

ESCUELA

TECNICA

Superior Femenina

SANTIAGO

1888 - 1932

SUMARIO

Dedicatoria.

Alumnas del Superior C. Segundo Grado.

Escuela Técnica Superior Femenina.

¿Por qué?

El día del Colegio.

El negro rubio. (Cuento).

El Sol.

Dedicado a las alumnas de los cursos superiores que abandonarán la Escuela.

Compañerismo.

Dedicado con todo respeto y cariño a la distinguida Directora del establecimiento, señorita Teresa Salinas.

Historia del bordado a través de la civilización. Trabajo leído el 4 de Julio de 1932, por Matilde Coral.

El fin que persigue la enseñanza de las Escuelas Técnicas Femeninas.

La observación, base de la vida y del arte.

Las Vitaminas.—Apuntes tomados en clase de higiene y Puericultura, de la señorita Florencia Barrios.

El presente y la mujer.

La Tuberculosis.

Descripción del mar.

Meditación.

Cuando tus labios.

Breves comentarios sobre la mujer.

Pelambrillos.

DEDICATORIA

Las alumnas del Superior C.
del Segundo Grado de la Escuela
Técnica Superior Femenina, le de-
dican estas páginas en su 44.^o
aniversario.



Santiago, 30 de Agosto de 1932.

ALUMNAS DEL SUPERIOR C. SEGUNDO GRADO

Amaro Quiroga Olimpia
Boada Mor Ofelia
Gaete Estrada Laura
Gana Silva Olga
Gómez Milla Laura
González Figueroa Hortensia
Giménez Cortés Graciela
López Valenzuela Marina
Lastra Morales Blanca
Núñez Guerrero Encarnación
Quezada Durán Lidia
Rebeco Avila Olga
Rojas Fuenzalida Lidia
Rojas Quiñones Julia
Sánchez Díaz Concepción
Soto Charrier Carmela
Ugarte Canales Raquel
Urbina Armijo Flor
Vargas Belaúndes Anatolia
Vergara Pino Olga.

Escuela Técnica Superior Femenina

6807

1888 - 1932

Historia.—Creada en 1888 bajo la Presidencia de don José Manuel Balma-
ceda.

Directoras.—Sra. Mercedes de Viviani.—Sra. Rosa Girad de Escudero.—Sra.
María W de Jenschke.—Sra. Elicenda Parga.—Srta. Albina Bustos.—Sra. Gertru-
dis M. de Ebesperger y Srta. Teresa Salinas V.

Celebra nuestra Escuela el 44 aniversario de su fundación. Ningún home-
naje puede ser más oportuno en estas circunstancias que ofrendarle el compendio
de nuestro esfuerzo intelectual y de nuestra experiencia, en estas horas destina-
das a recibir, como en un cáliz, las impresiones de profesoras y alumnas.

Toda publicación, por modesta que sea, llena siempre un objetivo útil, si
se inspira en la verdad, en el más puro amor a la ciencia y a la glorificación de
todo trabajo necesario al bien de la colectividad.

Si la nuestra no llena por completo otras finalidades, al menos tenemos la
conciencia de que ella no se aparta de tales principios, que son la norma y la
directiva inquebrantable de esta Escuela.

Cercana a un medio siglo de existencia la Escuela Técnica Superior Feme-
nina es poseedora de una tradición que difícilmente puedan aventajar otros esta-
blecimientos similares de la América, es pues, un justo motivo de orgullo y de
exquisita satisfacción el que nos inspira al entregar a la publicidad los diversos
artículos y estudios elaborados por nuestro personal en el seno de nuestro am-
biente de austeros sacrificios y al márgen de las tareas habituales de nuestras
aulas.

La vida de nuestra Escuela se ha sorteado en medio de numerosos ensayos,
experimentos y reformas, siguiendo el ritmo de las tendencias de la época y de
los avances incontenibles de la pedagogía moderna y la ciencia que la orientan.

Cualesquiera que fueran las modalidades de tales innovaciones, la Escuela
ha mantenido la fe y la constancia que son indispensables para llegar a un plan
definitivo en estas materias. Con todo, podemos decir, sin vanas pretensiones,
que ella ha alcanzado su verdadero carácter y que los rumbos que le han impre-
so las autoridades educacionales y sus diversas direcciones, le auguran un por-
venir brillante, una influencia y una orientación definida a través de las inquie-
tudes progresistas que nos depara el porvenir.

Si los trabajos que llenan las páginas de esta publicación no son por su
conformación literaria y por su calidad científica lo que hubiéramos deseado ofre-
cer como tributo máximo a nuestra Escuela en esta fecha de suprema recorda-
ción histórica, al menos, invocamos la benevolencia de nuestros lectores para
quienes sólo desean contribuir a la medida de sus fuerzas, en una tarea de suyo
grata y elevada.

FLORENCIA BARRIOS.

Santiago, 30 de Agosto de 1932.

¿Por qué?

Editorial? y por qué no? Dentro de la vaporosa humildad de la presente "Hojita", hay una noble razón que le ha dado el ser, y que, con las menos palabras posibles, expondremos en estas líneas.

La festividad del aniversario de la Escuela nos ha brindado la ocasión.

La labor de las Técnicas, piensan muchos, es sólo de habilidad de las manos. En ello apenas si hay un mínimo de lubricación cerebral. Nos ven al margen de las nobles inquietudes del espíritu.

El hecho es que nuestros afanes, si bien es cierto, son más de destreza y experiencia profesional que de pura investigación metafísica, tratamos, por necesidad psíquica y para cumplir mejor nuestro deber, de embalsamarlos con lo que las Ciencias y las Bellas Artes nos ofrecen para mitigar un tanto las insaciables aspiraciones de perfeccionamiento de nuestras almas soñadoras.

Para la mujer soñar es vivir.

No sabemos ser, aunque quisiéramos, de otra manera. Por lo que podemos decir, sin que se nos tilde de pretenciosa vanidad, que el dedal, la humilde aguja, en las manos de la mujer, se convierten en la más tierna y emocionante poesía. Pensamiento que vemos hermosamente expresado en los siguientes felices versos:

"Armas ansiosas de triunfo.
dedal, agujas y tijeras;

.....
si hieren, cortan o punzan
no hay llanto por esa herida,
que la tela embellecida
no lamentará el dolor.
Armas nobles, protectoras,
no destrozan el camino;
su acero es oro divino
si la mano tiene amor." (1)

Alumnas y maestras vibran de entusiasmo y de alegría, apretadas en la más fraternal unión, fijas sus optimistas miradas en un mismo ideal.

En nuestras aulas, por todos los medios que están a nuestro alcance, tratamos de formar la mujer industrial del mañana; pero la mujer culta en el más amplio sentido de la palabra, a fin de que pueda después desempeñarse, en la ingrata y dura palestra de la vida, útil y dignamente en la familia y en la sociedad.

La cultura eleva a la mujer por humilde que ella sea. Y de las mujeres cultas depende el bienestar y la grandeza de la Patria.

Portavoz de esta aspiración común a Maestras y Alumnas es esta "Hojita", que irá, como cálida brisa primaveral, por los hogares chilenos, llevando, como la flor el perfume embriagador, las mejores y más sentidas ensoñaciones de nuestras almas.

LUISA FERNANDEZ.

(1)—Himno de la Escuela Técnica, por la Srta. Juana Jaques.

El día del Colegio

Por fin ha llegado el día que ansiosas esperábamos. Hoy nuestros corazones juveniles se agrupan para recordar los tesoros más preciados que siempre habéis dispensado a aquellas mujeres que fueron, que son y que serán en el día de mañana, las fundadoras de un hogar y de muchos corazones.

¿Cuántos años hacen que este hermoso plantel abría por vez primera sus puertas para dar sabiduría a aquellas que estaban ávidas del saber.

Llegaron cual llegan todas las avecillas a buscar abrigo bajo un techo protector.

Muchas siguieron tus huellas, pero no alcanzaban a llegar a él, se agotaban sus fuerzas y detenían la marcha. ¡Con qué dolor miraban el terreno perdido! Pero en cambio te sentirás orgullosa al ver que en tu seno se encuentran aquellas mujeres, que no sólo han llegado a la cúspide, sino que también sus corazones guardan recuerdos imborrables.

¡Larga ha sido tu etapa, pero no largos han sido los momentos que la juventud risueña ha pasado y pasará por tus hermosas aulas.

Pero así como recuerdas aquellas que ya han formado sus almas, así también debes recordar a aquellas que partieron de esta tierra para no volver más.

