

Biblioteca de cultura popular

TOMO XLIII.

Antolín López Peláez

Arzobispo de Tarragona.

Las mentiras
del alcohol

EDICIÓN

José Tartiere

(3.000 ejemplares).

Patronato Social de Buenas Lecturas

FUENCARRAL, 138.—MADRID

OBRA SOCIAL DE LOS PREMIOS

* * PERSONALES. * *

Insértase en este lugar, para edificación de todos y honra de ellos, la relación de buenos católicos que desde la primera insinuación del Patronato Social de Buenas Lecturas han acudido con su dinero para la fundación de premios á las lecturas sanas. (1)

Excmo. Sr. Marqués de Comillas, (Madrid), un premio anual de 500 pesetas.

Srtas. Juana y Rosa Quintiana, (Coruña), un premio temporal de 1.000 pesetas anuales, en honra de sus finados, Divisibles en dos ó más premios en caso necesario.

Excmo. Sr. Conde de Villafuertes, (Vitoria), un premio anual vitalicio de 500 pesetas.

Sra. D.^a Angela D. de Rovera, (Coruña), un premio temporal de 1.000 pesetas anuales, en honra de sus finados, Divisibles en dos ó más premios en caso necesario.

Sra. D.^a Justa Sundheim de Doetsch, (Huelva), un premio temporal de 125 pesetas anuales.

Sr. D. Eusebio Giraldo Crespo, (Medina del Campo), un premio temporal de 1.000 pesetas anuales.

Sr. D. José Ignacio de Urbina, (Madrid), un premio anual vitalicio de 250 pesetas.

Excmo. Sr. Marqués del Sauzal, Villa de Orotava (Canarias), un premio temporal de 250 pesetas anuales, en honra de sus finados padres.

Srta. Marquesa de Villafuerte, Villa de Orotava (Canarias), un premio temporal de 500 pesetas anuales.

Excmo. Sr. Conde de Cirat, (Rentería), un premio temporal de 250 pesetas anuales.

Continúa en la 3.^a página de la cubierta.

(1) Los nombres de los Sres. Fundadores se insertan por el orden de fechas de las fundaciones.

Nº 3215

Las mentiras del alcohol



Biblioteca de cultura popular

TOMO XLIII.

Las mentiras

del alcohol

POR

D. ANTOLÍN LÓPEZ PELÁEZ

*Arzobispo de Tarragona, de las Reales Academias de la Lengua,
de la Historia, de Bellas Artes de San Fernando,
de Ciencias Morales y Políticas, de Buenas Letras de Sevilla,
de Galicia, de la Artístico-Arqueológica de Barcelona,
del Instituto de Coímbra, de la Arcadía de Roma,
de la Societé Archeologique del Limousin, etc.*



N.º 4217

R. 2809 (AL)

Patronato Social de Buenas Lecturas

FUENCARRAL, 138. 1.º, DCHA.—MADRID

B-4089

OBRA SOCIAL DE LOS PREMIOS PERSONALES
Y
FOMENTO DE LECTURAS GRATUITAS

La presente edición ha
sido costeada por el
Sr. D. José Tartere

Premio instituido para el fo-
mento de las Buenas Lecturas,
por este insigne bienhechor de
la moralidad, el casticismo y el
arte en las obras literarias.

*... y lo recordarán, elogiarn
y bendicirán, los entendimien-
tos que su lectura ilumine, los
corazones que mueva, las almas
que fortifique y alimente.*

ANTOLÍN LÓPEZ PELÁEZ.
ARZOBISPO DE TARRAGONA.

(Cruzado de la Buena Prensa. Pág. 131).



PRÓLOGO

No ha mucho escribimos un libro acerca del alcoholismo. No escribiendo acerca del alcohol, que le da origen, nuestro trabajo parecíanos incompleto. Probar que el abuso del alcohol sea malo, tarea es por demás sencilla: la demostración de la tesis resulta de la simple enunciación de los términos. No lo es tanto el convencer de que deba decirse lo mismo del solo uso. Ni lo creemos preciso para nuestro objeto. Más que por suponer que no daña el alcohol, se bebe por estar en el convencimiento de que aprovecha.

Cierto, la repugnancia que las bebidas alcohólicas inspiran, lo desagradable de su gusto para el que nunca las ha probado, es vencido principalmente por el afán de imitación, por no parecer menos atrevidos é inferiores á

los otros. Pero en muchos casos se principia á beber y se continúa bebiendo, hasta coger extremada afición á la bebida y tomarla con exceso, por creerla benefícosa desde muchos puntos de vista.

Al que tiene ya arraigado é inveterado el vicio de beber sin tasa, no le hará mucha mella el advertir que nada le favorece la bebida. A los que aún no han caído en sus garras, podrá evitárseles tamaño infortunio por la persuasión de que todas las ventajas y bienes con que brinda no son sino meros embelecocos y descarados embustes.

La ciencia, que tantas ventajas reporta á la humanidad, le ha traído esta no pequeña de quitarle las funestísimas ilusiones forjadas sobre el valor de las bebidas alcohólicas. Sus datos son exactísimos, las deducciones seguras, la conclusión evidente. Ningún hombre que no esté prevenido ó tenga algún interés particular en contra, podrá poner en duda aserciones tan justificadas.

No negaremos que todavía algunos doctos siguen las teorías primitivas y las creencias vulgares. No lo achacamos, sería una injuria, á influencia de los que viven con la venta de líquidos alcohólicos. Más bien que al deseo de singularizarse, ó á una especie de atavismo, ó á la autoridad de los antiguos hombres de ciencia, ó á la dificultad de confesarse uno equivocado cambiando las opiniones primeramente profesadas, es de atribuir á observacio-

nes incompletas ó á datos erróneos ó no bien apreciados. De todas suertes, entre los sabios que así opinan, es cada día menor el número, el cual es de presumir no tarde en reducirse á cero, y así lo deseamos para evitar que á la sombra de su prestigio crezca la mala yerba del abuso del alcohol, al que la falsa creencia de las aludidas virtudes fácilmente puede hacer llegar.

De poco valdría que los inteligentes se afanaran por redimir de la ignorancia al pueblo, si sus lucubraciones hasta el pueblo no llegasen, ó fuera ello en forma tal que cabalmente y con prontitud no las comprendiera. Esta labor, no por más fácil menos importante, sabremos efectuarla muchos de los que no tenemos cabida en el santuario de la ciencia. Si no podemos fabricar proyectiles, podemos transportarlos al campo de batalla y repartirlos entre los combatientes. Nos falta la habilidad del químico que descubre los medios de combatir las enfermedades; bástanos para hacer el bien con actividad y diligencia, que nos lleven junto á la cabecera del enfermo, á fin de propinarle las medicinas que han de volverle á la salud. Ninguna parte tuvimos en su confección, que supera las condiciones de nuestro ingenio; sin embargo, nuestra participación, aunque tan modesta, es de todo punto indispensable.

Y de la misma holgarán los grandes tratadistas del alcohol, quienes en sus laboriosas

investigaciones buscan antes que nada el bien del pueblo. Ellos son la fuente caudalosa y pura de doctrina; nosotros, los cauces por donde corre hasta las muchedumbres. No sabemos aumentar su raudal, pero multiplicamos el número de quienes de él disfrutan. Pí-lón público la sabiduría, todos podemos allí llenar los cántaros. El propagandista oral se dirige á una porción muy limitada de personas; el escritor tiene campo de acción mucho más vasto y logra ayudar también á sus hermanos los oradores.

Nosotros, que nos hemos valido de la palabra para desilusionar á las muchedumbres, convenciéndolas de lo inútil de las bebidas alcohólicas, acudimos hoy á la prensa, valiéndonos de la pluma para el mismo objeto, en la seguridad de que no será del todo sin fruto. En nuestro próximo futuro libro «La cruzada antialcohólica», indicaremos las armas con que ha de combatirse al monstruo del alcohol. Una de ellas es, evidentemente, la que ahora esgrimimos, con mejor intención que acierto.

De un mentiroso se desconfía siempre: admitido que son puras invenciones las virtudes y bondades de que el alcohol hace ostentación vana, hay adelantado mucho para que se le mire con repugnancia, como á un bandido enmascarado que nos viene á arrebatarnos salud y vida.

Claro, que no todas las bebidas alcohólicas

han de medirse con igual criterio. En cuanto á la toxicidad, se cometería una injusticia atribuyéndola en igual grado al vino, cerveza, sidra y demás bebidas fermentadas que á las que son producto de la destilación. Además de no contener tanto alcohol, los daños de éste se hallan contrarrestados por sustancias que le hacen menos nocivo. No quiere ello decir que alguno sea provechoso.

En manera ninguna, cuando se expresa que determinadas condiciones favorables no son propias del alcohol, exceptuamos el vínico.

El alcohol puro, el alcohol etílico rectificado, tal como lo ha descrito Pasteur, decía Lannelongue en la Cámara de los diputados franceses (1), no es un producto inocente. «Es un veneno, y esa es su razón de medicamento».

Todas las bebidas alcohólicas, confirmaba con su autoridad el ilustre Profesor de la Universidad de Zurich, Forel (2), aún las más ligeras como la cerveza y la sidra, son venenos por el mismo título que la morfina y el opio. «Lo que hay es que á las más suaves se las toma en cantidad mayor. Esa es toda la diferencia».

Otra diferencia bien insignificante advertían con las siguientes palabras los señores Wagner, Tischer y Gautier, en su monumental obra de *Química industrial*: «Los síntomas

(1) 1895.

(2) Discurso á los estudiantes abstinentes de Cristianía.

del *alcoholismo* aparecen, es verdad, del modo más rápido y más intenso con el abuso de un mal aguardiente, pero las soluciones de alcohol etílico puro, como las que existen en la cerveza y en el vino, producen también—ingeridos durante largo tiempo en exceso—un muy mal efecto en la salud del hombre, y tanto más rápidamente y con tanta mayor intensidad, cuanto más concentrada es la solución de alcohol».

Ciertamente, que las ideas que expresamos contradicen al sentir de muchas personas y se hallan en pugna con grandes intereses. Pero ningunos tan respetables como los del público. El bien particular al común no se debe sobreponer. Los negocios lícitos no han de apoyarse sobre embustes. Ya no es poco presentar por inocente una bebida dañosa, cuanto más ofrecerla como remedio de las enfermedades y sostenimiento de las energías.

Si con nuestro modesto trabajo logramos disipar las nieblas del error en alguna inteligencia, creéremos que no perdimos en absoluto el tiempo.

I

El alcohol no da fuerza

EL *pan y el vino, la fuerza del hombre*, escribió el Vizconde de Chateaubriand. El vino fuerte cría los hombres fuertes, repite el vulgo. La Ciencia, al arrancar de las sienes del dios Baco la corona, ha arrojado también al arroyo esta falsa piedra preciosa de la resistencia y de la energía con que brindaba á sus devotos.

Muchos de los cuales todavía creen en su ídolo, aún piensan que la sangre de las vides es sangre para sus venas, una especie de talismán que levanta de la postración y hasta evita que el cansancio llegue.

Contribuye á generalizar tal suposición el que la ingestión del vino excita el organismo; y este fenómeno se toma falsamente por un real aumento de fuerza. Dando un latigazo al caballo se le hace andar más de prisa; ¿quién

dirá que con ello se ha fortalecido? Si se le quiere dar fuerza hay que darle pienso. El comer, y no esta clase de bebidas, es lo que fortalece al trabajador.

