

CONSULTORIO DE HIGIENE Y BELLEZA

Tiene a su cargo esta Sección la joven doctora en Farmacia Ascensión Más-Guindal.

* * *

NOTA.—La enorme cantidad de cartas acumuladas en la Sección de Higiene y Belleza nos obliga, provisionalmente, a no admitir nuevas consultas. Nuestras lectoras sabrán perdonarnos. En el número de «Y» oportuno daremos la orden de la nueva apertura de esta Sección.

LA MAS ATOLONDRADA.—Contra los granitos de la cara se dará todas las noches embrocaciones por medio de un pincelito con la siguiente fórmula: Azufre, 100 grs.; Glicerina, 10 grs. Mézclase en un mortero y añádase Alcohol alcanforado, 120 grs. Emplee para los lavados agua caliente y jabón de azufre. También puede aplicarse dos veces al día esta pomada: Óxido de zinc, 4 grs.; Resorcina, 3 grs.; Vaselina, 50 grs.

El agua oxigenada concentrada puede emplearse como depilatorio en la seguridad de que en la superficie depilada no vuelve a crecer el pelo; pero tiene el inconveniente de que es muy irritante y hay que usarla con cuidado. Le doy esta fórmula de depilatorio, que es buena: Perhidrol, 3 partes; Glicerina, 5 partes; Lanolina anhidra, 10 partes. Durante el día, en fricciones, una mezcla de Perhidrol, 10 partes; Esencia de petróleo, 12 partes; Espíritu de vino, 12 partes; Agua destilada, 10 partes.

Encantada y siempre a su disposición.

UNA RUBIA SOÑADORA.—El agua oxigenada se emplea para decolorar el cabello, con la ventaja sobre la camomila de que tiene propiedades antisépticas y al mismo tiempo limpia perfectamente el cuero cabelludo.

Es preciso primero lavar la cabeza muy bien para librarla del polvo y grasa adherido a los cabellos, humedeciéndose después éstos con una solución amoniacal diluida para embeberlos varias veces luego con una solución de agua oxigenada al 1'3 por 100. La decoloración se favorece por la acción del aire y de la luz, siendo conveniente engrasar los cabellos después, sobre todo si el tratamiento decolorante se ha hecho varias veces seguidas, para evitar que se vuelvan quebradizos.

Puede preguntarse todo cuanto guste, no molesta nunca.

LINDARAJA.—Creo que debe ensayar otros medios más sencillos antes, y en caso de resultado negativo siempre estará a tiempo de operarse. Es usted muy joven y no debe desesperarse.

Los senos requieren agua fría; es muy eficaz la ducha por la mañana y por la noche con agua en la que puede echar unas gotas de tintura de benjuí y esencia de mirto con un poco de agua de colonia.

Para activar la circulación después de los lavados o duchas con agua fría, es conveniente friccionar los senos con la siguiente preparación: Canela fina machacada, 20 grs.; Pimienta, 10 grs.; Polvo de quina, 6 grs.; Sulfato de alúmina, 4 grs.; Leche de almendras, 100 grs.; Mirra, 4 grs.; Alcohol de 90°, 300 grs.

Para disminuir el volumen conviene que la alimentación sea poco abundante en materias nitrogenadas, grasas, féculas, vino, cerveza, etc. El ejercicio prolongado también contribuye a disminuir el tamaño.

Ya verá cómo teniendo constancia corrige ese defecto y puede lucir sus bonitos trajes.

DOS HERMANAS.—Para quitar las manchas de los granos en las piernas usarás la siguiente fórmula: Agua oxigenada, 200 grs.; Bórax, 10 grs. Puedes darte después un poquito de la crema que uses para suavizar.

Tu hermana debe hacer todos los días un poco de gimnasia para adelgazar los tobillos. Hay un ejercicio muy sencillo, que consiste en levantarse sobre la punta de los pies, teniendo éstos juntos, y volver a descansar sobre el talón. Repetid este movimiento varias veces. También puede usar los jabones para adelgazar, frotándose fuertemente con ellos y agua caliente por medio de un guante de crin dura.