Por eso en estos momentos en que se celebra esta magna fiesta, que arranca de nuestros pechos himnos de entusiasmo, os recordamos y os recordaremos siempre.

O. REBECO.
Sup. C. 2.º Grado.

El Negro Rubio

(CUENTO)

—Mamacita, yo quiero a ese negrito.

—pero, Nena, ¿cómo puedes preferir ese muñeco tan feo? Elige el bebé de melenita dorada o la linda muñeca de ojos azules.

Este diálogo fué oído ante la vitrina de una gran juguetería de París.

Diez años más tarde, nos hallamos en la quinta veraniega de una aristocrática familia. Nuria, la hija única y mimada cumple los diez y ocho años. La pista del tennis es preferida al salón, para celebrar este día nacido en el esplendor del verano. La arboleda que la circunda ha sido decorada con ampolletitas multicolores, el aroma penetrante delata a las magnolias perdidas en la semi obscuridad; suenan los acordes de la música.

Aislada se dibuja en la orilla del lago, una figura femenina delicada, es la reina de la fiesta. Sueña bajo la luz suave del demilunio, sueña con un hombre de piel tan oscura como blanca el alma. Cree, que sólo esos seres despreciados por la penumbra de su color ocultan un espíritu ligero y magnánimo. No ha cambiado el sentir exótico de la niña que un día eligió un muñeco negro. El agua del surtidor se desgrana en minúsculas gotitas que se enredan cual diamantes de ensueños en los hermosos cabellos de la niña. Ella suspira y deja flotar su mente en las azules ondas de la ilusión...

—Señorita, ¿sería Ud. tan amable de acompañarme en este vals?

Dedicado a las alumnas de los cursos superiores que abandonarán la escuela

Próximamente como estáis a abandonar este plantel, quiero dedicaros estas líneas como un testimonio de mi reconocimiento hacia vuestra labor y disciplina.

Si el destino ha puesto sobre ciertas criaturas el sello del dolor, la marca de una desolación que se vé en sus rostros marchitos, en vuestra juventud ese mismo destino ha puesto una mañana llena de promesas. Sabed aprovechar con decorosa honradez las enseñanzas que aquí recibisteis y albergad en vuestros corazones el mejor recuerdo de los años floridos que con nosotros pasasteis.

Si sobre la tierra hay un símbolo triste, ese es el de la mujer que equivocó el camino. A vosotras os corresponde encender ante ese símbolo las lámparas votivas del ideal en ascensión perpetua, fieles al sentimiento de trabajo y de renovación que hemos procurado inculcaros.

Dentro de nuestra esfera de actividad productora, creemos haber cumplido para con vosotras la misión que la Escuela nos encomendara. Hemos puesto en vuestras manos las herramientas necesarias para que sepáis defenderos en la lucha por la vida.

Que el honor sea vuestro emblema y la dignidad el escudo con que habéis de luchar contra las acechanzas del mundo.

Que la más leve sombra no empañe jamás vuestras virtudes y que el amor en cualesquiera de sus múltiples manifestaciones, no os haga olvidar este recinto en donde tanto se os estima y que con tanto sentimiento verá alejaros.

F. B. T.

Agosto 30 de 1932.

Compañerismo

Esta palabra que se me escapa en estos momentos de mis labios, encierra para todas nosotras un gran significado.

Es algo que nace espontáneamente de nuestros corazones cuando nos educamos en un colegio, pues, nuestras almas se sienten inclinadas a servir a unas u otras de nuestras compañeras.

Con este sentimiento idealizador hacemos nuestra jornada escolar liviana y llevadera, ya que si muchas de nosotras no encontramos un apoyo o consuelo en nuestro alrededor, en nuestras compañeras lo encontraremos. Pero basándome en otro punto parecido al compañerismo, la amistad, existe una marcada diferencia. Ello es que al egresar de un colegio, nuestros corazones sienten especial predilección por algunas de nuestras compañeras y siempre veremos grupos de compañeras juntas e inseparables, pues la amistad los ha unido.

No por eso tampoco las otras nos son indiferentes, pues en cualquier caso, que alguna de ellas solicite su ayuda, no será rechazada, porque el más vivo compañerismo abriga en sí.

LIDIA QUEZADA D.
Superior C. 11 Grado

Dedicado con todo respeto y cariño a la distinguida Directora
del Establecimiento, Srta. Teresa Salinas

Tres años, oh digna maestra que estás con nosotras. Pronto nos has penetrado y te hemos comprendido. Con tus conversaciones y consejos llegas a nuestros corazones y dejas en ellos mayor fe y generosos ideales.

Eres severa y justa y eres también amable y tierna, y con esta mezcla de severidad y de ternura nos guías y nos llevas por el camino del cumplimiento del deber; tal vez más tarde recogerás los frutos de las semillas hoy sembradas para poder siquiera así agradecer y retribuir en algo a nuestra gran madre y maestra.

CARMELA SOTO.
Superior C. 11 Grado

Historia del bordado a través de la civilización

Trabajo leído el 4 de Julio de 1932 por Matilde Coral

La indiferencia con que actualmente se mira el bordado y el errado concepto que de él se tiene en este país, me han inducido a demostrar el arte que ha constituido en todos los tiempos. Ahora no se mira el bordado como un arte, sino como una simple técnica manual, y es muy lamentable en un país como el nuestro donde, desde el tiempo de los españoles hasta nuestros días, el bordado ha sido el arte más cultivado por la mujer, no se hubieran producido verdaderas obras maestras. Si bien se han hecho primorosos bordados, no han sido conocidos a causa de la misma poca importancia que se les ha dado. Salvo una que otra obra que se conservan en colecciones particulares y muy pocas en el museo histórico nacional.

Quiero en esta charla contaros muy a la ligera las fases por las que ha pasado el bordado en las diferentes épocas de la historia, llamándoles la atención, la gran importancia que siempre ha tenido en él el dibujo.

Desde la antigüedad el arte de bordar ha consistido en la ornamentación por medio de hebras textiles en una superficie flexible y de fácil penetración de la aguja.

Según las épocas han sido los materiales que se han usado.

El bordado a mano es el que justifica el interés artístico que han merecido las obras maestras conservadas en museos, colecciones y tesoros de la iglesia.

Según las diferentes épocas han sido también los diferentes dibujos y la manera de bordar. En el dibujo ha consistido desde la antigüedad el mayor éxito de las obras ejecutadas. El bordado data desde la Edad de Piedra. El hombre, antes de confeccionar y coser bien sus vestidos, cuando aún usaban paños con que se cubrían, los decoraban con bordados muy primitivos.

Poco a poco fué evolucionando en las diferentes culturas hasta alcanzar gran desarrollo al igual que las demás artes.

Asegúrase que San Dunstan, monje artista de Inglaterra en el siglo XII, hizo dibujos para que se ejecutasen en bordado y los calígrafos anglo-sajones fueron los primeros en usar las suntuosas iniciales dragontinas adornadas de follajes en ornamentos religiosos.

El dibujo de los bordados pertenecientes a los siglos XIII, XIV y XV tienen ya desde la primera mitad de la centuria un carácter muy distinto del que ofrece el arte bizantino y románico; desaparece

el aspecto inocente que tenían en los siglos XI y XII y adviértese mayor firmeza en el dibujo y más movimiento en las líneas de la figura hecha de medio punto; los cabellos y las barbas de la figura eran hechas de seda negra de puntitos, tan finas que parecían hechas con tinta. El bordado en este tiempo gozaba de gran predilección entre los nobles y eclesiásticos en particular. El arte profano sacó gran partido del bordado para alhajar los suntuosos castillos de los señores feudales.

Los bordados eran hechos en paño con motivos de leones, águilas y cruces y también con los escudos nobiliarios de los dueños de casa.

Estos paños de la edad media se perfeccionaron hasta llegar a las colgaduras del Renacimiento y que servían para embellecer las cámaras, balcones y ventanas al paso de procesiones, de cortejos reales.

En los siglos XIV y XV se hacían paños mortuorios para ser extendidos sobre féretros de reyes y príncipes en terciopelo o ricos brocados. En esta época se bordaban las bolsas y escarselas, prendas que no dejaban de usar ninguna gran dama, prócer, ni paje; algunas de ellas se hacían sobre tela de lino recorridas y aplicadas sobre terciopelo.

Es ejemplar interesante el de la aplicación de este bordado las prendas de vestir del Infante Don Felipe y la Mitra de Obispo de San Olegario.