Cuando se trata de hacer un supremo esfuerzo, el beber vino fuerte parece que es gran ayuda. Algunos corredores, por juzgarlo verdadero, lo toman, pero solamente á lo último de la carrera, pues conocen que á la excitación con este artificio producida sigue muy pronto una reacción más grande de postración ó decaimiento.

Al tomar vino se siente una excitación que permite hacer algo más del trabajo ordinario, por muy poco tiempo; pero luego sucede mayor decaimiento de fuerzas. Numerosos experimentos científicos lo confirman. Pero nada más elocuente que las indicaciones del manómetro. Estudiando la estimulación que al pronto lleva el alcohol á las fuerzas motrices, concluye M. Forel, que no se trata de un aumento real en la fuerza de los movimientos de los músculos, sino solamente de acelerarse sus inervaciones mediante la influencia ejercida por el cerebro.

No es el vino fuente de energía, sino disminución de ésta. No pone nuevas fuerzas en el trabajo, sino que gasta locamente las acumuladas durante mucho tiempo. Acelera los latidos del corazón, hace más frecuente el pulso, da color sanguíneo al rostro, mueve con poderosas vibraciones los nervios; pero el ojo ex-

perimentado de los fisiólogos ve no que la máquina humana haya recibido nuevos impulsos, sino que obra desarreglada y con precipitaciones funestas, por haberse paralizado sus reguladores, los centros nerviosos, como, según su comparación, si observamos que un tren corre á toda velocidad, pendiente abajo, por romperse los frenos, no deducimos que su fuerza se ha duplicado, sino que se parará muy pronto, con gran peligro de estrellarse, porque le falta el organismo que constituye su seguridad.

Al artificioso crecimiento que con el vino se nota en la potencia muscular producido por la estimulación nerviosa y por la mayor actividad del riego sanguíneo, sigue con rapidez una depresión más ó menos fuerte, según la cantidad del alcohol ingerido, causada por el aumento de principios de desecho intoxicables y por la dificultad de eliminarlos. Y explícate que el organismo, con su consiguiente postración, responda á la sobreactividad á que se le somete, porque ésta no fue originada á expensas de los elementos del vino, sino de los que él contiene de reserva y aun, siendo la excitación muy duradera, de la propia sustancia celular.

Muy oportunamente observa el señor Llamas Aguilaniedo (1): «Si dais á una persona, sin más preparación, una regular cantidad de

(1) *El obrero y la taberna.*

arsénico, morirá sin duda. Si le habituais al veneno, haciéndole tomar poco á poco cantidades crecientes de él, llega á tomar porciones grandes sin experimentar trastornos. Esto ocurre entre los habitantes de algunas regiones que emplean el arsénico como sal ó bien lo dan á sus caballos para obtener de ellos más fuerza en las labores á que los destinan. Ni al hombre ni á los caballos mata, en estas condiciones, el arsénico. Sin embargo, poco á poco va llenando el cuerpo, va posesionándose de los tejidos, modificándolos y haciéndolos cada vez menos resistentes para la enfermedad. El hombre sometido á ese régimen no se hace viejo.

Esto mismo pasa con el alcohol. Una de las primeras cosas de que es habla el alcoholizado, es de su fortaleza.»

Los grandes higienistas están acordes en este punto. De Gley son estas palabras (1): «Al contrario de lo que generalmente se cree, no favorece el trabajo muscular, á causa de su acción—deprimente, paralizante—sobre el sistema nervioso; la excitación que produce, es sólo aparente, y es debida á la inhibición de los centros nerviosos superiores». Rosemann escribe (2): «Suprime la sensación de cansancio. También este efecto es puramente subjetivo. A la excitación inicial de la actividad

(1) *Tratado de Fisiología humana.*

(2) *Tratado de Fisiología.*

muscular sigue pronto la parálisis; por consiguiente: la ingestión del alcohol es perjudicial en el trabajo muscular rudo».

Proust, en la obra que escribió en colaboración con Netter y Borirges, consignaba: (1)

«El primer grado de la intoxicación etílica se traduce, como es sabido, por modificaciones particulares. Las ideas fluyen con abundancia, con facilidad no acostumbrada, y la palabra es más expedita; las ideas resultan más alegres y la vergüenza se desvanece; se apodera del individuo un bienestar general, mientras que un calor suave se esparce por sus venas. Se cree que la potencia física, así como la potencia intelectual, se activan, y el individuo en este momento es menos desconfiado, más atrevido y á la vez más franco.

Aunque estos efectos no indican más que el primer estado de la impregnación alcohólica, no se detiene ésta en dicho límite. Se comprende que estas sensaciones han sido averiguadas por los que las han experimentado alguna vez; por eso en la clase obrera, especialmente, está tan generalizada la idea de que las bebidas alcohólicas son necesarias al trabajador.

Pero esta necesidad no está justificada por los hechos.

No solamente está demostrado que el alcohol á dosis elevadas disminuye el trabajo mus-

(1) *Tratado de Higiene.*

cular, sino que se ha determinado también que el estímulo aparente provocado por el uso de moderadas cantidades podría conseguirse con otro alimento».

Las recientes experiencias de Dubois y Schnyrer (de Berna) son muy demostrativas desde este punto de vista. Estos médicos han experimentado sobre sí mismos, habiendo apreciado por medio del ergógrafo el trabajo analizado; he aquí sus conclusiones:

1.º El alcohol ingerido á pequeñas dosis, en ayunas y cuando está agotada la provisión de energías del individuo, ejerce una influencia favorable sobre la actividad muscular.

2.º Esta acción favorable es, sin embargo, inferior á la de una substancia alimenticia de poder calorífico igual al del alcohol consumido, encontrándose además influenciada por las propiedades deprimentes del alcohol, que se hacen sentir más ó menos, según el estado fisiológico de los individuos.

3.º Cuando, por el contrario, la alimentación asegura al hombre una provisión de fuerza viva suficiente, el alcohol pierde todo su valor por lo que se refiere al trabajo, entrando solamente en juego su acción deprimente, la que ocasiona una disminución de la facultad energética.

Alvater y Bénédict, á quienes nadie tachará de preocupados contra el alcohol, llegaron á la conclusión siguiente:

«Estos estudios no han decidido el proble-

ma de la introducción del alcohol en el régimen del trabajo muscular.

Existe una diferencia esencial entre la transformación de la energía potencial del alcohol en energía útil, desde el punto de vista del trabajo muscular, y las ventajas ó desventajas de la presencia del alcohol en el régimen de los obreros que se entregan á un trabajo muscular.

Hasta en los casos de un consumo de alcohol á dosis débiles, resulta de nuestras experiencias la indicación de que los sometidos al régimen ordinario trabajan en condiciones algo mejores que los que introducen en su régimen el alcohol».

La estimulación engañosa que al pronto lleva el vino á las fuerzas motrices ha sido particularmente estudiada por M. Forel, quien resume su trabajo diciendo que no se trata de un aumento real en la fuerza de los movimientos de los músculos, sino solamente de acelerarse sus inervaciones, mediante la influencia ejercida por el cerebro.

Entre otros autores, Feré (1) demuestra experimentalmente por medio del ergógrafo, que la excitación alcohólica difunde pero no crea energías, y que á un efímero resurgimiento sigue muy pronto una gran pérdida de fuerzas. Un escritor notabilísimo, Bunge (2) hasta

(1) *Travail et plaisir.*

(2) *Tratado de Química fisiológica.*

niega al alcohol toda acción verdaderamente excitante, y dice que los fenómenos que parecen probarla deben considerarse como signos de la acción opuesta, paralizadora, según puede observarse en algunos alcohólicos, y que los trabajadores, cuando después de beber se sienten más animados, sufren una ilusión, debida á un eclipse parcial del sentido de la fatiga, «el cual es la válvula de seguridad, que debe ser esmeradamente cuidada, de la máquina humana en sus relaciones con el trabajo».

Aunque en algunos casos la cantidad de trabajo por la influencia alcohólica fuere en realidad mayor, su cualidad es inferior siempre, por la falta de regularidad y precisión de los movimientos.

A la creencia de que el vino fortalece, le da aparente apoyo el que, en efecto, si al habituado á él se le quita de repente, nótase que no puede por lo pronto trabajar tanto. Este fenómeno lo explican los fisiólogos, comparándolo con lo que ocurre al suprimir la costumbre de tomar otros venenos, cuya acción fortificante ninguno admite. Si, por ejemplo, á un morfinómano se le quita la morfina, se verá que no puede trabajar. ¿Tomaremos, por eso, los demás ese narcótico para resistir mejor el trabajo?

Sí; las falacias del vino, los engaños con que seduce á sus devotos, han sido científicamente pulverizados y, además, pueden com-

probarse fácilmente por cualquier observador atento y juicioso.

Son muy interesantes los experimentos de que A. Chauveau dió cuenta en 14 de Enero de 1901 á la Academia de Ciencias, en su escrito *Alcool et travail musculaire*. En un perro sujeto á un trabajo determinado y á una alimentación alternativa de carne y azúcar y de carne y alcohol, examinó la relación entre el volúmen de ácido carbónico expelido y el de oxígeno fijado, para deducir el cociente respiratorio; el cual, durante la alimentación normal fue de 0'963, y en la alcohólica no pasó de 0'922. De donde se infiere que el alcohol influye poco ó nada en las combustiones, de las que el sistema muscular toma las energías para su funcionamiento. A los mismos resultados que durante el trabajo, se llegó haciendo las experiencias en estado de reposo; lo que prueba que el organismo no utiliza tampoco el alcohol para los gastos fisiológicos ordinarios. Además, con la alimentación no alcohólica, durante algún tiempo, el perro anduvo diariamente en dos horas 23 kilómetros y 924 metros, y amentó de peso, mientras que, sustituyendo por alcohol el azúcar, el peso disminuyó y el término medio de las marchas no fue sino de 18 kilómetros con 666 metros.

Existen experimentos de claridad meridiana. En las líneas dinamométricas de Destrée se nota que á los pocos minutos de tomar una mediana dosis de alcohol, el valor del traba-



jo muscular efectuado queda inferior al normal.

Por medio del ergógrafo, examinando en sí propio H. Gilbaut los efectos del alcohol y del agua para reparar el cansancio y para tener fuerzas en el trabajo, vió que era perjudicial el vino y cualquier otra bebida alcohólica, según hizo saber al público en un artículo de «La Tribuna Médica» titulado *Les excitations musculaires*.

Con el ergógrafo de Mosso, examinando la *curva de fatiga* en una misma persona que trabaje antes ó después de tomar vino, se comprueba con facilidad que éste le deprime las fuerzas.

El experimento del Dr. Parkes es fácil de ser repetido. Dando á un individuo pequeña cantidad de bebida alcohólica, no se notó disminución en sus fuerzas sino excitación de las mismas; repetida la dosis, las fuerzas disminuyeron sensiblemente; aumentada otra vez, se aumentó la acción cardiaca, con sofocaciones que imposibilitaron todo trabajo.

No hace falta, sin embargo, entrar en los laboratorios y ver las experiencias de los sabios. La ordinaria de la vida, lo que vemos en el mundo, la comparación entre el trabajo de los bebedores y de los que rehusan el vino, basta para mostrarnos que éste miente cuando se nos presenta como un auxiliar de nuestras faenas, como un sostenedor de nuestras energías.