La fórmula depilatoria aplícala por la noche durante unos minutos. Depende del sitio donde vayas a aplicarla: no me indicas nada. No obstante, si acaso te irrita, te das un poco de crema. Siempre a vuestra disposición.

UNA IMPERTINENTE MURCIANA. Vamos a contestar a todas tus preguntas, simpática Juanita. Puedes preparar la esencia de heno con la siguiente fórmula: Alcohol, 500 grs.; Infusión de jazmin, 50 grs.; Infusión de iris, 60 grs.; Infusión de casia, 50 grs.; Infusión de benjuí, 50 grs.; Esencia de geranio, 2 grs.; Esencia de pachuli, 5 gotas; Esencia de palo de rosa, 1 gr.; Esencia de bergamota, 2 grs. Para preparar esta esencia se reduce dicha mezcla a 90° por medio del agua de azahar, se macera después durante quince días y se filtra.

Como perfume para la ropa puedes utilizar unos saquitos en los que introducirás: Benjuí en polvo, 50 grs.; Flores de espliego, 200 grs.; Esencia de espliego,

3 grs. Mézclase y pulverícese antes, añadiendo la esencia al final.

Espero que en la próxima consulta que me anuncias hayas suprimido la palabra impertinente, pues bien sabes que no lo eres.

UNA JUGADORA DE HOCKEY.—El que se te hayan desarrollado tanto los músculos de las piernas es consecuencia del ejercicio que haces, y veo difícil el corregir ese defecto que tanto te molesta mientras sigas tan entusiasta del hockey. Ya sabes el aforismo: «Sublata causa, tollit effectus» (suprimida la causa, cesan los efectos). Así es que fracasarán todas las fórmulas y todos los procedimientos de los institutos mientras sigas desarrollando los músculos por medio de un ejercicio tan continuado.

Siento disgustarte, ya que te veo tan entusiasmada; pero sinceramente te lo digo.

TOANG-LU, TRISTE.—Si ya tiene un plan para adelgazar, puesto por tu médico, que, según confías, te ha dado algún resultado, ¿por qué no tienes un poco de paciencia y continuas con él? Comprendo que se te haga insoportable y pesadísimo; pero de qué no serán capaces las mujeres por la belleza!

Si, los preparados yodados adelgazan; puede ingerirse después de cada comida una taza de infusión de Fucus vesiculosus (alga que contiene gran cantidad de yodo), o en forma de extracto acuoso: 2 grs., tres veces al día, en un poco de agua mineral. En sustitución de esto, la tintura de yodo a gotas en el vino, empezando por 5 y llegando hasta veinte en cada comida.

Creo preferible no hagas nada sin previo permiso del médico, y haz ejercicio, mucho ejercicio, que es imprescindible si quieres adelgazar.

CONCHA.—Te desaparecerán fácilmente las verrugas de las manos con el tratamiento siguiente: Durante diez días seguidos tomarás, al interior, 2 grs. de magnesia calcinada, y al exterior, toques en las verrugas con el colodión éste: Acido salicílico, 5 grs.; Acido láctico, 5 grs.; Eter sulfúrico, 4 grs.; Alcohol, 2 grs.; Colodión, 20 grs. Mezclad primero el ácido salicílico con el láctico, el alcohol y el éter, agítalo y añádelo el colodión.

También puedes darte la pomada de papel, tan usada antiguamente, y que es muy eficaz en toques diarios. Se obtiene mezclando trozos de papel de filtro con ácido nítrico en exceso por medio de una varilla de vidrio, hasta que resulte una masa glutinosa de aspecto de pomada.

No molestas nunca; yo encantada si puedo servirte.

UNA BARCELONESA.—Es preferible que en vez de teñirse el vello se aplique agua oxigenada con constancia, pues ésta, aparte de teñir el vello de rubio haciéndolo menos visible, acaba por destruirlo. Cuando se pone el vello en contacto con agua oxigenada concentrada, la raíz es fuertemente atacada y se puede extirpar con facilidad. Tiene la ventaja de que no vuelve a crecer el pelo, pero es irritante y tendrá que usarla con cuidado. Se la aplica únicamente donde exista el vello, y después se da un poco de crema o simplemente vaselina. Creo es mejor este procedimiento que otros depilatorios químicos, ya que la electrólisis la horroriza.