El bordado en el siglo XIII siguió el movimiento de renovación y de progreso que se notó en todas las artes. Desde entonces puede decirse que el bordar fué un arte y una rama seria de la pintura. La aguja, verdadero pincel corría sobre la tela y dejaba tras ella el hilo teñido a manera de color. Siguióse bordando ornamentos de iglesia en los conventos, y las damas nobles y ricas tuvieron el bordar como favorito pasatiempo, haciendo tan general el gusto por la ornamentación bordada, hasta el punto que en todas las principales ciudades del Occidente fué una ocupación lucrativa para obreros de los dos sexos. Los asuntos caballescicos y guerreros disputaron el concurso de los bordadores.

En el siglo XIV y XV se conservan en

Catedrales y Museos los más magníficos ornamentos cuya especialidad era la habilidad de los decorados en sacar partido de los escudos de armas. Se bordó las iniciales de los Reyes Católicos y en el centro el escudo de España con el águila imperial de dos cabezas.

En el siglo XVI hemos de poner el bordado entre las industrias que tuvieron mayor florecimiento. Se ejecutó por medio de la aguja composiciones con sinnúmero de figuras y con modelado muy parecido al que pudo sacar el pintor con el pincel en la paleta en los cuerpos que copiaba. Y tal fué el caudal del bordado en este siglo siguiendo luego España donde los trabajos llegaban a alto grado de perfección. Cada detalle estaba tratado de modo que dejaban satisfecho el gusto de una población apasionada por las cosas artísticas. Fueron entonces considerables los procedimientos que se emplearon para el bordado. Los venecianos, vidrieros hábiles quisieron también sacar partido en esta industria para aplicarla al bordado; así emplearon el avalorio en todos colores según lo practicaban los egipcios, confeccionando vestimentas de algunas momias. España y Flandes, centros importantes de esta industria artística bordaban los dibujos de célebres artistas italianos. Se afirma que Rafael se ocupó distintas veces en asuntos de bordados. También en España artistas renombrados como Peregrin y Baldi, Bartolomé Carducci, no se desdijeron en emplear su talento en el dibujo de bordado. En el renacimiento fué la época en que Italia, España y Francia demostraron mayor buen gusto, esplendor, riqueza, inventiva de estilo. La aguja hizo prodigios, lo mismo que el pincel. Las damas de esta época se ocuparon con predilección en el bordado, citándose Catalina de Médicis por su habilidad en hacerlo. De esta época son los ornamentos que Luis XIII donó al Santo Sepulcro, hechos por un bordador del Rey. Por lo que toca al siglo XXIII el bordado lo invadió todo. Se bordaron las colgaduras de las estancias lujosas, tapices de sillones, vestidos de las damas, casacones de caballeros y hasta las libreas de la gente. Empleábase en estos trabajos el oro, plata, sedas de todos colores, perlas, evalorios y len-

te joyas. Se combinó el bordado con la pintura como remedo de las cosas Romanas de principios del siglo.

En el siglo noveno fué simplificándose el bordado, reemplazando las telas ricas por otras más prácticas y de más fácil confección. Nació el bordado moderno, más sencillo y ligero pero de gran efecto decorativo. Las telas toscas y burdas son ligeramente bordadas con lanas y sedas con motivos adaptables a estos materiales.

En el siglo XX las exigencias de la vida moderna no dan tiempo para dedicar meses y menos años enteros en la confección de un sólo bordado, por lo

tanto hoy día se ejecutan los más perfectos dentro de una gran sencillez y simplicidad de decorado. Los italianos, los alemanes y sobre todo los vieneses han hecho maravillosas obras de arte modernista, tan sencillas que en las Escuelas Técnicas de Bélgica, llamadas allá Escuelas de Mujeres, hacen el bordado de un cojín en una hora el proyecto y en otra el bordado, sin dejar de ser por esto una obra completa y artística.

Como han oído ustedes, el bordado es hoy, como en todos los tiempos, un arte que como dice un autor antiguo, "Los bordados son para las labores femeninas lo que la poesía es para la literatura".

El fin que persigue la enseñanza de las Escuelas Técnicas Femeninas

Queriendo hablar en general, sobre algunos detalles de la enseñanza de las Escuelas Técnicas, haré un breve relato, de lo que a mi parecer será útil, para darnos cuenta cabal del fin principal de dichas escuelas.

En el año 1928, estas escuelas pasaron a depender de la enseñanza secundaria, modificándose fundamentalmente al tomar el carácter de Liceos, porque en ellas se introdujo el estudio de ramos humanistas y científicos. Orientada en este sentido, su enseñanza se hizo más completa, sin que por esto se alterara la extensión de los ramos técnicos. Se abrió el paso a las alumnas que pretendían el aprendizaje de un oficio para costearse su vida y para las que ambicionaban un título.

En los años posteriores, se hablaba de que las Escuelas Técnicas pasarían a formar parte de otra enseñanza, pero hasta el día de hoy, no se ha tomado una resolución definitiva, lo que impide una orientación precisa.

Estudiando un poco sobre el fin que actualmente persiguen las Escuelas Técnicas, podemos ver que su función en la vida del país propende esencialmente hacia fines industriales.

Las alumnas que llegan a estos establecimientos, egresadas del sexto año de escuela primaria, después de tres años de preparación técnica bien orientadas y organizadas estarían en condición de recibir un título de tal o cual especialidad, que las capacita para desempeñar un oficio en talleres o para establecerse como pequeños industriales. Pero yo considero que este es un fin que podría ampliarse para las educandas, pues siempre hay alumnas que tienen aspiraciones mayores y que querían una mayor cultura; por lo tanto estas aspiraciones no debían ser entorpecidas, procurando que existieran en dichos establecimientos, cursos especiales pedagógicos, solamente para aquellas que se encuentran capacitadas para continuar sus estudios, hasta titularse de Profesoras técnicas, indispensables para el desarrollo de estas escuelas.

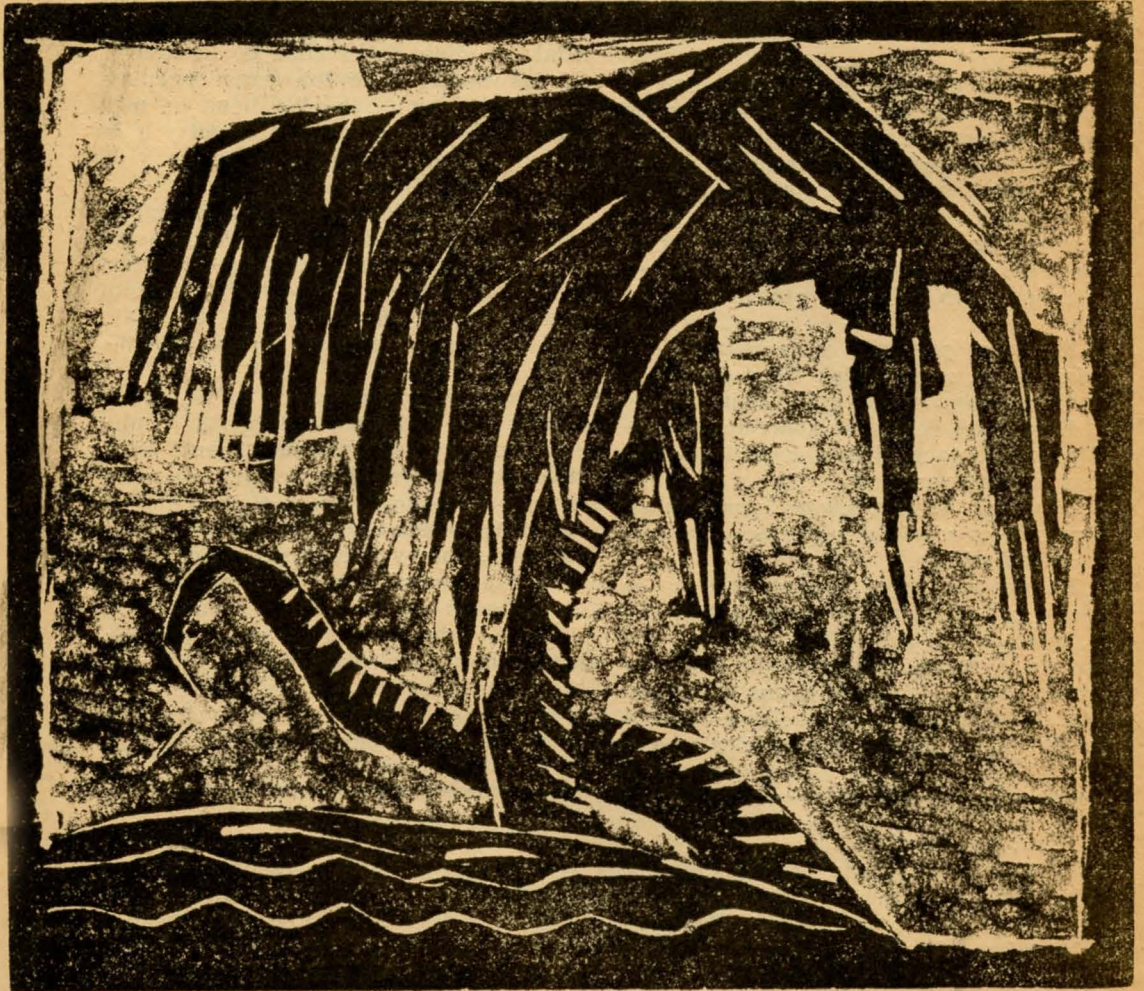
La situación económica porque atraviesa actualmente el país, no es obstáculo para darle expansión a la Enseñanza Técnica, que en el futuro tendrá la más hermosa realización.