Para comprenderlo así podría ser suficiente el reparar que sólo el hombre bebe vino. No son, por eso, menos fuertes los otros animales. «El buey, el elefante, el tigre, el león, esos monstruos de la fuerza, notaba G. Olemenceau, en *Le Grand Pan*, ¿cuándo han pedido su botella»? Si á las bestias se les da alcohol, obsérvase que su potencia muscular rinde menor trabajo. En la carrera de 1893 entre oficiales de caballería salidos de Berlín y de Viena para ver quién llegaba primero á la otra capital, algunos tuvieron la idea de dar sopa en vino á las caballerías, y se quedaron éstas en el camino ó llegaron las últimas. En varias carreras de caballos hizose la prueba de proporcionarles alimentación alcohólica, notándose siempre que perdían de su ordinaria velocidad. Es también conocido el experimento de Hodge, profesor de la Universidad de Clark, con varios perros, alimentados unos con vino y otros sin él; los primeros en el mismo tiempo no trajeron más que 478 pelotas, mientras las que trajeron los segundos llegaron á 922.

Respecto de los trabajadores en los diversos oficios, hay un hecho tan curioso como interesante. Trabajan por lo común menos el lunes, después de un día de descanso. ¿Por qué? Porque el domingo suelen pasarlo en la taberna.

Los braceros del campo no comprenden que se pueda cavar bien las viñas sin libar copio-

samente del fruto de ellas, y en los trabajos más fuertes acuden al vino como á un manantial de fuerzas, pareciéndoles que cada trago les infunde una dosis de energía. Sería una obra de caridad conseguir que ellos mismos se sujetasen á la prueba de hacer sus labores con y sin vino para comparar los resultados.

Hase hecho ya repetidas veces. Es conocida la experiencia del industrial americano que, con consentimiento de ellos, repartió sus obreros en dos grupos, dando á uno vino y á otro no. En los cuatro primeros días el grupo que lo bebía hizo un poco más de obra que el que sólo bebía agua; al día quinto el trabajo fue igual de una y otra parte, y á partir de aquél, durante los veinte que duró la experiencia, el de los no bebedores superó con mucho exceso.

El ingeniero italiano Mainini, que consiguió de sus operarios el que tomasen leche en lugar de vino, observó que desde entonces trabajaban mucho más. Lo propio notaron varios cosecheros del Mediodía de Francia y algunos industriales de Norte América á proporción que entre sus trabajadores se disminuía el uso de los alcohólicos.

No queremos cansar á los lectores citando los numerosos casos en que para obras que exigen trabajos fuertes se ha comparado el que producían cuadrillas de obreros abstinentes y otras de bebedores, y el de unos mismos en días que bebían y en tiempo cuando deja-

ban el vino, verificándose que éste entorpecía la labor y gastaba las fuerzas.

Esta convicción desde hace tiempo se abrió camino en todas partes. En 1892 una compañía inglesa de ferrocarril necesitaba cambiar el ancho de los rails en una extensión de 370 kilómetros y quería hacerlo en veinticuatro horas para que no quedara interrumpido el tráfico: para ello se juzgó indispensable no dar á probar el alcohol en ninguna de sus formas á los trabajadores; y á esa circunstancia se atribuyó el éxito.

Todos conocemos personas que siendo abstemias no trabajan menos que sus convecinos. En los puertos del Mar Negro, para la descarga de carbón, en condiciones verdaderamente penosas, mientras los búlgaros, los rumanos y los rusos apenas pueden trabajar tres ó cuatro, los turcos, cuya religión les prohíbe el vino, resisten doce ó catorce horas diarias. Los mozos de cordel de Constantinopla, cuya fuerza es proverbial, no beben sino agua.

En los ejércitos se han verificado muchas pruebas para deducir las fuerzas que da el tomar vino y demás bebidas alcohólicas. Se cita el caso de un regimiento bávaro que al ponerse en marcha distribuyó alcohol á dos compañías y no á la tercera: los soldados de ésta llegaron todos al fin de la jornada, mientras que las otras dos dejaron 42 hombres en el camino, cansados é imposibilitados de proseguir.

Entre las tropas de los Estados Unidos

hánse llevado á efecto repetidas experiencias para conocer si con las bebidas alcohólicas hay más fuerza; y el médico superior Frant Hamilton hace tiempo manifestó que no podía dudarse de que se hacían las marchas y ejercicios de campaña mucho mejor absteniéndose de su uso, por lo cual era ya inútil seguir estudiando cosa tan evidente.

Una gloria científica de nuestra nación, Ramón y Cajal, escribió no ha mucho: «Recuerdo haber leído (tal vez en un libro de Morzo) que se han hecho experiencias en soldados en marcha para probar su fuerza de resistencia consumiendo ya bebidas alcohólicas, ya café, ya azúcar. El resultado más beneficioso fue el del azúcar».

La resistencia para caminar, todos los días se está viendo que disminuye notablemente bebiendo vino.

En las marchas de resistencia de Berlín á Viena verificadas en 1893 y 1898, vencieron los antialcoholistas.

En la caminata de Dresde á Berlín en el año 1902 todas las probabilidades del triunfo se atribuían á Juan Boege, que, por cierto, era muy moderado ordinariamente en el uso de bebidas alcohólicas y no las probaba mientras duraban los ejercicios de sport. Pero aquella vez bebió vino, aunque sólo de diez grados, durante la carrera, y eso bastó, dice G. Nasi, para que se dejase vencer por su colega el abstigente Carlos Mann.

Cuando Preiss de Francfort obtuvo el gran premio de Alemania recorriendo en 11 horas y 56 minutos cien kilómetros, interrogado por su régimen de vida, contestó que no probaba el vino ni otra bebida fermentada por considerarlo peligroso en el sport y siempre.

En la carrera internacional de cien kilómetros á través de Holanda, verificada en Septiembre de 1907, de los 35 que llegaron á la meta en 16 horas, más de un tercio eran abstinentes, y la mayor parte de los restantes se abstuvieron de probar vino ni otra poción alcohólica durante la marcha.

El club sportista *Cometa*, de Berlín, organiza frecuentemente marchas de 50 kilómetros llevando el peso reglamentario en la infantería prusiana; y siempre el lauro de la victoria ha sido para los no bebedores.

En la marcha de 100 kilómetros para el premio germánico verificada en 1908, tomaron parte 83 corredores, de los cuales 24 eran abstemios. De estos sólo dos quedaron rezagados, y de los otros 30. El vencedor fue el abstinente Ernesto Seiffert, que llegó al término en 11 horas y 16 minutos. De los 24 primeramente llegados 15 eran abstinentes; y de los 25 últimos, sólo lo eran siete.

Weston, que anduvo á pie en cien días 7.445 kilómetros, era abstemio.

Los competidores en la carrera de cien horas á Rubaix se abstuvieron de toda bebida alcohólica. La alimentación de Muller, el ven-

cedor, fue esta: 47 huevos, dos pollos, un kilo de arroz con leche, 4 cajas de kola, 28 limones, 6 naranjas, 16 botellas de limonada, 6 litros de leche, 3 de jugo de carne, 4 de caldo, 2 de té y 4 de café.

En una Memoria con el título *Alcool et cyclisme* presentada á la Sociedad médica de los Hospitales de París por los doctores Jacquet y Renault se consigna la opinión de los más famosos campeones de las carreras velocipédicas, contraria al uso de bebidas alcohólicas per no reconocerle sino acción nociva. No tiene nada de extraño. Como dice *Le correspondant Médical*, de París:

«Para los ciclistas de profesión, la abstinencia ha llegado á ser un principio. Estos individuos son sobrios por necesidad. En tiempo ordinario beben poco vino y se abstienen de aperitivos, ajeno y aguardiente. Durante la carrera, la menor dosis de alcohol les produce un retraso perjudicial. Siempre que los ciclistas han querido ensayar este pretendido tónico han tenido que arrepentirse.»

Es dicho vulgar de los ciclistas, que el alcohol «corta las piernas». El viaje de ida y vuelta á Brest, 1.200 kilometros, hecho por Terront en 71 horas y media, fue sin probar vino ni otra bebida que tuviese alcohol. La misma carrera, sin dormir ni descansar, hizo en 1901 Gariis, no empleando más que 53 horas; así durante el *entrenamiento* ó preparación como en la marcha, no probó el alcohol,

aunque se le instó á ello, consistiendo su alimento en gran número de yemas de huevo batidas, dos chuletas, rebanada de pan con manteca, doce botellas de agua de Vichy y uvas.

Los más famosos ciclistas de distintas naciones, Calamettes y Mario Thé, franceses, Miller, americano, Monachón, suizo, Fischer, alemán, jamás probaron el vino.

Relativamente á todos los trabajos de fuerza, aparece claro que los estorba y los entorpece el vino, aunque de tal afirmación se escandalizan los amadores de éste, que no juzgan se pueda sin él aplicar intensamente por mucho tiempo las energías corporales.

El nadador más ágil conocido, M. Holbein, que pasó 53 millas de mar en 22 horas y 21 minutos, teniendo por nocivo todo uso de alcohol, no quiso probar el vino que durante el nado se le ofrecía. El maestro de natación de la Asociación de Brema, Hermán Boelén, escribió en *El Nadador*: «Entre la natación y el alcohol existe oposición manifiesta». El capitán Webb, que pasó nadando el canal de la Mancha, absteníase de todo líquido embriagante, lo mismo que sus imitadores Burgess y Holmes. Abstinente total es Billington, que á nado atravesó á París, en presencia de quinientos mil espectadores que se agrupaban en las márgenes del Sena. Hanlan, el campeón de los remadores ingleses, tampoco prueba el vino.

El capitán americano Luis Eissenbraun, que en Agosto de 1902 atravesó completamente solo el Atlántico, sobre un barco abierto de cinco metros y medio de largo, no sólo era abstinerente, sino que manifestó su convicción de no haber podido resistir la fatiga durante aquellos 56 días, si hubiese gustado cualquier bebida alcohólica.

El presidente de la Asociación de patinadores de Brunschwich, en un estudio acerca de este sport, ponía como axiomático: «El que pretenda obtener éxito corriendo con patines, debe renunciar en absoluto al alcohol». Dicha Asociación, que tenía confiado á un hotelero el suministro de refrescos á sus individuos, en vista de que servíase también vino y cerveza, se encargó directamente ella del suministro, dando leche, café, chocolate y otras bebidas, pero todas sin alcohol.

Los clubs atlético-sportistas recomiendan para todas las luchas la abstinencia, ó, por lo menos, la moderación en el uso del vino. El italiano titulado *Maraton*, en sus instrucciones, dice: «Durante los ejercicios, váyase limitando lo posible el uso de cualquier bebida alcohólica... Nada mejor que beber agua de fuente... Procúrese renunciar del todo á los licores, aguardiente, vino y cerveza.»

En su libro *El luchador moderno* pone Her-
mán Koehler por advertencia capital: «Los mejores maestros de esgrima recomiendan en-
carecidamente á cuantos con seriedad se de-

dican á este ejercicio, que renuncien á toda bebida alcohólica, ó, á lo menos, que sean muy parcos en el uso de licores, aguardiente, cerveza y vino».

El campeón francés del boxeo solía decir: «La experiencia me ha demostrado que el vino produce una excitación artificial seguida inmediatamente de una depresión real de fuerza. En absoluto debe uno abstenerse del alcohol, cuando quiera hacer un esfuerzo serio».

Para viajar por cualquiera latitud, el uso del vino y sus congéneres es una dificultad, un estorbo y un peligro. Liwisgtone, el célebre explorador de Africa, y Sven Hedin, que hizo lo propio en el Asia Central, eran abstinentes en absoluto; y lo creían indispensable no sólo en el clima de los trópicos, sino bajo todos los cielos, en cualquier viaje largo, arriesgado y penoso. Cuando en 1898 Lord Kitchener debió encomendar á sus tropas una muy fatigosa expedición por el Sudán, privó en absoluto de toda bebida alcohólica á sus soldados, y el resultado confirmó cuán justificadas estaban tales disposiciones.

