bañarse antes de llegar al río.

Más después de terminado el viaje y por tanto, ya en presencia de la *poética* ribera nos encontramos á esta desprovista de arbolado, por desgracia de la agricultura y la higiene, y como la mayor parte de las veces no hay otra sombra en que ampararse que la que nos proporciona el vehículo que nos conduce, de aquí que se haga preciso estar, ó acurrucados entre las ruedas del carruaje, experimentando el *saludo* con que, con música y todo, nos reciben los mosquitos ó *disfrutando de las delicias* de los rayos solares que en no poco influyen en el sano fin á que se aspira, cual es el de *refrescarse*.

Pero no es esto solo; se acostumbra también á tomar los baños en nuestra provincia, en el corto espacio de tiempo de tres ó cuatro días, aunque éstos sean los menos calurosos de la estación; y tras de darse, en tan corto espacio de tiempo, quince ó veinte baños (respecto del número no podemos precisar porque en esto, como en otras cosas, influye en mucho el gusto del *consumidor*; hay quien se da ochenta ó noventa), suspende hasta otro año su *medida higiénica* aunque en lo que resta de verano, se aniquile su organismo por las pérdidas considerables que el calor le produce.

Bien es verdad que los aficionados á bañarse con sujeción á esa higiene, procuran en lo posible complementar los saludables efectos del baño con las bebidas atemperantes, tónicas, diluyentes, etc., etc., según las condiciones de cada individuo, y por eso notamos que lo primero que procuran llevar es una bota ó barril de *regulares* dimensiones, lleno de *sarsaparilla líquida* como decía en una ocasión una persona *ilustrada*.

Para terminar y hablando en serio; creemos que, ya que en la Mancha, nuestra situación precaria no nos permite, generalmente hablando, tomar baños con la comodidad y lujo que lo hacen los grandes personajes, lo mejor de todo es bañarse en su *casita* cuando el objeto no es otro que el de refrescarse, y el que tenga á esto repugnancia y cuente con medios á propósito para observar los verdaderos consejos de la higiene, esta lo autoriza con su palabra, siempre sabia, para que se bañe donde sea su gusto; pues que de este modo no es tan fácil que tenga que lamentar funestas consecuencias que ante todo es lo que nos ha impulsado á emborronar unas cuantas cuartillas.

## PALIQUE

Sr. Alcalde Presidente:

Se han acercado á nuestra redacción varios vecinos, manifestándonos su gratitud por la galantería que usted á tenido con ellos, dirigiéndoles atenta carta en demanda de que liquiden los atrasos que tienen en la Administración de Consumos, antes de que la alcaldía se vea precisada á emplear contra ellos procedimiento de apremio. De nada sirve á estos vecinos, según nos manifiestan, presentar las notas declaratorias de las especies que en su casa tienen actualmente sujetas al impuesto de consumos, si antes no liquidan los atrasos á que la carta se refiere.

Dicen estos vecinos, y creemos tienen razón, Sr. Alcalde, que agradecerían á usted mucho tuviese también para con ellos la ga-

lantería de proponer al ayuntamiento se acordase el abono de las cantidades que este les adeuda por suscripción voluntaria reintegrable para atender al derribo de la casa que fué convento de Franciscas, y que hoy constituye las delicias de muchos con el nombre de «Parterre».

Y si no se les abonan, añaden, esas entidades que se les adeudan, que se les pasen en cuenta al practicar las liquidaciones á que usted tan cortemente les invita.

De nuestro querido colega *La Justicia*:

«*Cosas de La Epoca*».

Hablando el diario conservador de la campaña que piensan emprender este verano algunos hombres caracterizados del partido centralista, dice lo que sigue:

«Es de notar que en esta propaganda no figuren los zorrillistas y federales.

Otra prueba de las armonías republicanas.»

Figurarán, vetusta dueña.

Y tomarán parte, con decisión y entusiasmo, juntos ó separados, según puedan, porque no han de marchar como parejas de la Guardia civil, en toda propaganda conducente á demostrar que urge que el país sea dueño de sus destinos, y que sólo podrá conseguirlo aboliendo la monarquía; que si en todas partes va perdiendo terreno, en España está tocada de incurable anemia, que no tiene hora segura.

En esto, y en todo lo que por este camino va, están perfectamente de acuerdo federales, progresistas y centralistas.»

Algunos periódicos han dicho que se juega en varias capitales de provincia; y *La Epoca* pone á la noticia el siguiente comentario: «Estamos seguros de que, si la noticia es cierta, no tardarán las autoridades en adoptar enérgicas medidas.»

Muchas seguridades son las del colega conservador.

Porque si se juega en San Sebastián en las barbas (es un decir) de las instituciones, y hasta los hijos del gobernador de la provincia van á jugar á los caballitos (ruleta disfrazada), como ocurría el verano pasado, ¿por qué razón no ha de jugarse en las demás provincias?

¿Acaso hay, en esto de los garitos, bulas para las poblaciones en que reside la corte?

Se ha aplazado para Agosto, por disposición ministerial, la ejecución del rey Palmarrillo, que debía ser agarrado en Málaga.