Muchos países son célebres por sus manufacturas (damos a esta palabra su verdadero sentido, de "hecho a mano") como Inglaterra, Italia con sus encajes; los países orientales con sus tapices, bordado y arte decorativo; la Polonia con sus juguetes, etc.

También los países fabriles, Estados Unidos, Alemania, Francia, etc., prestan mucha atención al desarrollo y progreso de sus Escuelas Técnicas, sobre una base industrial.

En la actualidad, todas las clases sociales, sin distinción de color político, reconocen la imprescindible necesidad de proceder a la industrialización del país. De ahí resulta la importancia ineludible de estudiar, organizar y normalizar los servicios educacionales para que pueda ocupar el lugar que les corresponde en el resurgimiento nacional.

RAQUEL UGARTE C.
Sup. C. 2.º Grado



Luisa Fernández

La observación, base de la vida y del arte

Quisiera que meditaran un momento en el goce admirable que da la observación. Y quiero probarles que no se puede dar verdadera vida intelectual y espiritual sin profunda y constante observación.

Es cierto que es cómodo vivir dejándose arrastrar por impresiones distintas y mirarlo todo de pasada, pero esta vida perezosa no es digna de tenerla, puesto que de esta suerte, en casi nada nos diferenciaríamos de los pájaros. Tenemos cerebro que raciocina, tenemos un alma que es todo espíritu y por lo tanto, inmortal.

¡Cuántos goces desperdiciamos por no detenernos, por no reflexionar, cuando podemos tener tantas distracciones provechosísimas casi sin movernos.

Se cree generalmente que sólo viajando o saliendo se goza, nó; nuestra casa, nuestra familia, están llenas de encantos. Pero observemos, no nos sintamos extraños a los nuestros y cuanto nos rodea.

Miremos pensando y tendremos alegrías nunca sospechadas. En nosotros está el hacernos la vida interesante y rica.

Pero antes de seguir, concretemos más el pensamiento y veamos desde luego qué cosa es observar.

Observar es examinar atentamente, bien con los sentidos corporales, bien con el entendimiento.

Es algo así como una anatomía que se hace o con el bisturí de los sentidos: vista, tacto, gusto, oído, olfato; o con el bisturí de la razón, solamente. Se dice *examinar*, esto es: someter a una investigación, a un análisis crítico las diferentes partes de un todo, estudiándolas una a

una por separado para ver en seguida las relaciones que tienen entre sí. Por ejemplo: tomemos una rosa: la consideraremos en su armonioso y bello conjunto integral, y después, analizaremos sus diversos componentes: tallo, cáliz, corola, estambres, pistilo, el oficio que desempeñan, etc., y con el auxilio del microscopio, observaremos las células de que se componen los diversos y admirables tejidos y quedaremos maravillados de sus formas, armonía y misteriosas funciones fisiológicas. Y a la luz de la filosofía, nos hundiremos en el abismo del principio vital: el alma... el alma de la rosa... de las flores... de los seres organizados... el amor... la vida llena de misterios que se escapan a la razón y a la ciencia, la vida plétórica de belleza y de nunca inagotable admiración...!!

Se dice *atentamente*, no a la ligera, con superficialidad sino, con meditación reposada y serena, reflexiva y profunda.

Con los sentidos corporales, si se trata primariamente de considerar las cualidades externas de algo: forma, tamaño, color, etc....

Con el entendimiento, si se quiere ahondar en la íntima naturaleza de una cosa, en su entidad formal, asunto principal de nuestra observación, en otros términos, es hacer una anatomía filosófica de una cosa, o de algo esencialmente trascendental y metafísico, como por ejemplo: Dios, el alma, el principio vital de los seres organizados, la vida...

Todo esto significa la palabra observar, dicho de una manera sintética y con la mayor sencillez que me ha sido posible. Con el análisis somero que hemos hecho de la definición y con el desarrollo

¿Está Ud. de novia?

Diríjase a la Escuela Técnica Superior Femenina para que le confeccionen su ajuar en las secciones Lencería, Bordados a Máquina o Bordado a Mano. Visítenos con toda confianza. Delicias 678.

Si Ud. se queja de frío es porque ignora que en la Escuela Técnica Superior Femenina existe la sección Tejidos a Máquina y a Mano, donde se ejecutan toda clase de trabajos en lana y seda para chicos y grandes.

de las ideas en él bosquejadas, creemos que podemos dar un poco de luz y llevar al convencimiento de lo importante y necesario que es para nuestra vida ética y para nuestra vida intelectual, la observación...

Si, pues, nos es necesario, nos importa mucho adquirir el espíritu de observación que no es otra cosa, que vivir pensando, filosofando en el mundo corporal y en el mundo espiritual.

Sin observar, sin vivir pensando, pasaríamos por este mundo como sombras vanas, como las avecitas que atraviesan fugaces las capas de la atmósfera sin dejar señales sensibles de su paso. Y la vida es algo muy serio, de una transcendencia enorme y que tienen para los seres dotados de razón consecuencias decisivas que marcan con caracteres indelebles o su desgracia o su felicidad, según hayamos o no sacado de ella y en todos los momentos las sabias y elocuentes lecciones que nos da, si todo lo observamos, si nada pasa en nosotros mismos, y a nuestro lado, sin que lo sometamos a nuestra atenta consideración.

Dije: *en nosotros mismos y a nuestro lado*, porque podemos distinguir dos especies de observación: observación interna y personal, y observación externa y universal.

Con respecto a la primera, podemos decir que es la más importante, porque ella nos da a conocer a nosotros mismos. Llevamos un alma que es un mar insondable de misterios y sujeta a atavismos psicológicos innumerables. Llevamos un cuerpo de composición orgánica y funcional bastante desconocida para las mismas ciencias, y que lleva el sello de atavismos psicológicos de herencia y de carácter insospechados y sorprendentes. Conocerse, pues, a sí mismo es la gran ciencia del hombre. No saber lo que uno es, es una demencia, causa de extravíos dolorosos, de fracasos lamentables, de casi todas nuestras desgracias.

¡Y pensar que son tan pocas las personas que se miran para dentro!

Cuántas veces culpamos a causas extrañas de lo que nosotros mismos somos inconscientemente causa y origen!

Y todo por desconocer nuestro carácter y tendencias instintivas, por no observarnos, por no mirar cuidadosamente nuestra propia alma.

Los que se ignoran a sí mismos, son indulgentes para consigo e intransigentes para los demás. Nunca se saben imperfectos, y juzgan de ordinario a los otros, llenos de imperfecciones.

¿Veis como es importante y necesario la observación personal, del propio *yo*, base primordial en que se funda la vida interior grande y fuerte!

Después que nos hayamos ejercitado mucho y por largo tiempo (lo que no quiere decir que no lo hagamos toda la vida) en el propio conocimiento, ya nos será permitido observar a los demás, no con espíritu estrecho, mezquino, malo; sino llevados por el bien, lo bello y la verdad. Tratar sólo en reparar en los defectos ajenos, es cualidad de las almas mal nacidas; observar todo lo que tienen de bueno y de selecto los demás, es de almas grandes y nobles. De ahí que siempre haya sido considerado por el mundo como un crimen social la detracción, la mentira, la murmuración, la calumnia y aún los juicios torcidos y perversos. Nuestros ojos debieran estar siempre llenos de azul para que en todo viéramos un pedazo de la hermosura y esplendor del cielo, y nuestros corazones repletos de amor para que siempre saboreáramos la dulzura infinita de la fraternidad honda y sincera. Todo esto considerada la observación bajo el aspecto ético.