En 1896 el doctor Oton Snell hizo una *encuesta* para saber lo que acerca del uso del alcohol opinaban los más afamados alpinistas de lengua alemana, y el resultado fue encontrar unanimidad casi perfecta sobre la utilidad de la temperancia en las ascensiones y de la abstinencia absoluta mientras los peligros

de las mismas no se hayan superado. Diez años más tarde el Doctor L. Schnyder hizo averiguaciones semejantes con idénticas contestaciones.

Confirmando lo que hace más de un siglo advirtió el físico Saussure acerca del agotamiento que en las ascensiones produce el consumo de alcohol, el Congreso de alpinistas celebrado en París el año 1910, lo prescribió para toda subida de montañas.

Son muy interesantes las observaciones hechas en el verano de 1906 durante un mes entero por el profesor Durig, en repetidas subidas á alturas de cerca de dos mil metros, midiendo con un especial aparato el oxígeno y carbónico que consumía, y la cantidad de trabajo y el grado de fuerza empleados, y tomando para una prueba alimentos con alcohol, y para otra absteniéndose de él. He aquí la síntesis de las mismas, según sus propias palabras:

«Lo primero que experimentaba era que, *después del uso del alcohol*, la duración de la marcha para ganar la cima se había hecho algo más larga. El paso, por tanto, aún cuando yo no me hubiera dado cuenta, había sido más lento que en las demás pruebas. Tomando el término medio de las varias ascensiones practicadas con y sin alcohol, lo adelantado cada minuto y el empleo relativo de fuerza, han dado los sorprendentes resultados que se expresan á continuación, de trabajo efectuado:

Con alcohol	Ogr. 1009
Sin alcohol	» 1215
Diferencia en menos con el alcohol	» 206

De esto se deduce claramente que el trabajo obtenido cada minuto había bajado con el alcohol á cerca de un quinto relativamente á las otras experiencias. Y no es esto sólo. Pues también el gasto de energía por una misma cantidad de trabajo ha excedido de un octavo, no obstante la menor potencia ó empleo de fuerza de la misma unidad de tiempo. El organismo experimentador había llegado á ser, merced al alcohol, una máquina más decadente, menos apta para el trabajo y, además, menos económica; trabajaba más lentamente, quedaba al propio tiempo perjudicada; amén de que el alcohol cuesta más caro que los otros alimentos, hacía mayor gasto de material. Podemos calcular que el trabajo de nueve horas con el alcohol, se hubiera hecho sin éste en ocho horas solamente, siendo menos el coste».

Cuantos tienen autoridad en materia de sport están conformes en que el vino les es perjudicial, por aminorar las fuerzas. Oigase, por ejemplo, lo que el Dr. Harlow, médico y *sportman*, dice en su libro *La nutrición durante el sport*.

«Algún lector habrá visto con sorpresa cómo yo no aconsejo beber sino té, café y agua.

Hay todavía muchos que empiezan bebiendo cerveza y acaban con el cognac, no conociendo otras bebidas que las alcohólicas, de tal suerte que su sed es sed especial de cerveza ó de vino, nunca de agua. A tales incorregibles bebedores no les gustará ciertamente la sentencia que yo pronuncio con estas secas palabras: *¡Fuera del sport los alcohólicos!*... Es increíble cuánto más fácilmente se sale victorioso en la corrida, en el remo y en la bicicleta, absteniéndose, lo más posible, del alcohol... La cerveza es el peor enemigo del *sport*. Especialmente durante los calores del verano, deprime y adormece. Los músculos se ponen flacos, la cabeza pesada y doliente; toda la energía desaparece... Poco mejor se puede hablar del vino.»

Contestando á una circular del Dr. Donath el *Club atlético* de Budapest hacía las siguientes interesantes afirmaciones:

«El sport ha llegado á una altura verdaderamente maravillosa en aquellas naciones que han adoptado por seguro el principio de que sólo la abstinencia hace apto hasta al organismo débil para un gran desarrollo de energía. Con ésto, la juventud inglesa y americana, si bien menos robusta que la nuestra, verifica ejercicios portentosos. Entre nosotros son raros aquellos competidores que se sujetan al mismo régimen de abstinencia, aun por breve tiempo, mientras que todo mediano competidor americano lo observa escrupulosamente.

Entre nosotros han llegado casi á los mismos resultados que los ingleses y americanos aquellos jóvenes aficionados al sport que han sabido mantenerse parcos, evitando todo abuso alcohólico. La experiencia ha demostrado que los hombres de robustez extraordinaria, atletas que hubieran justificado las más grandes esperanzas, perdieron la gloria de un éxito duradero á causa del alcohol. Los sportistas ingleses, que á los 35 ó 40 años de edad conservan todo el vigor de sus fuerzas juveniles, mientras que los nuestros abandonan el campo cansados y agotados después de cuatro ó cinco años de trabajo, demuestran con su ejemplo por cuán largo tiempo se pueden conservar las aptitudes para la fatiga, observando la abstinencia. Aseguramos resueltamente que el alcohol es perjudicial al desenvolvimiento de las fuerzas, y si nuestros sportistas creen experimentar de momento como un soplo de refrigerio y de vigor, las consecuencias funestas no tardan en manifestarse... En las lides de alguna duración, como en el football de 90 minutos, prohibimos absolutamente el alcohol de cualquier forma, por soporífero, y hemos observado que aquellos que lo usan como confortante, quedan, con sentimiento nuestro, en lugar inferior al de los demás.»

Uno de los más eforzados campeones del sport, P. Muller, que en la mayor parte de sus especies ganó multitud de premios, escri-

be en su libro *Mi sistema*: «Persuadámonos que las bebidas fuertes hacen débiles á los hombres. Aunque soy fuerte, he experimentado que media botella de vino en la cena basta para hacerme el trabajo más difícil al día siguiente. No me avergüenzo de contar que en vez de vino, cerveza ó aguardiente, tomo agua, leche ó una pequeña taza de café cada día».

Un periódico parisién hizo una prolija y detallada averiguación acerca de *cómo se alimentan los atletas*. De ella resultó que boxeadores, corredores, alpinistas, luchadores, ciclistas, remeros, están conformes todos en un punto: en la necesidad de abstenerse de todas las bebidas alcohólicas para no perder la fuerza muscular.

Los experimentos de laboratorio, las experiencias tomadas de la vida social, las deducciones científicas de principios evidentes, todo se junta para deducir que es una verdad lo que A. Fick, el célebre profesor de Fisiología en Wurzburg, expresaba por estas palabras: «Es incontestable que cada dosis de alcohol, aún en uso moderado, disminuye la capacidad de trabajo: todo lo que en orden á fortificar se atribuye á las bebidas alcohólicas descansa sobre una preocupación».

En 1903 publicóse un manifiesto por 664 médicos europeos muy eminentes, en que se asentaba como indiscutible que los no bebedores hacen más cantidad de trabajo que los que beben, *aunque sea con moderación*.

La idea de que todas las bebidas que contienen alcohol, sin exceptuar el vino, debilitan, se halla tan extendida y arraigada en la opinión de las personas cultas, que ha disminuído muchísimo su consumo entre los estudiantes ingleses desde que predomina en ellos la afición á los juegos de sport.

No sucede lo propio en el pueblo bajo. Cuando el nefando y risible culto á los dioses fue proscripto en el imperio romano, al huir avergonzado ante los resplandores de la Religión Cristiana, se refugió entre los aldeanos, —en latín *pagani*, de donde vino á la idolatría el nombre de paganismo— que creían haber nacido de la protección de las deidades gentílicas el vigor y la grandeza de la antigua Roma. Algo parecido sucede hoy con el culto al dios Baco. Caído en descrédito entre las personas cultas, que nada sino males le atribuyen, todavía á él acude gran parte del vulgo en busca de fuerzas y de energías, pidiéndole ayuda para el trabajo y considerándole auxiliar eficacísimo para salir adelante en las obras que requieren gran esfuerzo. Y si malo es alcoholizarse, el hacerlo por esto es peor.

Entre los prejuicios que acerca del vino corren entre las clases indoctas, este de sostener las fuerzas para el trabajo es de los más perjudiciales; porque, así, las pobres gentes que carecen de dinero para procurarse la alimentación necesaria, todavía la disminuyen, por emplear una parte de sus haberes en *ad-*

quirir fuerza comprando el veneno alcohólico.

Una de las causas de que el bebedor no abandone su inútil, dispendioso y funesto hábito dedicándose á trabajos fuertes, consiste en que al tomar vino le parece sentirse con mayores fuerzas; viene luego la postración, y para poder trabajar recurre otra vez á la bebida que fue causa de ella, produciéndose así un círculo vicioso que va aumentando la dosis y la frecuencia de las ingestiones alcohólicas.

Siendo cual es un narcótico, un anestésico, el alcohol no suprime el cansancio; pero, á manera del opio, hace que no se sienta, como atenúa ó suprime al pronto las sensaciones de frío y hambre, en lo cual está precisamente el daño; porque, según la frase de un sabio eminente, la sensación de fatiga es como la válvula de seguridad. Suprimida en el alcoholizado, éste sigue su tarea más allá de lo que sus fuerzas se lo permiten, á semejanza de un fogonero que recalentara la caldera sin tener en cuenta las indicaciones del manómetro.

Y no se deduzca de lo hasta aquí dicho que es el exceso en el uso de las bebidas alcohólicas lo que rebaja las fuerzas. Afirmar esto no sería más que una verdad á medias. La moderación misma, aunque no tanto, también las menoscaba. En numerosas campañas y expediciones de las armas inglesas, cuando la administración militar suministraba parcamente

y por igual bebidas alcohólicas á los soldados, se ha visto que los *tectotalers*, que se comprometen á no gustarlas nunca, soportaban la fatiga mejor que los otros, y aun había entre ellos menos casos de enfermedad y de muerte.

Con razón ha escrito un sabio tratando del problema de la introducción del alcohol en el régimen del trabajo muscular:

«Existe una diferencia esencial entre la transformación de la energía potencial del alcohol en energía útil, desde el punto de vista del trabajo muscular, y las ventajas ó desventajas de la presencia del alcohol en el régimen de los obreros que á dicho trabajo se entregan.

Hasta en los casos de un consumo de alcohol á dosis débiles, resulta de nuestras experiencias la indicación de que los sometidos al régimen ordinario trabajan en condiciones algo mejores que los que introducen en su régimen el alcohol».

Por repetidas incontrovertibles experiencias consta que la absorción de 180 gramos de alcohol aumenta en 18.000 el número de pulsaciones cardiacas en un día. Ahora bien: estos 18.000 movimientos del corazón representan el trabajo preciso para elevar á un metro de altura 7.870 kilogramos.

Es preciso insistir en este punto del alcohol en relación con las fuerzas, porque los mayores estragos los produce entre los que de ellas usan trabajando. «Ved, decía H. de Pa-

rrille, á dónde nos llevó industrial y económicamente el alcoholismo. El obrero francés, antes tan ponderado, y con razón, por su habilidad y resistencia al trabajo, descaece de día en día, pasando poco á poco á colocarse el último. Y esto precisamente cuando se precisaría doblar y triplicar el esfuerzo para hacer frente á la concurrencia extranjera, que sin cesar crece, mientras el poder productivo de nuestro país constantemente disminuye. La causa: el alcohol» (1).

Conviene que de todos sea conocido lo que dice el señor Fernández Cuesta en su libro *La vida del obrero en España* (2):

«Resulta un grande error creer que para ciertos oficios necesita el obrero que los practica ser bebedor de alcohol, como es igualmente erróneo el juzgar que el alcohol favorece la producción del trabajo útil.