No se desanime; verá cómo pronto vuelve a usar sus vestidos descotados.

SOLON.—Contesto a tu «desesperado S. O. S.» un poco tarde, debido, como ya sabes, al excesivo número de consultas y al riguroso turno que guardan todas. Simpática Solón, no hay que desesperarse ni estudiar tanto para eclipsar la gloria de tu homónimo de Atenas, así no te queda tiempo para cuidarte el cabello, y eso no está bien en una chica guapa como tú.

Lo que tú tienes es seborrea; por eso está siempre el pelo graso y lleno de caspa. El que se abran tanto las puntas y se caiga es consecuencia de ello. No adelantas nada con lavarte tanto la cabeza; lo que necesitas es una fórmula energética que evite su caída, y nada mejor que ésta que te mando, a base de resorcina, que es el medicamento específico contra la seborrea: Resorcina, 3 grs.; Cloruro mercúrico, 1 gr.; Alcohol, 250 c.c.; Agua, 740 grs.; Glicerina, 10 grs. Ten cuidado con ella, que es preparación tóxica. No es preciso que empapes todo el pelo: basta con que te fricciones el cuero cabelludo con un algodoncito, y luego te vuelves a poner los rizadores.

L

OS que tengáis un corazón sano y sensible, los que habéis amado mucho y sufrido terribles decepciones, comprenderéis mejor la intensidad emocional de Alfredo de la Garma.

Joven y huérfano, escritor independiente, viajero de todas las rutas y gustador de infinitas emociones, había regresado a Madrid con el corazón cansado y el espíritu ausente, después de una larga estancia en varias ciudades europeas.

Sus veintisiete años, plenos de experiencia pasional, sabían que cada uno ama según las dimensiones de su propio corazón, y aunque tampoco ignoraba que las mujeres existen para ser amadas y las pasiones para ser vividas, ello era lo cierto que de los infinitos amores que su juventud hallara, sólo recordaba ahora que todas aquellas mujeres le dejaron un sabor acre en los labios y una gran decepción espiritual.

Como todos los hombres excepcionales, Alfredo de la Garma era un imaginativo y se había construido una moral amorosa a la medida de sus pasiones. Los idilios domésticos le aburrían y le causaban tedio esos noviazgos de la masa municipal, burguesa. Él exigía de las mujeres, además de sensibilidad y de belleza, un algo de excepción que presentía, pero que jamás se había logrado explicar.

Todos sus entusiasmos femeninos habían tenido el mismo final: la decepción. Una decepción de espíritu noble, no un desengaño de *Don Juan* vulgar. ¿Por qué, si aquellas mujeres espléndidas que amara eran símbolo y trasunto de hermosura y de virtud?

Recurrió a los filósofos, desde Platón a Stendhal, y sus libros le dijeron que ninguno supo por qué nos atrae y nos decepciona la mujer.

En tal estado psicológico, Alfredo de la Garma vivía refugiado en sí mismo, con un miedo loco a enamorarse de nuevo, por temor a la decepción inevitable, final.

Desde hacía algunos meses, sólo el silencio de su despacho era la novia dulce y blanca que le llamaba, sonriéndole con caricias de paz. La lectura y el aislamiento, las cuartillas y la pluma, poco a poco, habían devuelto a su atormentada mente la perdida calma espiritual.

A veces, leyendo a Bécquer, saltaba, candente, la chispa de un recuerdo y la sombra de una mujer que amara pasaba triste y fugaz.

El escritor se justificaba entonces con el poeta:

*Comprendo que soy injusto,
que no me debí quejar;
me quiso como ella supo,
pero yo soñaba... más.*

Por eso, al conocer de manera imprevista a Carmen, creyó de buena fe su corazón torradizo que sería una venturilla más. Una equivocación telefónica sirvió para poner en contacto dos almas ausentes, distantes entre sí.

Desde ese día, Alfredo notó iluminado su espíritu con un rayito de sol... Las primeras semanas se contentaron, a petición de ella, con oírse por teléfono, con decirse palabras como arrullos desde el mismo meridiano espiritual, desde el mismo cauce de los mutuos entusiasmos, dejando para después el milagro de verse y el temblor de sentirse el uno cerca del otro.