Demos un paso más.

La observación no sólo nos es necesaria para estudiarnos y conocernos a nosotros mismos y a los demás, o por mejor, no sólo es base del saber vivir, sino que también, y como consecuencia de lo anterior, es base de la vida noble y bella. Este aspecto de nuestras sencillas consideraciones lo vemos condensado magistralmente en Ruskin, que dice así: "La cuestión primera y última y más grave para cualquiera criatura viva es: ¿qué os agrada? Decidme qué os agrada y os diré lo que sois. Salid a la calle y preguntad al primer hombre o mujer que encontréis, cuál es su gusto, y si responden sinceramente, ya le conocéis en cuerpo y alma".

Sí; no hay cosa más cierta de que los gustos nos revelan la nobleza o la ruindad, la belleza o deformidad de las almas; podríamos afirmar, que ellos constituyen el más elocuente y fiel retrato psicológico de las personas. Por aquí se verá la importancia suma que tiene la observación, la educación artística, pues que contribuye poderosamente a que nuestra vida no sólo sea consciente y buena, sino además noble y bella. Con todo, no queremos decir que sea menester haber nacido artista para tener gustos delicados y selectos, para sentir la belleza y revestir con ella la vida, nó; sólo ha sido nuestra intención, llevar al convencimiento de que la observación nos impulsa a controlar nuestros gustos acrisolándolos cada vez más hasta llegar hacernos sentir hambre y sed de belleza en todos los momentos de la vida y en todas las cosas y en los seres todos de la creación. ¡Hermosa vida! El arte, la belleza! Ah ¡cuán distinta fuera la humanidad si siempre caminara por los senderos de luz y de grandezas que irradia como un sol las bellas artes! ¡Cuán distintos fueran los hombres si el arte desempeñara la verdadera función que por su índole y naturaleza está llamado a desarrollar en los pueblos y en la sociedad! Porque el arte no es patrimonio, como comunmente se cree y se piensa, de una porción aristocrática, no; el rol del arte es eminentemente social y profundamente popular. Y las obras que carezcan de este carácter, se apartan de su centro, y en rigor de verdad, son obras muertas, pues la belleza debe estar al alcance de todos los cerebros, y más que todo, de todos los corazones que sienten y que aman. Las genuinas obras de arte emiten vibraciones simpáticas inconfundibles y avasalladoras y las que no, sólo comunican el hálito frío de las cosas muertas.

No se vaya a creer que solamente en las cosas excelsas y sublimes anida la belleza, porque sería un profundo error; la belleza resplandece aún en las cosas y en los seres más humildes y reputados muchas veces como despreciables y feos por los espíritus ligeros y superficiales.

Hay que desprenderse de uno mismo, para admirar la obra de los demás; mirando la obra ajena, todo lo que hay de

bueno, de verdadero, de bello en lo que observamos, caminaremos encantados.

Pero hay días que vamos abrumados por miles de pensamientos tristes, una gran amargura pesa como una montaña en nuestro espíritu. Ah; entonces... dejemos un momento de oírnos, levantemos la cabeza y miremos al cielo, el color siempre cambiante de las nubes por el sol, sus formas maravillosas y llenas de gracia... ¡cuántas cosas nos sugieren! Y ya nuestro estado de ánimo ha cambiado, miremos con mayor intensidad y amor. El negro pensamiento, ya no lo es tanto, y ahora aquello que nos parecía despreciable nos atrae y tiene un lenguaje elocuente y suave para nosotros.

¡Ah! las cosas humildes ¡cuánta belleza y amor hay en ellas! Quién descubre el encanto y belleza que hay en todo, tiene alma artista, y si sabe y puede expresarla en el verso, en la música o con el cincel, es artista completo. Tomemos un ejemplo hermosísimo: Un gran artista nuestro, Humberto Allende, hace una sinfonía admirable de las voces de los vendedores callejeros. El sintió todo lo que hay de encanto y de belleza en el vendedor humilde y pobre que va por las calles gritando: limones agrios... naranjas dulces... Y así el poeta que tiene profundo sentido de la estética y mira y siente con intensidad, sin su observación fina y honda no podría trasladar al verso la belleza que le estremece inmortalizándose en la emoción siempre viva que infunde a sus lectores. Esto lo constatamos en todos los poetas de verdad, como por ejemplo, en Leopoldo Lugones, en su delicadísimo canto a la

ROSA DE OTOÑO

Abandonada al lánguido embeleso
que alarga la otoñal melancolia
tiembla la última rosa, que por eso,
es más hermosa cuanto más tardía.

Tiembla... Un pétalo cae... y en la leve imperfección que su belleza trunca, se malogra algo de íntimo que debe llegar acaso, y que no llega nunca.

La flor a cada pétalo caído,
como si lo llorara, se doblega
bajo el fatal rigor que no ha debido
llegar jamás, pero que siempre llega.

Y en una blanda lentitud dichosa,
con la honda calma que la tarde vierte,
pasa el deshojamiento de la rosa,
por las manos tranquilas de la muerte.

Para el que sólo mira sin observar,
ve una rosa deshojada y nada más. Para
el artista hubo un mundo que sentir y
que admirar.

Y como el músico y el poeta, va el pin-
tor, el escultor, el sabio y el filósofo estru-
jando cada cosa, cada ser, con una ale-
gría que convierte en goce inefable hasta
el mismo dolor.

Es que la vida consciente, observado-
ra, es fecunda y hermosa vida! Y la vida
que transcurre bañándose en la belleza de
todo lo creado es, por decirlo así, el en-
diosamiento de la vida.

El arte, dice Ruskin, penetrará en to-
dos los extremos y rincones de la vida, y
todo lo que se vea dirá algo a los ojos,
primero, después al corazón.

Y Valero afirma: "Así prodigada la
belleza tendrá una elocuencia decisiva,
un ascendiente invencible sobre las mul-
titudes, a la que dominará por sus atrac-
tivos, ostentados a cada paso en la casa
y en la calle, en el templo y en el taller,
en el traje y en el mueble, en las fiestas
privadas y los placeres colectivos y so-
ciales".

No se crea, pues, como ya dijimos, que
el arte es sólo para los privilegiados, nó;
está al alcance de todos. Y aquí vemos
cuánta razón tiene el escritor al decirnos
que: "La música es el arte que más se
asocia a nuestra vida, y nos acompaña
desde el nacimiento hasta la muerte.

Si muchas de nuestras niñas de la
Escuela Técnica Superior Femenina andan
sin sombrero, es porque no han con-
currido a la sección "Sombreros" que re-
cibe toda clase de trabajos y a precios
muy convenientes.

Canta cerca de la cuna y canta al borde
del sepulcro. Se mezcla a la Religión y
a la guerra, a la danza y a los banquete-
tes, a todas las solemnidades y a todas
las fiestas. Es también el alimento del
amor".

"La música, añade, es más el arte de
los humildes que de los poderosos. Todos
los trabajos de la agricultura se realizan
cantando. Todas las grandes labores do-
mésticas, los oficios, los ejercicios de los
talleres se realizan al ritmo de los soni-
dos. El pescador, el marinero, el sacerdo-
te, el pueblo, todos cantan y traducen en
sonidos sus más hondos sentimientos. "El
arte se halla ligado a todos los momentos
de la vida. El arte exalta y embellece la
vida, penetra en el alma de todas las co-
sas. El arte debe ser el sostén de los mor-
tales en las amargas decepciones de la
existencia; el medio de despertar en el
alma torrentes de ternura que la predis-
pongan a la abnegación y la caridad.

Terminemos.

Abracémonos con honda alegría a la
vida del pensamiento y de la reflexión
profunda, y adornemos esta vida con la
excelencia de todos nuestros gustos y con
la belleza que Dios ha desparramado ge-
nerosa y superabundantemente en todo
to creó para bien de la Humanidad.

LUISA FERNANDEZ.

Nada es más hermoso sino lo verda-
dero; sólo lo verdadero es amable.

La belleza es una caricia para los ojos
y para el alma.

"Crisis", palabra de tanta actualidad,
nos hace recomendar a Ud. que mande
a componer su ropa y sus medias, a la
sección "Zurcidos" de la Escuela Técnica
Superior Femenina.

LAS VITAMINAS

Apuntes tomados en clase de Higiene y Puericultura, de la
señorita Florencia Barrios

No encontrando un tema apropiado para esta Revista, y viendo la importancia de las vitaminas, me limitaré solamente a dar una breve explicación sobre éstas, ya que es necesario conocerlas, en vista de la importancia que tienen hoy día.