Los hechos y su observación razonada, científica y desde luego imparcial, han demostrado la falsedad de esta creencia, de tal modo, que en muchas fábricas donde sus jefes, con el mejor deseo para el personal obrero, tenían establecida desde muy antiguo la costumbre de dar á sus operarios alcohol para facilitarles el trabajo, han sustituido las bebidas alcohólicas por el café, frío ó caliente, que produce de modo más eficiente y sin perjuicio alguno los efectos que el alcohol determina de

(1) *Annales politiques et littéraires.*

(2) Pág. 30.

manera tan efímera como morbosa, hallándose demostrado desde hace mucho tiempo, por observaciones múltiples y comprobadas de una manera indudable, que produce más cantidad de trabajo útil el obrero que no bebe alcohol que el obrero alcohólico».

Mientras los trabajadores sigan en la persuasión de que el vino les facilita el trabajo aumentando sus fuerzas, seguirán tomándolo en tanta mayor cantidad cuanto la labor faere más ruda. Estirpar de su ánimo esta arraigada especie de superstición, es contribuir al triunfo de la verdad y hacerles mucho bien, evitándoles que el dinero preciso para una alimentación sana y reparadora se pierda en cosa inútil, cuyo uso es ocasionado al exceso, causador de males tan numerosos, como nunca bien deplorados.

II

El alcohol no aumenta el calor

QUE las bebidas alcohólicas producen ó aumentan el calor en el cuerpo, preocupación es no sólo en el vulgo extendida.

No son pocos los que repiten con Mantegazza, que «el vino lleva disueltos, con la fuerza secreta de la tierra, los calentadores rayos del sol».

La ilusión de que el alcohol quita el frío, no habrá dejado de contribuir á que en los países del Norte sea donde se hace de él mayor consumo. Bajo diferentes nombres, escribió Lancereaux en el interesante trabajo inserto en el «Dictionnaire Encyclopédique», hállanse en uso las bebidas embriagantes entre casi todos los pueblos; pero no todos abusan en el mismo grado. Generalmente hablando, puede decirse que «el uso de los licores va en progresión creciente desde las regiones ecuatoriales

hacia las regiones frías». Lo cual puede verse en los mapas de distribución del consumo alcohólico, que traen diversos autores. Se ha llegado á la conclusión de que los países escandinavos son la cuna del alcoholismo, el cual es propiamente una plaga anglo sajona. Mientras en las naciones de clima cálido la cantidad de bebidas alcohólicas consumidas cada año por habitante apenas llega á medio litro de alcohol puro, de las de climas fríos en Europa la estadística arroja el resultado siguiente:

	<u>Litros</u>
Islandia	9'10
Gran Bretaña	3'35
Noruega	3'25
Suecia	6'00
Rusia	5'00
Suiza	5'00
Francia, fecha de 1895	4'04
Alemania	9'00
Holanda	6'00
Bélgica	5'05
Dinamarca	10'00

En virtud de numerosas comparaciones, Bowdith formuló la ley cósmica de la intemperancia, según la cual el número de bebedores crece en razón directa de la latitud.

Adviértese, sin embargo, que amén del deseo de quitar el frío con lo que da la sensación de calor, hay para que se consuma más

alcohol en las tierras septentrionales otra causa; y es el mucho uso que allí se hace de pescado y de carne, alimentación que, según se ha demostrado, excita á la bebida mucho más que el régimen de legumbres, predominante en los países calientes.

De cuán difundida está la preocupación de que el alcohol calienta, dan argumento las estadísticas, mostrándonos que en todas las naciones se bebe más durante la época del invierno.

No es en España donde el vulgo está menos generalmente engañado sobre el particular. Como nota muy bien el señor Rodríguez y Rodríguez en su «Higiene de los trabajadores» (1), á su ignorancia debe atribuirse el que muchos «halagados por la momentánea apariencia de calor periférico y bienestar psíquico que produce la ingestión del alcohol, crean reparar con él la falta de vestidos apropiados á las condiciones del clima por medio de una excitación ficticia».

Mentiroso en todo, el alcohol al tomarlo nos produce la ilusión de que nos calienta; pero no es sensación de calor lo que experimentamos en la garganta y el estómago, sino el efecto de su causticidad, mayor ó menor según que su concentración sea más ó menos grande, en las mucosas con las que se pone en contacto.

(1) Pág. 374.

No hay que confundir el calórico con la impresión producida por un cáustico. El calor animal, dice Legrain (1), no es más que el resultado de las combustiones íntimas que incesantemente se operan en nuestro cuerpo, y á las cuales la ingestión alcohólica perturba.

Los fisiólogos añaden otra explicación de por qué parece que calienta, cuando en realidad enfría: tiene la propiedad de dilatar los vasos arteriales de la piel, por la paralización de los nervios que presiden á su permanente concentración; á esta dilatación es natural que siga mayor afluencia de sangre á la periferia, como lo atestigua la nariz roja y la faz congestionada de los bebedores. Tal irrigación súbita de la piel, por la sangre proveniente de lo interior del cuerpo, hace experimentar en ella como una sensación de calor; pero no hay ninguna causa para el aumento de calórico.

Que es quemazón, y no calor, la impresión que se percibe al tomar bebidas alcohólicas, análoga á la que se experimenta con un ácido ó condimento fuerte, pruébalo el sentirla luego de beber. Los alimentos ricos en carbón se queman y engendran calórico no en el estómago, que es una especie de almacén, sino más tarde cuando la sangre los lleva á las diferentes partes del cuerpo. El que se imagina que el alcohol calienta inmediatamente de ingerido, escribe Baudrillard (2), es semejante

(1) *Un fléau social: L' alcoolisme.*

(2) *Enseignement antialcoolique.*

á un maquinista de tren, que juzgara que la presión del vapor sube á la locomotora porque él almacena carbón en el tender.

Argüiría mal quien, viendo que el alcohol al contacto de una luz se inflama, arde y produce calor capaz de incendiar cuanto se le acerque, dedujera que también se quema en el organismo aumentando su calor. ¿«Diríamos, razona doña Elisa Pérez (1), que el café se calienta en una taza porque al servirlo en ésta aumenta su temperatura hasta el punto de no poderla tocar? Al contrario, todo lo que la taza gana en calor lo pierde el café». La sensación de calor que se nota en la superficie del organismo luego de tomar bebida embriagante, á más de ser pasajera, es engañosa.

La dilatación de los vasos, especialmente los de la piel, que da lugar á una sensación puramente subjetiva de calor, explícala Rosemann por la estimulación que en el corazón producen las bebidas alcohólicas.

Ni tiene nada de particular que quien ingirió grandes dosis alcohólicas no sienta el frío. Sabido es que los trabajos de Willieme y de Richardson han dado por consecuencia el poder colocar el alcohol, desde el punto de vista fisiológico, entre los más poderosos agentes de anestesia quirúrgica; y que Hugonnencq, estudiando sus efectos en el cuerpo humano, los compara á los del cloroformo y demás

(1) Estudio acerca del alcohol y sus perjuicios.

anestésicos. Es un verdadero narcótico, escribe M. Bunge, y por eso, insensibilizando el organismo, no deja sentir el frío.

Pero no se crea que sucede esto durante mucho rato. Como escribe el médico doctor Jampo (1), aun haciendo al alcohol demasiadas concesiones: «Produce combustiones por la rapidez con que se absorbe y circula, determinando cierto aumento de la calorificación, que no dura por cierto; mas quizás tiene una acción específica sobre la superficie de los vasos cutáneos, especialmente en las extremidades frías, aún cuando se permanezca en reposo, desarrollándose así una cómoda sensación de calor. Gracias al efecto dicho, se toma de buen grado el alcohol; cuanto más concentrado, mejor cumple su acción.

Por desgracia, esta acción de complicidad, por la cual puede resistirse el frío, es muy transitoria».

Es no sólo engañosa, sino de grave peligro, ocasionada á mortales accidentes, la sensación de calor que las bebidas alcohólicas engendran. Cuanto más se abusa de ellas, más se embota la sensibilidad térmica. Se enfría realmente el cuerpo sin que se note frío. Así nada se hace para sustraerse á él, para librarse de sus efectos, para reaccionar contra sus influencias; las cuales continúan ejerciendo sobre el organismo su mortífera acción sin

(1) Peligros del alcoholismo: artículo.

que se piense en contrarrestarlas, hasta producir, en no pocos casos, la muerte.

Para que se dejara de creer que el vino y el aguardiente son favorables en los climas húmedos en el sentido de quitar el frío, basta saber que, al dilatarse los vasos periféricos, ha de aumentar forzosamente la irradiación cutánea de calórico, deprimiéndose, en consecuencia, las reacciones orgánicas de defensa contra el descenso de temperatura. En detrimento de la circulación interna, cede la afluencia excesiva de la sangre á lo exterior. Al contacto del aire se enfría. Al robarnos del interior del organismo el alcohol el calórico, llévalo á la piel, donde se pierde.

Muy ávido del oxígeno, agente de toda combustión, el alcohol, escribe Donot (1), quémase pronto y fácilmente, y la vez, como muy difusible, impregna luego todos los órganos; pero el calor que produce acaba por trocarse en verdadera pérdida. Al tomarlo, sentimos en el epigastrio sensación de calor, y pronto parece que un líquido caliente recorre todos los miembros. Sin embargo, como la temperatura de nuestro cuerpo es fija, no puede súbitamente variarse sin que se trastorne el organismo. «Este, por los cuidados de una Providencia creadora y conservadora, está especialmente dispuesto y provisto para regularizar su temperatura. Cuando el calor interno pasa

(1) *Le conférencier antialcoolique.*

de lo normal, las energías del alma sensitiva obran para dilatar los vasos sanguíneos periféricos, en cuya gran superficie de enfriamiento prodúcese una reacción que hace bajar el calor más de lo ordinario».

Las experiencias del Dr. Taillet ponen fuera de toda duda que el alcohol se apodera de una parte del oxígeno de la sangre, con lo que detiene ó retarda los cambios nutritivos, produciendo por natural consecuencia, el rebajamiento en la temperatura del organismo.

Según enseña Pouchet (1), el alcohol posee gran afinidad con el agua, capaz de deshidratar ciertos compuestos, modificando por tal manera la mayoría de las sustancias orgánicas. Basta para comprender la certeza de esta observación, advertir la excesiva sequedad de la lengua en los alcoholizados, y cómo, después de beber una copa de aguardiente, el organismo, con sed ardorosa, reclama agua. Mezclado con ella en cierta medida, parece que el alcohol desarrolla calórico; y de ahí la sensación que se observa en cualquier mucosa á la que se le aplique. Pero probado está que juntamente con la acción deshidratante, ejerce otras que paralizan la excitabilidad, la contractilidad y la actividad de la célula viva, dando así lugar á repetidos trastornos en los parenquimas y tejidos que impregna.

Debido á ser tan enérgico deshidratante de

(1) *Tharmacodynamie.*



la célula, el alcohol, nota R. Dubois (1), apodérase de una parte del agua normal del protoplasma con el consiguiente retardo de los fenómenos de nutrición; lo cual no queda compensado con las oxidaciones que pueda sufrir en el organismo ni con la acción de las mismas sobre el calor animal; y de ahí la disminución constante de éste, aumentada por parálisis funcional en el glóbulo de la sangre. Tomar alcohol, escribió Duramberg, es encender una hoguera en el estómago, cuyo fuego es preciso avivar con más combustible, si no se quiere que se apague pronto, viniendo sus frías cenizas á rebajar la temperatura.