Pasemos por alto las protestas del verdugo, que ha tenido que regresar á Granada sin percibir sus honorarios manifestando que es *gravis informalidad* lo que ha hecho el gobierno.

Lo grave es que se dice que el indulto se concederá; bien que ha de servir para solemnizar los días de doña María Cristina de Hapsburgo.

Aun así, claro está que hemos de aplaudirlo.

Pero no comprende el señor ministro de Gracia y Justicia que tratándose de la vida de un hombre pendiente, de un acto de clemencia, parecerá más propio de palaciegos que de ministros ese aplazamiento, puesto que por única causa reconoce el deseo de asociar ese acto al cumpleaños ó á los días del jefe del Estado!

¡Triste sino el de estos conservadores! Aun cuando por casualidad hacen el bien, parece que un fatal destino los lleva á empuqueñarlo ó á adulterarlo.

Hay orden de que se midan los túneles del Puerto de Pajares que tienen cimbras de hierro, para ver si por ellos pueda pasar el tren real.

El asunto no puede ser de mayor gravedad. Si el tren real cabe por el túnel, la familia real podrá asistir á la inauguración de la estatua de Jovellanos en Gijón y S. M. el rey recibirá el sacramento de la confirmación en Covadonga.

Si el tren real abulta demasiado para pasar por el túnel, el amigo Jovellanos habrá de resignarse á que su estatua sea inaugurada de cualquier modo, y el obispo que actúa en Covadonga tendrá que meterse en el babillo la confirmación.

Porque claro es que los ministros respon-

sables no han de consentir que las instituciones se rebajen por Jovellanos ni por el Santo Sacramento de la Confirmación, pasando por el túnel como simples mortales en un tren que no lleve comedores, lavabos, retretes y todo lo que constituye un tren real.

De todos modos, conste que es grande el tren en que viaja la monarquía.

La ley de los contrastes.

El representante de esta provincia D. José García Noblejas, se ha ocupado en el Senado de la tristísima situación porque atraviesa nuestra provincia, llamando la atención del gobierno sobre la riqueza oliverera que está perdida y no ha de dar abundante ni mediano fruto en seis ú ocho años, por cuyo motivo interesa el Sr. Noblejas debe excluirse del pago de la contribución; y comprendiendo que no habrá trabajo este invierno para tantos braceros rogó también al gobierno que se lleven á efecto las obras públicas que están acordadas, á fin de darles colocación.

El Sr. Merelo, que en otras legislaturas representó á la provincia de Ciudad-Real, abundó en las mismas ideas.

El Ministro de Fomento prometió interesarse por lo expuesto.

Cosa que no cumplirá.

Y también á instancias del Sr. Noblejas se ha rebajado en 6.000 pesetas el cupo de contribuciones de esta ciudad.

Enviamos en esta ocasión nuestro aplauso al Sr. Noblejas y ojalá se consiguiera de una vez la supresión de ese odioso impuesto.

La prensa monárquica publica con fruición la siguiente noticia:

«Han empezado á llegar á San Sebastián cuatro botijos con agua de una fuente del palacio de Oriente para la familia real.

Durante su estancia allí recibirán diariamente el mismo número de botijos.»

¡Oh.....!

¡Ah.....!

Nuestro colega *El Correo* nos da la siguiente noticia, con epigrafa y todo:

«LA NODRIZA DEL REY»

La nodriza del rey ha dejado de prestar sus servicios al monarca. Cuando la corte salió de Madrid la nodriza marchó al valle de Pas.»

Para nosotros ha sido una verdadera sorpresa.

Sabíamos que S. M. D. Alfonso XIII había cumplido cinco años en Mayo el día de San Pascual Bailón, precisamente.

No ignorábamos que á esa fecha había devengado S. M. treinta y cinco millones de pesetas.

Lo que no sospechábamos siquiera es que hasta el 17 del actual necesitase los oficios de su nodriza.

## Ayuntamiento.

Comenzada la sesión, el señor Secretario dió lectura á una solicitud presentada por los corredores, con objeto de que se les permita el libre ejercicio de su profesión, solicitud que según acuerdo del ayuntamiento pasará á informe de la Comisión de Hacienda.

Asimismo se leyó un expediente promovido por este ayuntamiento, respecto á la cantidad que en definitiva ha de asignarse al auxiliar de una de las escuelas.

El secretario dió cuenta de que se había agotado el capítulo de imprevistos del presupuesto del año económico anterior (1) habiendo quedado pendientes de pago obligaciones tan sagradas como las de auxilios de escuelas y otras.

Sin comentarios.

El concejal Sr. León, hizo uso de la palabra proponiendo muy oportunamente á la corporación y especialmente al Sr. Presidente, que teniendo en cuenta la escasez de la cosecha de cereales y con objeto de no tropezar más adelante con dificultades tal vez insuperables, se de comienzo lo más pronto posible á la cobranza del Pósito; al mismo tiempo manifestó que tenía terminado el reglamento de los guardas rurales, y después de recibir las gracias de sus compañeros, por boca del Sr. Presidente, se acordó que dicho reglamento pasara á informe de la comisión respectiva.