Las vitaminas son sustancias indispensables para el desarrollo y crecimiento del cuerpo, y que se encuentran en pequeñas cantidades en ciertos alimentos, y su falta ocasiona trastornos, enfermedades y hasta la muerte; igual que si se nos privara de alimentos, aire o agua.

Sólo han sido descubiertas a fines del siglo pasado, y su descubrimiento se debe al médico holandés, Eijhmann, en 1897.

Era médico de la cárcel de Java, y observó que tanto los prisioneros como las gallinas de su establecimiento, padecían de una enfermedad nerviosa (Beriberi). Buscando la causa de esta enfermedad, se descubrió que eran defectos de la alimentación, que consistía en arroz pulido y mondado, pero cuando el arroz se daba entero, la enfermedad era curada o no se desarrollaba: esta experiencia llevó al descubrimiento de la que hoy día es llamada vitamina B.

Más tarde dos médicos noruegos en 1907, descubrieron la causa de otra enfermedad que es el Escorbuto, que atacaba principalmente a los marineros que tenían que alimentarse substancias en conserva, careciendo de legumbres y frutas frescas; debido a la falta en el régimen alimenticio de una sustancia llamada vitamina C.

La experimentación en animales ha llegado al descubrimiento de otras vitaminas, y hay hasta ahora reconocidas: A, B, C, D y E.

La falta de una de ellas en la alimentación presenta síntomas característicos de insuficiencia en el desarrollo y nutrición, anormalidades y enfermedades que están en relación con la alimentación.

Estos conocimientos han demostrado que los alimentos no sólo deben contener las materias orgánicas y minerales que sirven al mantenimiento y reparación de los tejidos y dar calor al organismo, sino que también las vitaminas, cualquiera que sean sus funciones, forman parte entre las sustancias esenciales para el mantenimiento de los tejidos y para la nutrición normal del organismo.

Si el hombre primitivo vivía en buena salud sin conocer las vitaminas, es porque se alimentaba de frutas, raíces, alimentos crudos: huevos, pescado, etc. Las madres criaban ellas mismas sus hijos, usaban la miel en vez de azúcar, mientras que ahora los almacenes están provistos de conservas, no sólo privadas de vitaminas, sino que se les ha agregado productos químicos, para su conservación. En estos últimos años ha avanzado mucho el conocimiento de la naturaleza química de las vitaminas.

VITAMINA A.—Está destinada a mantener la integridad de las células de la epidermis que cubre la piel y mucosas intestinales, respiratorias, urinarias y genital. La privación de ella afecta a la formación de las células asepteliales, quedando el organismo expuesto a la invasión de microbios, o sea una gran aptitud para contraer enfermedades infecciosas y contagiosas, por eso se les ha llamado vitamina anti-infecciosa. La falta de ella nos expone a diferentes enfermedades, por ejemplo: furúnculos, neumonías, inflamación al oído, a la vista, etc.

Se encuentra esta vitamina en mayor cantidad en las sustancias siguientes: aceite de hígado de bacalao, leche cruda, mantequilla, huevos; en legumbres verdes y frescas: como espinacas, porotos, alcachofas, repollos, zanahorias, le-

chugas, tomates, arvejas, lentejas, en las frutas: almendras, nueces, plátanos, naranjas, etc.

VITAMINA B.—La falta de esta vitamina en la alimentación produce trastornos intestinales y desórdenes nerviosos, (Beriberi) por lo que se le ha designado vitamina anti-neurítica. Esta enfermedad, el Beriberi, ataca el sistema nervioso, y se caracteriza por rigidez, dolores y parálisis, y generalmente es mortal.

Se encuentra en mayor cantidad en los alimentos siguientes: trigo, arroz, avena, cebada, maíz, arvejas, entero o en bruto, porque la vitamina se encuentra en la cáscara de estos granos; también se encuentra en la levadura de cerveza, huevos, leche, frejoles, en la carne de buey, sesos, hígados, pescados, etc. En menor cantidad en muchas legumbres: zanahorias, espinacas, lechugas, porotos verdes, repollos, cebada, etc. No contienen vitamina B, las harinas de trigo cernidas, el sagú, la tapioca, las carnes y alimentos en conservas que han sido sometidos a una elevada temperatura, tampoco la contienen las grasas y los aceites.

VITAMINA C.—Llamada también anti-escorbútica. La falta de esta vitamina en la alimentación, produce el escorbuto; que consiste en un trastorno general de la nutrición, caracterizado por debilidad, anemia, encías irritadas, úlceras en la boca, tendencias a las hemorragias, ya sean externas o internas. Se encuentra en mayor cantidad en la fruta: limón, naranjas, uvas, plátanos, peras, manzanas; legumbres: tomates, repollos, lechugas, porotos verdes, cebollas, rábanos, zanahorias, apio, papas. No la contienen los vegetales secos ni las semillas. Esta vitamina es muy sensible al calor.

VITAMINA D.—Se llama también anti-raquítica, o calcificante, es menos común que las otras. Su deficiencia en la alimentación produce el raquitismo que ataca a los niños en la primera infancia; sus caracteres son nutrición deficiente, infecciones o intoxicaciones crónicas en el período de la osificación del esqueleto del niño; sus manifestaciones externas son: desviaciones de los huesos, ya sea de la columna o de las extremidades. Dentición retardada, las fontanelas o molera anterior queda sin cerrar después de los 18 meses. La sangre contiene menor cantidad de calcio y fósforo, que la normal.

Sabemos que los dientes y los huesos están formados en gran parte por sales de calcio, y si no se suministra la vitamina D, su desarrollo será imperfecto.

Se encuentra en abundancia en el aceite de hígado de bacalao, en menor cantidad en la yema de huevo, arenque, sardina, la leche contiene poca. Hay otra fuente de producción de vitaminas D, por la exposición del cuerpo a los rayos solares, o a la luz ultra violeta.

Antiguamente se curaba el raquitismo de esta manera. La influencia de la vitamina D y A es decisiva, en la formación de los dientes, y en la prevención de caries; para ello hay que dar a la futura madre, un buen régimen alimenticio en que figure la vitamina D, a fin de que los dientes de leche se formen bien.

Después del nacimiento, la calcificación de los dientes continúa, y necesita abundante vitamina D, como también calcio y fósforo.

VITAMINA E.—Favorece la procreación. Se encuentra en la manteca, trigo, etc.

LIDIA ROJAS F.

Santiago, 16 de Agosto de 1932.

No pienses nunca mal de nadie, desea el bien a todos y ama a cuantos te rodean; es el secreto de la dicha.

Sinceridad, lealtad y compañerismo, son tres virtudes que siempre deben andar unidas.

El Presente y la Mujer

En todos los periodos de la humanidad, la mujer ha tenido una decisiva influencia en su desarrollo. Aún cuando fué reservada primeramente a las labores domésticas, la mujer, que constituye la base de la familia, no dejó de tener su influencia en la orientación de los negocios públicos. Nada que pueda resumir esta influencia decisiva de la mujer, que estas frases del gran Castelar que transcribimos:

“Así como la sociedad se resume en el hombre, la familia se resume en la mujer. El alma de la familia es pues, la mujer. Compañera del hombre; rosa que embalsama todo el ambiente; cielo claro, sereno que nos ilumina con su mirar y nos refrigera con el dulce rocío de sus lágrimas; vaso de bendición que contiene la miel de los más dulces y puros sentimientos. Casta musa que inspira nuestros mágicos ensueños, nuestras más caras ilusiones; sin su amor, sin hermosura, el mundo sería como un desierto, el hombre como una fiera, pues la mujer es fortaleza en el combate, fe en la incertidumbre; consuelo en la desgracia; único ser que enjuga nuestras lágrimas y calma nuestras penas y así, su voz resuena en los oídos como regalada blanda música; su palabra serena el mar tempestuoso de nuestras pasiones; su presencia mata toda mala idea en la mente; todo avieso sentimiento en el pecho; su hermosura nos inspira ese éxtasis en que el alma se exhala del cuerpo para reposar tranquila en el seno de otra alma; como que su destino es perfumar con ideas purísimas, la conciencia, hermohear con el amor a la virtud del corazón, dirigir como una estrella la voluntad al bien; ángel de paz que apareciéndose al lado de nuestra cuna, cuando niños, en la mansión del dolor, si enfermos, en todos los combates del hombre, y más cuando es derrotado y herido, sobre la removida tierra de nuestra sepultura después de muerto; conserva y purifica bajo sus nacaradas alas el fuego de nuestras almas”.