Fácil sería citar gran número de autoridades científicas conformes en este punto. El profesor Doguel publicó muy documentada Memoria sobre el alcohol, estableciendo, como una de las conclusiones, que enfría el cuerpo. La Comisión de sabios nombrada por el Gobierno ruso para estudiar el alcohol presentó la siguiente tesis por unanimidad aprobada. «Particularmente se ha de poner todo empeño en informar al público, que si la absorción de bebidas alcohólicas da por el momento la sensación de calor, no tarda el organismo en encontrarse con temperatura más baja que antes».

El juez inapelable en litigios sobre calor es el termómetro; y él, con la baja de su gradua-

(1) *L' alcool.*

ción al ser aplicado á la lengua, sentencia que el alcohol lo disminuye sensiblemente en el cuerpo humano. Un litro de aguardiente hace bajar de modo muy notable la temperatura de la persona, una vez que pasa el primer momento de aparente calor superficial.

Aun sin contar con las influencias exteriores, la temperatura del alcoholizado baja rápidamente medio grado, y hasta un grado entero algunas veces. Un autor refiere haberla visto descender en varias embriagueces más abajo de 30 grados centígrados, subiendo enseguida gradualmente hasta la normal á medida que se eliminaba el alcohol.

Notorio es por las experiencias de Audige y Dujardín-Beaumetz, y las de Joffray y Lervaux, entre otras, que la temperatura de un perro puede hacerse bajar quince grados mediante el alcohol.

Que el alcohol produce no calor sino frío es tan elemental, que los médicos se valen de él para rebajar las fiebres, disminuyendo la temperatura. De lo cual no se deduce que sea útil emplearlo para el expresado fin. Combatiendo á los que usan tal medio terapéutico, observa el Dr. Challan de Belvar (1), que el poder antitérmico sólo lo posee el alcohol absorbido en grandes dosis, cuando más que excitante es destructor de la célula, cuya función aniquila, y más que un agente antipirético es un

(1) *Les dangers de l' alcoolisme.*

productor de hipotermia, resultando la disminución de calor y la mayor lentitud del pulso mucho más peligrosos que la natural reacción febril. «Obtener una rebaja en la temperatura y moderación en las pulsaciones, no es bastante para poder declarar que se ha dominado la fiebre. Ciertas intoxicaciones producen la hipotermia, así como la hipertermia otras, y sólo el estado general permite conocer si se ha vencido la calentura.»

Si el vino calentara, los borrachos que pasan la noche en la cárcel, sentirían el frío menos que los sobrios, y demostrado está lo contrario.

No es raro que mueran de frío en las calles los que se embriagan. ¿Cómo no los defendió el calor de las bebidas alcohólicas? Precisamente ellas fueron la causa del enfriamiento que les anticipó el morir.

Del Conde de Tolstoy es esta observación, en un artículo titulado *Bebidas veneno*: «Se ha probado que el aguardiente no calienta, que el calor que produce no dura y que el hombre después de un momento de exaltación sufre más el frío, de tal manera que un bebedor soporta más difícilmente que otro un invierno riguroso. Los campesinos rusos que mueren de frío, no sucumben sino porque toman aguardiente».

Carlos XII de Suecia, en la expedición de 1708, mandó proveer de aguardiente á sus

soldados para preservarlos del frío, y quedaron helados nada menos que cuatro mil.

Cuando el horrible invierno de Rusia acabó casi del todo con la *grande armée* de Napoleón, notóse que entre los no bebedores se habían experimentado muchas menos bajas.

Los esquimales, los habitantes de las comarcas más frías, han desterrado añejos prejuicios, calentando lo interior de su organismo no con *el carbón* del alcohol, sino con el de las grasas y aceites.

La mayor parte de los pescadores de ballena y de bacalao no llevan á bordo ni una gota de alcohol; porque saben que si lo gustasen no podrían soportar tan fácilmente el frío en los mares helados.

Los nuevos guías de los alpinistas renuncian ya, aleccionados por la experiencia, á toda provisión de bebidas alcohólicas.

Los monjes de San Bernardo afirman que los viajeros que encuentran enterrados en la nieve, son los que para resistir el frío toman aguardiente, como suele indicarlo la botella vacía cerca de su cadáver.

El Congreso de Alpinismo celebrado en París el año 1900, proscribió el alcohol en las subidas á las montañas.

Ya De-Saussure, en su *Viaje por los Alpes*, dejó escrito que el alcohol producía en aquellas alturas un agotamiento frecuentemente irremediable.

Matías Zurbriggen, que subió muchas ve-

ces al altísimo monte Rose, y pasó catorce meses en las cumbres del Himalaya, y recorrió en distintas ocasiones las montañas de Nueva Zelanda, y llegó á la mayor altura de los Andes, preguntado cómo había podido resistir el frío, contestó: «Lo primero que se debe hacer es abstenerse de toda bebida alcohólica».

He aquí otro testimonio, el del médico de Armada, doctor John Rae: «Veinte años he navegado por el Norte, cinco de ellos en las regiones árticas, y jamás me he servido de bebidas espirituosas ni las he dado á los que me acompañaban, sabiendo por experiencia que son nocivas, singularmente en los países fríos».

El célebre viajero Bonvalot, que permaneció cinco meses y medio en las alturas heladas del Tibet, hacía uso del té como única bebida.

Sven Hedin que, además de subir á lo alto de la citada montaña, atravesó cinco veces los países más fríos del Asia Central, no probaba el alcohol y prohibió el que en forma alguna se diese a sus acompañantes; porque «disminuye la fuerza y la disciplina».

Cook, Schmidt y otros muchos famosos viajeros, al atravesar países de nieves perpétuas consideraban al alcohol como el mayor enemigo.

Es entre los exploradores de las regiones polares principio averiguado que el que se

abstiene totalmente de toda clase de bebida alcohólica, resiste á la más baja temperatura y vuelve incólume; pero si hace uso, aunque no sea exagerado, está destinado á sucumbir.

Ya lo hizo notar J. Ross en el libro *Segundo viaje de descubrimientos en los mares árticos*, editado en el primer tercio del pasado siglo, donde atribuye, además, al uso del alcohol la inflamación de los ojos que padecieron sus compañeros de expediciones. Algunos años después publicó Bellat el viaje que en el *Príncipe Alberto* hizo á los mares polares, afirmando que buena parte en el éxito tuvo el no llevar á bordo ni vino, ni cerveza, ni bebida alguna espirituosa.

Más tarde, entre los enviados á buscar á John Franklín, perdido en los desiertos polares, el capitán Kennedy, que era abstigente, sufrió mejor que los demás el frío horrible de aquellas inhospitalarias comarcas.

Si los marineros del clima cálido de la Dalmacia pudieron en 1872 acompañar al teniente Weyprecht durante muchos meses en el seno helado de las regiones polares, fue porque no probaron alcohol.

En varias expediciones para descubrir el Polo Norte, se había creído contrarrestar el frío de los hielos con frecuentes y abundantes tragos de alcohol: el resultado fue volver diezmados los exploradores, sin poder resistir el tiempo preciso para lograr el intento. Nansen decidió no probar ni él ni sus compañeros

ninguna bebida alcohólica, y en sus Memorias escribe que en eso pone la causa de sus extraordinarios éxitos, en exploraciones que duraban hasta tres años, como la de 1893, con temperaturas de 40 grados bajo cero, entre ventisqueros espantosos, recorriendo en trineo con las mayores penalidades, inmensos desiertos helados. En los quince meses que pasó con Johansen más allá del grado 81, dando pruebas incalculables de resistencia al cansancio y al frío, su ordinaria bebida era té, café ó chocolate. Sin tomar otra, pudo llegar al grado 86'14. Más dichosos los tripulantes de «La Estrella Polar», barco mandado por el Duque de los Abruzzos, llegaron el 21 de Abril de 1900 al grado 86'34 con una temperatura de 35 bajo cero. No sólo no llevaban ninguna bebida destilada, sino que á los habituados al vino se les fue acortando la ración hasta privárselo en absoluto.

El que tuvo la suerte de izar la bandera de su patria en el propio Polo Norte, donde planta humana no se posara, el norteamericano Roberto Peary, el 6 de Abril de 1909, después de gloriosas tentativas, condenaba también todo líquido alcohólico por robador de energías y de calor.

Lo propio hicieron y opinaron los grandes conquistadores del Polo Sur. El capitán belga Gerlache, que llegó al grado 71 en viaje contado en su libro: «Quince meses en el Antártico»; Scott que en 1904 tocó el grado 82 de

latitud meridional; Shackleton, que en Enero de 1909 estaba á 190 kilómetros del Polo Sur y el noruego Amundsen, que tomó de él posesión, eran abstinentes convencidos de que el alcohol y el calórico del organismo son adversarios irreconciliables.

III

El alcohol no alimenta

UN ilustre profesor de la Universidad de Viena, el doctor Nothnagel, escribió que «es un delito llamar alimento al vino». No diremos tanto; pero sí que una equivocación constituye el darle tal nombre.

En ella cae gran parte del vulgo. A sostenerla ha contribuído el sentir de algunos doctos, menos en número, poquísimos ya, conforme el tiempo pasa y adelanta la ciencia.

Este engaño es tan arraigado como antiguo. En el tratado de Higiene del catedrático señor Subirá pueden leerse refranes higiénicos del calibre de los que copiamos: «La leche y el vino hacen al viejo niño. A buen comer ó á mal comer, tres veces beber. Si quieres ver á tu marido gordito, después de la sopa dale un traguito». De la general creencia en las pasadas edades da testimonio en *Guía de Pecadores* el P. Granada, aplaudiendo la elegan-

cia con que había dicho el filósofo que «tres racimos procedían de la vid: el primero era de necesidad; el segundo de deleite, y el tercero de furor, dando á entender que beber un poco de vino servía á la necesidad natural». Todavía hay en algunos pueblos quienes no se creen bien alimentados como no estén bien bebidos, prefiriendo un vaso de vino á un pedazo de pan.

Otro factor de que preocupación tan absurda y dañina se extienda y cueste trabajo desarraigarla, ponerse debe en el interés de los que se enriquecen explotando el negocio del alcohol. En 1903, en el banquete anual del Sindicato del Comercio de vinos, el Presidente, delante de un Ministro, combatió enérgicamente á los antialcoholistas, y acordóse poner carteles al lado y combatiendo los que el Gobierno coloca en las casas de París acerca del alcohol, á la vez que en favor de éste emprendióse activa campaña de prensa.

Entre los sostenedores del alimento-vino fuerza es reconocer que existen personas de no menor probidad que competencia.

En el prólogo á una obra antialcoholista, observa el doctor Legraín que «los libros clásicos de la ciencia médica están llenos todavía de imaginaciones las más curiosas acerca de la importancia y valor de las sustancias alcohólicas, no tanto desde el punto de vista de la terapéutica, como del de la alimentación».

Médicos eminentes de nuestros tiempos de-

fienden el valor alimenticio del vino, fundándose en la opinión general de la humanidad; en el testimonio de los siglos, como Duclaux, y en sus sales, cuya cantidad es de 4 á 5 gramos por litro, como Proust; y en sus sustancias albuminóideas, como Brouardel. Sus testimonios se encuentran en la obra que el año 1901 publicó en París E. Mauriac con el rótulo *La defensa del vino*.

Distinguiendo con Lavarenne la diferencia que hay entre usar el vino en la comida ó fuera de ella, afirman algunos higienistas que sin peligro se puede tomar al comer un gramo de alcohol al día por cada kilo de peso del individuo; de suerte que una persona en buena salud y no llevando vida sedentaria, sin inconveniente podría gastar un litro diario de vino.