Este anhelo juvenil, que las horas multiplicaban, fué satisfecho una tarde que quedaron citados en la plaza de la Independencia, a las últimas horas del día, cuando el sol de mayo empezaba a morir en un desmayo luminoso.

Llegó Alfredo primero y se puso a contemplar, con los ojos del espíritu vueltos hacia su emoción interna, las arcadas simétricas de la Puerta de Alcalá. Y al otro lado, los jardines del Buen Retiro, cuyas umbras arboledas había vestido de brotes el sol de los tibios días primaverales.

Rodaban por la calzada tranvías y autobuses, cargados de viajeros, y los tubos de neón empezaban a rubricar las fachadas de rojos letreros publicitarios.

De la Garma paseábase inquieto, nervioso, y miraba anhelante a cuantas mujeres cruzaban en su turno, taconeando gentilmente sobre el asfalto.

De pronto, una, ¡jalla!, bonita y rubia como el sol que hundiese con rapidez en el ocaso. Se reconocieron inmediatamente, estrechándose con júbilo las manos.

Era alta, buen tipo, magnífica de proporciones. Los ojos muy grandes y negros, la frente despejada y noble, digna y vehemente la expresión. Vestía de oscuro, con natural elegancia.

Pasearon largamente, cogidos del brazo, hablando apenas y mirándose intensamente a los ojos. Así un día..., y otro..., y los siguientes. Al caer de la tarde.

¿Con qué júbilo esperaba Alfredo esa hora embrujada del crepúsculo, para ir a buscarla! Carmen llegaba siempre sonriente y enamorada, diciendo apenas con su vocecita bien timbrada:

—Mira, hoy vamos a pasear poquito. A las ocho he de estar en casa. Salí con un pretexto... ¡Si mamá supiera!

Alfredo, resignado, asentía y miraba con unción a las flores del busto y a la boca risueña. Carmen, mimosa y satisfecha, al saberse muy amada, le decía bajito:

—¿Por qué me miras así?

—Porque las rosas frescas y los labios encendidos me gustan extraordinariamente.

—¡Embusterón!—protestaba ella—. ¡A cuántas les habrás dicho igual!

Así se le fué entrando Carmen por las puertas del alma, llegando a constituir un noble estímulo en su carrera literaria, la meta esperanzada de sus sueños de escritor.

Su estilo varió de tonos. Las cuartillas, antes cinceladas a golpe de abandono y de amargura, eran ahora serenas y optimistas.

Alfredo de la Garma comprendió entonces que *aquello* no era una aventura más, sino un cariño honrado y noble por Carmen, a quien amaba por bella, buena e inteligente. Por ser a ratos alegre y a ratos sentimental; porque sabía reír y callar, por sus gustos refinados y su elegancia ingénita. Y, sobre todo, porque supo comprender sus ilusiones y espolpear sus afanes.

Efectivamente. Carmen era múltiple para Alfredo: un poco madre—¡perdió él la suya tan pronto!—, otro poco hermana, otro tanto amiga, un mucho mujer dulce y novia enamorada. Sabía ahuyentar toda vulgaridad de sus actos, de sus hechos y hasta de sus palabras.

Hasta que un día—triste fecha en el diario sentimental del literato!—Carmen no acudió a la cita y en vano esperó el galán su llegada. Tres largas horas estuvo midiendo el asfalto de la acera con sus pasos y observando, anhelante, a cuantas mujeres pasaban.

Eran ya los últimos días de octubre y la plaza de la Independencia estaba triste, gris la famosa puerta arquitectónica,alzada por Carlos III; aburridas y friolentas las gentes que transcurrían, lacias las hojas de los árboles del parterre.

Alfredo retiróse con la muerte en el alma. ¿Estaría Carmen enferma? ¿Se habría cansado de él? ¿Por qué no vino? ¿Le abandonaba? ¡Vendrá mañana o me telefoneará!, se dijo al final de sus amargas reflexiones, intentando llevar un

LA AMADA IMPOSIBLE

Por J. SAN



Ahora relea a Fray Luis.