Hoy día su participación es mucho

más evidente y menos discutida; a la influencia indirecta que antes se ejercía hoy día la mujer participa directamente en todas las actividades de la vida. No hay ningún campo de acción que le esté vedado, ciencias, artes, letras, y las más variadas manifestaciones de la actividad humana son escenarios de la mujer. Hasta la diplomacia y la política le han llegado a ser familiares. A formas tan distintas de actuaciones ha debido corresponder también una distinta preparación.

La educación de la mujer en un principio era cosa extraordinaria y no salió del recinto cerrado del hogar, pues los prejuicios sociales impidieron por mucho tiempo con el desprecio y el desprestigio, que la mujer fuera su competidora ya que solamente la concebían como la compañera del hombre.

Por el contrario, hoy día establecimientos especiales se han creado para concederles la preparación que requiere y concurre a las Universidades en igualdad de condiciones con el hombre.

Actualmente vivimos en una decadencia universal que llega a los límites de la descomposición moral y de la ruina material. Las causas son largas y difíciles de enumerar, pero no hay duda que la ambición desmedida y la falta de honradez de las personas son uno de los factores de esta hecatombe universal.

Por eso a nosotras nos toca doble papel que desempeñar, mantener el orden y buena armonía de la familia y trabajar por todos los medios para evitar la corrupción de ella, porque corrompiendo a la familia que es la raíz de la vida, corrompe la sociedad; y corrompiendo a la sociedad trae aparejada la destrucción de los pueblos al perder la virtud y la conciencia de sus derechos.

No creo que la mujer por desempeñar papeles que antes eran sólo tributo del hombre, desatienda sus deberes primordiales, eso sí que necesita más carácter y más fortaleza cultural para poder defenderse y si es necesario casi para atacar, eso sí que con suavidad, con femeni-

dad, armas que son más seguras y más nobles y que leván casi siempre envuelto el triunfo.

Es por eso que todos los Gobiernos se preocupan principalmente de la educación femenina. En Chile ha tenido y tiene una importancia especial y dentro de ella las Escuelas Técnicas Femeninas, constituyen un factor de importancia para la preparación de la mujer chilena. Su interés inmediato, no hay duda que debe ser habilitar a la mujer en las actividades manuales que le han sido siempre encomendadas, ya con el fin que tienen sus funciones de hogar o dominen un oficio para poder luchar en la vida,

pero no hay duda también que junto a este interés inmediato que deben satisfacer, hay que tratar de proporcionarles una cultura general que le es tan necesaria para el papel que la mujer desempeña hoy día en la sociedad moderna.

Las Escuelas Técnicas han sido orientadas en estos últimos años a la obtención de estas dos finalidades complementarias y cualquier propósito por destruir esta orientación sería ir contra del nivel cultural de la sociedad humana y sus necesidades más primordiales.

LUCIA SINAY.

La Tuberculosis

En vista de que la tuberculosis es una de las más graves enfermedades que ataca a la humanidad en nuestros días y comprendiendo que con breves explicaciones sobre lo que es esta enfermedad, su modo de desarrollarse y los medios de prevención, se podrá paulatinamente hacerla desaparecer; daré publicación en estas páginas al trabajo leído en Junio ppdo.

La tuberculosis es una enfermedad infecto-contagiosa y de curso febril, es la más difundida de las plagas sociales.

Pocos problemas hay en medicina de más trascendental importancia que el estudio del tratamiento de la tuberculosis y emprenderlo constituye siempre un tema de actualidad.

El examen de los resultados de los métodos terapéuticos utilizados en estos últimos años contra la tuberculosis demuestra que sólo un número reducido de enfermos saca definitivo provecho de estos medios.

Su germen específico o sea el único que la puede causar es el bacilo que lleva el nombre del sabio que la observó por primera vez, por lo que se le conoce con el nombre de bacilo de Koch.

Este germen causa en el organismo una lesión muy semejante al tubérculo y de allí que a la enfermedad que produce, se le denomine tuberculosis.

La tuberculosis es una plaga que ha atacado a la humanidad desde tiempos muy remotos prefiriendo para sus estragos a los individuos jóvenes. En los viejos la tuberculosis es más rara y si existe se debe a que es una enfermedad que la persona contrajo en su juventud y que evolucionó lentamente. La tuberculosis ataca a cualquier órgano; pulmón, riñón, huesos, piel, etc., pero el órgano que es atacado preferentemente es el pulmón, desde donde la infección se reparte por la vía respiratoria, vía circulatoria, a todo el organismo.

En algunos casos la tisis se desarrolla rápidamente y recibe el nombre de tisis galopante.

El ataque llega de pronto, a menudo con escalofríos, dolor en el costado, fiebre, tos, expectoración de color mohoso, la cual más tarde se vuelve espesa y amarillenta. El examen físico de los pulmones revela síntomas importantes, al principio esta clase de tuberculosis se confunde con la pulmonía; dura de tres a

seis meses y termina fatalmente. En otros casos el ataque es lento. La tos es uno de los principales síntomas y es seca, se presenta dolor en el pecho. La espectoración es abundante; aquí hay hemorragia pulmonar que es el primer síntoma que alarma al paciente. Las espectoraciones están llenas de microbios; se calcula en cada escupo 50 millones; éste se disecca en el polvo que es muy peligroso porque vuela y se extiende por todas partes, en los muebles, en los objetos y los alimentos.

Si una persona predispuesta respira este aire o come esta substancia contaminada, tomará la enfermedad.

Por tomar la leche, o la carne de animales tuberculosos también contraerá la tuberculosis. Al rededor de un físico todo está contaminado y es muy peligroso para las personas que lo rodean.

El aislamiento es lo mejor para evitar el contagio; no es una enfermedad hereditaria, lo que se hereda es el estado constitucional, debilidad o predisposición para tomarla, así se observa que los hijos de tuberculosos que se alejan de sus padres desde el nacimiento y se robustecen, no contraen la enfermedad. La tuberculosis es curable en el primer y segundo periodo observando los siguientes consejos: Vivir en buen aire, sin cambios bruscos de temperatura, con bastante sol, el dormitorio muy bien aireado, sin cortinas ni cuadros. La alimentación será abundante, metódica y sana, un gran reposo físico, moral e intelectual, sueño prolongado y llevar una buena vida en el campo o altura.

La tuberculosis pulmonar puede pasar por diferentes fases más o menos largas, y hasta de bienestar si se observa estrictamente la higiene.

Una vez declarado el mal es muy difícil librarse de sus garras, de manera que el mejor método para librarse de él es tratar de evitar todo contagio, lo que se consigue en lo posible llevando una vida sana al aire libre y al sol, evitando los excesos de trabajos físicos y todo proceso que contribuya a disminuir la resistencia orgánica.

Esta enfermedad, a pesar de todos los esfuerzos de los sabios, no tiene un remedio específico, lo que la hace aún más temible. Pero a pesar de todos los esfuerzos dichos han dado resultado satisfactorio porque con las medidas profilácticas que tenemos, resultantes de un mejor conocimiento de la enfermedad, se ha logrado disminuir enormemente la mortalidad por la tuberculosis.

Esto que digo, se refiere a los pueblos de más cultura que el nuestro, porque no sucede igual en Chile donde la gente vive en conventillos inmundos, sin ninguna regla higiénica y mal alimentados. Es necesario educar al pueblo, no sólo entre la gente acomodada que observa los preceptos de higiene, sino también en la clase baja, entre los cuales se desarrolla con más facilidad.

Hay que armar al pueblo de una verdadera coraza evitando el alcoholismo, pues en la mayoría de los casos esta enfermedad encuentra su apoyo en el alcohol y dando a comprender que el aire y el sol son los principales factores para evitar la tuberculosis. Ya se ha comprobado que la tuberculosis es una de las enfermedades que lleva más muertos al cementerio, pudiendo calcularse una cifra que oscila alrededor de los 20,000 al año.

Pero la campaña enérgica que se ha emprendido contra este mal en nuestra patria hace pensar que dentro de algunos años esta cifra pavorosa alcance su mínimo.

—
OLGA GANA.
Sup. C. 2.º Grado

No hay situación en que no sea posible mantenerse con dignidad; el dolor debe enaltecernos en lugar de hacernos más viles.

Siendo la vida más artística, es más moral, más fuerte y más humana.

Quelicura, 29 de Agosto de 1932.