Nuestro doctor Pulido, en su interesante trabajo sobre el alcoholismo, hace del uso moderado del vino una defensa realmente admirable, por la galanura y brillantez de la frase, donde encontramos las siguientes líneas:

«Entre las análisis químicas más curiosas figuran las que Camboni ha hecho de los escobajos, pellejo, pulpa, pepitas y jugo de las uvas, respectivamente, por las cuales se viene en conocimiento de la acción alimenticia poderosa de este sabroso fruto. ¡Qué riqueza en tanino, gomas, sales de potasa, cal y fosfatos, en materias albuminóideas y ácidos orgánicos, en sustancias azucaradas y principios

etéreos aromáticos! Y por parecida causa maravilla el estudio de cualquiera de las muchas análisis que de los vinos se han hecho, poniendo al descubierto también sus alcoholes, sus azúcares, sus gomas, sus ácidos numerosos, sus aceites esenciales y sus éteres, sus principios colorantes y sustancias albuminóideas, y su riqueza en sales tártricas fosfatadas!...»

Liebig, á partir del año 1850, hizo trabajos para demostrar que el alcohol es el tipo del alimento respiratorio. Otros sabios, siguiendo sus huellas, afirmaron que *una parte* del alcohol ingerido en el organismo se quema dentro de él, y merece por consiguiente considerarse como alimento. No negaremos que estudios posteriores tienden á probar que casi todo él se quema ó, lo que es lo mismo, se transforma, hasta el punto de que un 98 por 100 es señalado en los trabajos de Atwater.

Mientras que Liebig había establecido que el alcohol sólo era útil por el calor desarrollado, hay quienes, yendo más allá, creen, como Albertoni y Lussana, que cierta cantidad se incorpora á los tejidos, concurriendo á la formación de la grasa y de otras sustancias del organismo; y varios, al igual de Miura y de Mauk, juzgan que economiza en la alimentación las reservas albuminóideas.

En la Memoria presentada por Gley al séptimo Congreso internacional antialcohólico, en 1899, se consignaba el efecto térmico del

alcohol con exageración notable. Sin embargo, se admite comunmente que desarrolla siete calorías por gramo; de donde resulta que un litro de vino de 10 grados restablece casi la cuarta parte de la cantidad total de energía consumida en las 24 horas. En la tesis doctoral defendida en París el año 1904 por Pfeiffer se determinan las experiencias hechas con calorímetros en apoyo de esta aseveración.

Son varios los autores que enseñan el valor alimenticio del alcohol, fundándose en que esta sustancia, muy extendida en la naturaleza, encuéntrase en el curso de los fenómenos de asimilación y desasimilación de todos los seres vivientes, sin excluir los árboles. Macé, teniendo en alcohol diversas plantas, ha deducido de sus oscilaciones durante la germinación, que lo utilizan para el crecimiento, y que es un producto normal y necesario de la digestión de las materias hidrocarbурadas en los granos para su desarrollo. Berthelot, haciendo experimentaciones análogas en la vegetación normal y encontrando que diez kilos de hojas de avellano dan diez gramos de alcohol, llega á la conclusión de que este es la parte nutritiva de la molécula de azúcar. Duclaux, en su célebre trabajo *Ce que c' est qu' un aliment*, infiere que la formación del alcohol es propiedad de toda célula viviente y constituye un agente normal de la nutrición inmediata y aun de las reservas ali-

menticias. Los antialcoholistas, dice, consumen alcohol sin saberlo, mediante la transformación del azúcar en él á través de los tejidos.

Contra estos autores se levantan otros en mucho mayor número, competentísimos, asegurando que la cuestión del azúcar intercelular y del alcohol en los tejidos, se halla aún por resolver: y no pocos demuestran que se trata de hipótesis gratuitas y de hechos no suficientemente observados. En frente de las afirmaciones del Director del Instituto Pasteur, presentó á la Academia de Ciencias, T. Botelli, un trabajo titulado *Prétendue fermentation alcoolique des tissus animaux*. Borino atribuye la fermentación alcohólica obtenida de los tejidos animales á los núcleo-proteides que contienen, y Cohnheim á microorganismos.

La teoría de que el concepto alimenticio de una substancia está fijado por el térmico ha sido incontestablemente refutada; teniendo en cuenta que la producción del calor no es en sí propia un fin, y no de él sino del grado en que su energía se puede utilizar para los procesos vitales depende el valor de un alimento, y que si éste se hallase en relación con el calorífico serían más ventajosos los alcoholes de mayor graduación, y habría que preferir el amílico con 9 calorías al etílico con 7 por gramo.

La sola cualidad de producir calor no basta

para poner entre las alimenticias una substancia. Si esencial fuese quedarían sin el nombre de alimento ciertas sales indispensables para la vida del organismo animal, y también los elementos de que las plantas se nutren. Es forzoso con Kassowitzr reservar esta denominación para lo que suministra á la célula animal las materias asimilables necesarias á su desarrollo y reparación; y así, para ver si conviene al alcohol, háse de precisar su influencia sobre las substancias albuminóideas y grasas del organismo. Ahora bien, numerosas experiencias, hechas sobre animales, sobre personas extrañas y sobre el propio observador, reemplazando una parte de los hidratos de carbón del alimento por una cantidad de alcohol equivalente desde el punto de vista del número de calorías permiten deducir que es un destructor de la albúmina, un veneno para el protoplasma.

La afirmación de algunos suponiendo que el alcohol, destructor de la albúmina, tiene la propiedad de oponerse á la consunción de la grasa en el organismo, compensando así su destructora actividad, carece de fundamento. La aminoración del oxígeno gastado y del ácido carbónico que se forma después de la ingestión del alcohol se explica por la destrucción del protoplasma á cuya actividad funcional están ligados íntimamente los procesos vitales de la oxidación, siendo así la acción alcohólica semejante á la del fósforo; y también

por el entorpecimiento que produce en los centros nerviosos, del cual es resultado la disminución en la actividad funcional de los órganos, y, consiguientemente, en el gasto de oxígeno.

Las experiencias de los americanos Alwatter y Benedict comparando el valor nutritivo del alcohol con diversos alimentos no dan el resultado que los alcoholistas pretenden deducir para sustituirlos por aquél: no se suministraba puro, sino en sandwiches; además se tomaba en ayunas; tratábase también de experimentos singulares en personas que no lo usaban habitualmente; por último, en ellos se determinaba como precisa para efectuarlos la dosis alcohólica, y á cada individuo le sería difícil señalársela, porque según su grado particular de predisposición y como efecto de la lentitud general de la eliminación del alcohol, la ración iría aumentándose, siendo su dosificación individual punto menos que imposible.

Los experimentos de estos sabios sirvieron de base al ilustre Duclaux, quien los completó con los propios y los de otros varios para inferir, con gran júbilo de los alcoholistas franceses, que el alcohol alimenta, en atención á que produce las mismas calorías que un alimento equivalente. Pero las experiencias se han hecho en muy pequeñas dosis y por muy poco tiempo, sin que se sepa lo que habría resultado en otro caso y en diferentes

condiciones. En grandes cantidades y por mucho tiempo solamente se ha experimentado de una manera precisa y científica el valor alimenticio del alcohol respecto de los animales. Sus resultados han sido muy diversos y las opiniones de los autores, por lo mismo, muy diferentes. Quien hizo más repetidas y variadas observaciones fue Chauveau, el cual, en una memoria presentada á la Academia de las Ciencias, de París, las resumía de esta suerte: «En suma, los resultados han sido muy desfavorables para el alcohol». De todas maneras, aunque se suponga que éste, como pretenden varios experimentadores, sea útil para los animales, no se sigue de ahí que lo sea para el hombre, cuyo cerebro y cuyo sistema nervioso son tan distintos.

Es conocido el trabajo de M. Roser. *Papel desempeñado por el alcohol en la nutrición*, presentado á la Sociedad Médico-quirúrgica de París en Febrero de 1903, demostrando la falta de lógica con que del hecho de que mediante una série de descomposiciones sucesivas las moléculas de azúcar ó de almidón puedan llegar al alcohol de fermentación, se infiere que éste sustenta nuestras células; y de que el organismo sepa formar alcohol, se concluye que debe suministrársele más, producido artificialmente.

Falta también la lógica cuando se quiere pasar de la teoría pura ó de los hechos del laboratorio á la biología práctica del sér huma-

no. De que el alcohol, según las famosas experiencias de Atwater, pueda sustituir en nuestra alimentación á ciertos productos, podrá deducirse que alimenta, pero no que sea provechoso usarlo, y así el mismo autor concluye que «es un alimento, pero un alimento malo».

El alcohol, que se quema en una lámpara, si se quema en el cuerpo es desarreglando y deteriorando sus tejidos; se compara muy bien su obra á la del petróleo en la máquina de vapor, á la que muy pronto destruye.

No dejan lugar á duda los estudios de Ponchet, quien en el tomo segundo de su tratado de Farmacodinamia establece que «el alcohol sufre en el organismo una combustión tanto más completa cuanto menor sea la cantidad ingerida»; que «el ahorro respecto de las substancias albuminóideas es casi nulo y de ningún interés, pues tales substancias pueden considerarse como alimentos de lujo»; y que los pretendidos alimentos de ahorro «no realizan su acción sino en aquellos que no la necesitan».

Según Lefebvre «el alcohol no se asimila al hombre como los otros alimentos que sirven para su nutrición, sino que, arrastrado por la sangre sin perder su personalidad, se pone en contacto con todos los órganos del cuerpo, y ejerce sobre cada uno de ellos una acción especial, necesitando en general, de seis á treinta horas para desaparecer por completo».

El alcohol entra como cualquier alimento en las vías digestivas; pero con la diferencia de que, salvo una reducidísima cantidad, no se digiere, porque no se descompone y altera para contribuir á la formación de la sangre, y permanece en ésta no como materia nutritiva sino en clase de cuerpo extraño, con las mismas propiedades que antes de su absorción.

Para juzgar del coeficiente alimenticio de las bebidas fermentadas no debe adoptarse por dato único las sustancias teórica ó generalmente nutritivas que tengan. Así, el carbono del alcohol carece de utilidad como alimento, porque no sufre en el organismo la combustión fisiológica. En cuanto á la sidra, la perada, la cerveza y el vino, sus irrisorias cantidades alimenticias tómanse con una cantidad inútil de agua y con otra dañosa de alcohol.

Es perfectamente lógico y se halla al alcance de todas las inteligencias este razonamiento del doctor Falp, Presidente de la *Liga Vegetariana de Cataluña*:

«La acción inmediata que ejercen estimulando el organismo las bebidas alcohólicas y que el vulgo cree alimenticia, es todo lo contrario, pues nunca el alimento puede producir un efecto instantáneo.

Basta para comprender que esta acción estimulante no tiene nada que ver con la alimenticia, examinar el tiempo y los trámites por que ha de atravesar el alimento una vez

ingerido para llegar á reparar las pérdidas nutritivas en el seno de nuestros tejidos, acción completamente silenciosa, casi tanto como una buena digestión normal, nunca conseguida por los intemperantes á quienes siempre pesa la comida ó la bebida».

Con frase exacta dice Biltz en su Fisiatria que el vino es alimento, pero un *alimento falso*.