Iñorita Directora de l'Escuela Técnica de Mujeres Femenina.

Presente.

Respetá y estimá ñorita:

Esiándole que s'encuentre re bien usté y tóo el rebaño de cauras que usté l'ha enseñao hacel vestíos, sombreros y pucherete, tomo la pluma pa irigirme a la ñorita que jué mi preceutora en los años de mi convalecencia, es icir, de mi adolescencia.

Perdóneme, ñorita, pero no podía pasar desapercibía pa una euxalumna el día de su aniversario de la fundición de esta Escuela onde aprendí hacel puchero, carboná y porotos. Timoteo me habría curtío el lomo a chancacazos si le hubiera dejao duro los porotos.

Tamién ebo peirle me isculpe no puea ir en este grandiosísimo día porque la bestia de mi comaire Olimpia se quebró, una pata y no se puée montal. Pobre yegua, es re linda la tordilla pa trolal.

Agora qui aulo de l'Olimpia debo icirle me pidió le dispensara a Ud. los deseos que ella tiene de un güen éusito en el día del cumpleaños de la Escuela y una pila de prosperiás en los años futuros venieros.

Rogando al paire eterno le dé mucho éusito en este día y haciendo votos pá que la llene de bendiciones y de vía pa muchos años más y que siga siendo direutora hasta que se case, la salúa afeutosísima,

FLOR DE TIMOTEO.

P. D.—Mi olvidaba icirle que agora cuando vaya Timoteo a la vega, en el carretón con verdura le voy a mandal unas pollitas nueecitas y algunas verduritas.

Descripción del Mar

La vista del mar, en un día de calma, nos hace creer que vemos un lago inmenso, tranquilo, en que las aguas apenas tienen movimiento.

Es menester estudiar las cosas con detención, para conocerlas bien.

Esa superficie que nos parece constantemente plana y pareja se recoge y se extiende dos veces cada veinticuatro horas; y este fenómeno que no se distingue sino después de una observación atenta, se ha verificado siempre, desde que hay sol y luna, y se verificará mientras existan esos astros. Los vientos agitan las aguas, levantan olas enormes y destruyen las embarcaciones, y sin embargo, este movimiento que parece poner en revolución al mar hasta en sus mayores profundidades, sólo toca las capas más superficiales de sus aguas.

En el mismo seno de los mares, tiene lugar otra revolución más singular; grandes ríos se abren camino por entre las aguas y recorren el océano en todas direcciones, pero con una fijeza semejante a la de los ríos que riegan los continentes.

El fondo del mar no es parejo y uniforme como puede hacerlo creer la apariencia de sus riberas, pues hay en él alturas y profundidades, cadena de montañas que se dilatan por una grande extensión. Estas cadenas de montañas levantan sus picos hasta afuera de la superficies de las aguas, y forman las islas; otras casi la tocan y forman escollos ocultos peligrosos para los buques; otras, las más profundas, son el asilo de los pécés y están cubiertas de vegetación marina.

RAQUEL UGARTE.

Sup. C. 2.º Grado.

Meditación

Hasta ahora no he podido explicarme el por qué de la dicha de amar. Cavió, razono, y llego a la misma conclusión.

He sido durante toda mi vida una escéptica; la experiencia ajena vibra en mí como algo propio, y no he podido y no he hallado a quien amar.

Sé que ante mí se extiende una senda larga mezclada de alegrías y amarguras, y pienso si en ese camino encontraré la razón de mi existir en el ideal de mi ilusión.

Pero mi alma sumida en hondos pesimismo se abisma en una caliginosa noche de sombras con remotos ensueños de un sonriente aclarar....

OLIMPIA AMARO.
Sup. C. 2.º Grado

Cuando tus labios

Cuando de tus labios salga una queja de sufrimiento, habla a solas con lo más recóndito de tu alma; imagínate ver a través del cristal de tus ojos las innumerables desgracias que el Destino cruel arroja sobre inocentes almas: sobre mujeres... hombres... que en un tiempo tal vez fueron el Progreso, y ejemplo de trabajo y de bondad; más hoy son azotados por el infortunio y van por el mundo solos, llevando únicamente el sufrimiento por compañía... entonces habla, piensa y consulta tu alma y verás si la felicidad existe o nó en tu ser.

CARMELA SOTO.
Sup. C. 2.º Grado

Breves Comentarios Sobre la Mujer

Es increíble como de ayer a hoy han ido transformándose nuestras mujeres y hoy vemos que en muchas ocasiones superan al hombre.

En los tiempos pasados era muy mal visto que una mujer trabajara fuera de su hogar y aún se le prohibían los estudios por considerarse a la mujer incapaz de retener en su cabeza materias sobre diversos estudios. Sólo se le tenía por un ser muy delicado y su única misión, la de la maternidad, y después enseñarle a rezar a sus hijos. Iban los hombres a la escuela y las mujeres permanecían junto a su madre; pero los progresos del mundo y la civilización permitieron a la mujer obtener conocimientos; reaccionó, pensó y se consideró con derecho a no ser únicamente la esposa del hombre sino que ayudar a éste en sus tareas más difíciles.

Y así vemos que hoy día la vida de la mujer es mucho más pesada que la de la mujer de antaño, pues tiene una doble tarea que cumplir, atender su hogar y sus hijos si los tiene.

En estos momentos en que la más completa miseria amenaza al país, ha demostrado la mujer todo su valor, pues, sabe sufrir con resignación y sobreponerse con superioridad en los momentos angustiosos que se presentan en su vida.

HORTENSIA GONZALEZ.
Sup. C. 2.º Grado



PELAMBRILLOS

Se dice que la señorita Trehuela se prepara para los grandes días de frío con que terminará este invierno y para el efecto se provee de innumerables sweeters y paletos de lana.

—Que la señora Dinator repite con frecuencia los nombres de cada alumna para no olvidarlos.

—Que la señorita Corai teme adelgazar demasiado.

—Que la señorita Barrios desea se inventen lo más pronto posible los teléfonos de bolsillo.

—Que la señora Pastenes nunca deja de encontrar un “Moya” en gimnasia.

—Que la señora Blanca de Artigas es la alegría en persona.

—Que el *hobby* de la señora Feller es hacerle trajes y más trajes a su encantadora “Mononita”.

—Que el *hobby* de Estercita Díaz es tener por *hijas* a todas sus compañeras.

—Que Raquelita Ugarte siente mucho la caída del Rey... “ALFONSO”.

—Que Ofelia Boada ha equivocado esta escuela por la de “LEYES”.

—Que Laurita Gómez encuentra sus emociones en el carro.

—Que Olguita Vergara espera con ansias la muerte para que “San Pedro” le abra las puertas del cielo.

—Que Marina López encontraría su felicidad estudiando en la Escuela de Medicina.

—Que Olguita Gana se entretiene coleccionando poesías de “Rubén Darío”.

—Que Lidia Rojas es muy devota de “San Luis de Gonzaga”.

—Que Josefa Carrión nunca se cansa de admirar la magestuosa estatua de “Alonso de Ercilla”.

—Que el trio más pacífico del Superior C 2.o lo componen Encarnación Núñez, Tolita Vargas y Blanca Lastra.

—Que Olimpia Amaro sólo vive de ensueños irrealizables.

—Que Lidia Quezada no puede olvidar las tragedias que encierra el “Canal San Carlos”.

—Que la Estelita Cádiz está completamente enamorada de los botones de “su abrigo”.

—Que a Chelita Arévalo no le gustaría que los navales cambiaran de uniforme.

—Que la Flor Urbina se siente orgullosa de su elegante silueta.

—Que Hortensia González desearía irse a Holliwood para que los Directores explotaran sus grandes dotes artísticas.

—Que Olguita Reveco ha manifestado su agrado por todos los Hospitales de Santiago, pero su favorito es el “San Vicente”.

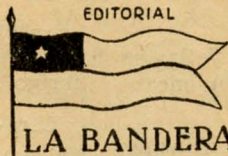
CHELA JIMENEZ C.
Sup. C. 2.o Grado

Visite nuestra Tienda, Escuela Técnica Superior Femenina, donde encontrará verdaderas oportunidades para salvar sus compromisos. Abierta diariamente de 8 a 11½ A. M.—2 a 5 P. M.

Moda: Mande a hacer sus trabajos a la Escuela Técnica Superior Femenina, Delicias 678, en la Sección Modas. Atención esmerada, precios sin competencia.



EMPRESA
EDITORIAL



LA BANDERA

RAUL BENAPRES

Vergara 99

CHILE

TELF. N° 85266