La apariencia de gordura que suele dar el uso continuado del alcohol, no prueba su fuerza alimenticia. Se ha advertido muy bien que siendo menor entonces la actividad funcional del organismo, éste consume menos; disminuyen la asimilación y desasimilación, y si prosiguen los mismos, los ingresos se acumulan en los tejidos. Además, el alcohol, absorbiendo el oxígeno, dificulta la quema de las grasas. En estas, por último, se transforman las sustancias albuminóideas, por efecto del alcohol, imperfectamente elaboradas.

La acción de alimento de ahorro que durante muchos años la medicina atribuye al alcohol, modernas experiencias permiten asegurar que no es sino un verdadero envenenamiento del protoplasma, ó sea de la materia viva. Engorda á la manera que engorda el arsénico. A la vez que facilita á la grasa el acumularse en los tejidos, ataca á los elementos encargados de utilizar las sustancias nutritivas; como gráficamente dice un autor: «lleva el combustible á la máquina, y á la vez la pone fuera de servicio».

Que el alcohol no representa una economía en nuestra organización, que su entrada en el organismo no constituye un verdadero aumento en sus ingresos, pruébase, dice el señor Muñoz Ruiz de Pasanés (1), por el hecho de que «estimula todos los elementos celulares, especialmente el glandular, nervioso y vascular; y al estímulo sigue el aumento de función, y al aumento de función mayor consumo de los principios inmediatos de que se valen los órganos para entrar en actividad, y que son distintos en cada uno de ellos y el alcohol no puede facilitárselos».

No ser en verdad alimento se ha deducido de la repugnancia que á él sienten los animales. Tampoco gusta á los niños. La primera vez que se bebe, por la influencia del ejemplo, por espíritu de imitación, por obediencia á los mayores, por curiosidad, por no ser menos que los otros, por las falsas ideas acerca de sus ventajas, ó por otra causa cualquiera, se experimenta un sabor desagradable, que sólo con la repetición de actos desaparece.

El que los bebedores tengan de ordinario pocas ganas de alimento no prueba que los alimente el alcohol. Su escaso apetito compararlo graves autores á la anovexia habitual de los afectados de gastritis, no siendo sino una aberración de la sensibilidad de la muco-

(1) Influencia del alcoholismo en la degeneración de la raza latina.

sa. No se les quita el hambre; se les adormece la facultad de sentirla.

El jugo de la uva antes de fermentar es de gran importancia alimenticia; pero no así después; porque las sustancias saludables ó desaparecen del todo ó se reducen á la mínima expresión, si se exceptúan el agua y ácido málico en cantidad insignificante. No quedan en el zumo fermentado ni glúten ni goma, de albúmina y azúcar resta poquísimo, y de tanino, ácido tártrico, fósforo, potasa y azufre, no llega á la mitad. En cambio, después de la fermentación existe el alcohol, el ácido enaístico y el acético, que no tenía la uva. Se ha dicho con razón sobrada que llamar al vino jugo de la cepa, es tan inexacto como llamar á la ceniza madera; y que, habida razón de las escasísimas materias nutritivas que permanecen en él, beberlo para alimentarse equivaldría á montar una fábrica para extraer el oro disuelto en las aguas del océano. Y conviene no dar nunca al olvido que el irrisorio valor alimenticio del mosto fermentado se anula por la presencia del alcohol.

Las bebidas llamadas higiénicas, advierte el Dr. Ruissen (1), «contienen, es verdad, sales, glucosas, tanino, etc.; sustancias todas realmente alimenticias; pero en tan corta cantidad, que antes de sacar de ellas provecho, hay que hacerse alcohólico: pequeño beneficio y daño considerable».

(1) *L. enseignement médical de l'Anti-Alcoolisme.*

El vino, además del alcohol amílico, ciertamente en cortísima cantidad, en 1 por 1.000 respecto del etílico, contiene alcohol etílico, glicerina, ácidos libres, (racémico, tartárico, acético, málico, tánico, glúcido, succínico, láctico, carbónico, butírico, propiónico), azúcar, tanino, tartratos alcalinos, materias colorantes, cloruros, sulfatos, fosfatos y ciertos éteres á que se debe el llamado *bouquet*. Algunos creen que contribuye á reparar las pérdidas del organismo por sus sales; pero basta saber lo pequeño de la cantidad de éstas—4 á 5 gramos por mil—para que se comprenda á primera vista qué escaso poder de nutrición será el suyo.

El vino es producto de las uvas; pero el hijo vale mucho menos que el padre. De las buenas cualidades alimenticias de éstas, no se deduce la de aquél. Para afirmarlo no hay sino comparar sus respectivos carbohidratos, sustancias que, como es sabido, transformadas en maltosa y en glucosa después, son los manantiales de fuerza. Como puede verse en R. E. Strittmater (1), la cebada contiene, p. ej., 66'64 por 100 carbohidratos, y la cerveza sólo unos 10 por 100. El resto se ha transformado en alcohol, en la proporción de 3 y medio á 4 por 100. Las uvas contienen de 14 á 20 por 100 azúcar de fruta. De éstos quedan en el vino sólo unos 0'20 por 100 y de 7 á 16 por 100 alcohol.

(1) Vegetarismo ó carnivorismo.

Citemos otras cifras: 100 kilos de una clase determinada de uvas contienen 600 gramos de albúmina; 17'90 kilos de azúcar de fruta, 2'40 kilos de ácidos varios y 500 gramos de cenizas. De estos 100 kilos de uvas obtiéndose 55 kilos de zumo exento de alcohol. La pérdida en substancias alimenticias, debida á la prensadura, es la siguiente: 63'30 por 100 albúmina; 46'50 por 100 azúcar de fruta; 23'30 por 100 ácidos, y 18 por 100 cenizas.

De todas suertes, la combustión alcohólica no da más que calor, mientras que, según demuestran los químicos modernos, la combustión de las materias nutritivas en el organismo conserva también la actividad de las fibras musculares y de todos los elementos precisos para formar la substancia asimilable del tejido orgánico; lo cual impide el alcohol, así como la oxidación y transformación de los tejidos á causa del gran consumo de oxígeno. Se ha observado muy ingeniosamente que si el valor alimenticio del alcohol correspondiese á su valor combustivo, alimentarían más los de mayor graduación, como el amílico y el propílico. Es también axiomático que para que una materia sea nutritiva no basta que pueda oxidarse en el organismo; se requiere que sea capaz de formar protoplasma; lo cual no puede decirse del alcohol.

A tres grupos pueden reducirse las materias nutritivas del organismo humano: cuerpos albuminosos, grasa é hidratos de carbón.

De estos elementos carecen ó son pobres en extremo las bebidas alcohólicas. Aunque no se las considere como simples estimulantes, aunque se vean en ellas cualidades propias de los elementos nutritivos, no se las debe colocar entre éstos, por ser venenosas y por dañar el funcionamiento de los órganos.

Para conocer si el alcohol puede nutrir el cuerpo humano, basta notar que éste no es más que el desarrollo de una célula, y que el protoplasma celular no ofrece esencial discrepancia en los organismos vegetales y en los animales, y lo que vulnera un órgano daña sus más íntimos componentes. Ahora bien, en el trabajo *El juicio de la ciencia sobre el alcohol*, del doctor inglés Gornzan, puede verse que los doctores Carrod, Dogiel y otros han demostrado que el alcohol es un veneno para el protoplasma, del mismo modo que lo son la quinina, la nicotina, ó el opio, siendo su efecto el de retardación ó destrucción de la motilidad de estas células, y de parálisis en cuanto á su proliferación. El Dr. Rigge halló que una parte de alcohol, diluída en cien partes de agua, aniquila la simiente de berros, consintiendo á lo más un principio de germinación. Cantidades menores, hasta 0'01 por 100 —una gota de alcohol mezclada en 10.000 gotas de agua—retardaron manifiestamente el crecimiento y asimismo impidieron la formación de la clorofila, de modo que las plantas palidecieron. Presentó á la British Medical

Association fotografías de dos vástagos de geráneo, originarios de una misma planta, los que en igualdad de circunstancias fueron regados, el uno con agua simple y el otro con agua que contenía una solución del 1 por 100 de alcohol. Seis meses después, el vástago «bebedor moderado», no había alcanzado ni la mitad de su desarrollo normal, siendo su aspecto pálido y raquítico. El señor B. K. Richardson comprobó que una parte de alcohol en 4.000 de agua tenía la propiedad de exterminar las medusas de agua dulce. Ridge descubrió que el alcohol en dilución de 1 por 20.000 extinguía la vida de las dafnias (pulgas acuáticas), que como abstemias alcanzaban larga vida. El desarrollo de los renacuajos de las huevas de rana fue manifiestamente impedido por una dilución del 1 por 10.000. Frere y otros han demostrado que huevos de gallina, incubados por ambiente infestado con las emanaciones del alcohol, produjeron polluelos sujetos á ataques epilépticos y que sólo vivieron un par de meses.

Cuando se dice que el alcohol es uno de los alimentos más importantes, es preciso ver de dónde se extrae el alcohol más fino y encontraremos que es el trigo. El grano de trigo encierra las substancias nutritivas más importantes, pero bajo sus formas naturales ó primitivas, de las que el cuerpo debe desprenderlas por el acto de la digestión. Si facilitamos ó evitamos ese trabajo al cuerpo, siem-

pre es en perjuicio suyo. Vemos, pues, que no es más que una falsa conclusión la que impulsa á los bebedores de alcohol á tener lástima de la vida simple y sencilla de los que siguen el método natural.

Para convencer de que éste no es alimento sino veneno, basta una observación muy sencilla; las materias alimenticias, por mucho que se concentren y se intensifiquen, no dañan; el alcohol puro produce efectos mortales, que solo se aminoran, ó se perciben menos, gracias á su mezcla con el agua.

Los alimentos reparadores son los azoados, porque teniendo la misma composición del cuerpo humano, aseguran la propia transformación y bastarían á sostener la vida renovando los tejidos. En este número no puede contarse el alcohol, que carece de ázoe. He aquí la proporción de albúmina que contienen diversos alimentos y bebidas, según la escala descendente establecida por Payen y Dujardin-Beaunetz:

Sardina (al aceite)	36
Bacalao salado	31
Queso de Gruyere	30
Habas	29
Habichuelas, lentejas	25
Anguila de mar, raya	24
Caballa, carpa.	23
Carne de matadero (sin hueso)	20
Queso de Brie.	15

Pan de trigo duro (harina de).	14
Ostras, lenguado, salmón y arenque . . .	13
Huevo	12
Chocolate	10
Pan blanco de París	7
Leche, higos secos, castañas.	5
Hongos.	4
Arroz	3
Patatas, zanahorias.	2
Bebidas	{ Sidra de peras, café negro (in- fusión 1 por 10 de agua). . 1 Cerveza fuerte. 0'40 Vino 0'10 Aguardiente. 0'

Además de las sustancias albuminóideas ó azoadas que, por formar nuestros tejidos, se llaman alimentos plásticos, hay los alimentos que, conteniendo cuerpos grasos ó hidratos de carbón, se apellidan dinamógenos, por producir el calor necesario para el trabajo interno. Veamos la escala que acerca de esta última cualidad de las diversas sustancias ingeridas, determina la ciencia por la pluma de Hanus en sus *Leçons sur l'alcoolisme*:

	Hidr. de carbono.	Grasa.
Arroz.	76 %	1 %
Leguminosas	55 á 56	—
Frutos secos	55'5	—

	Hidr. de carbono.	Grasa.	
Pan. (de trigo candenal.	51	—	
(de centeno	48	—	
Patatas	21	0'1	
Quesos	2	23 á 24	
Huevos	0	12	
Carnes	de vaca	1'7	3 á 5
	de carnero	1'7	4
	de ternera	1'6	2 á 5
	de cerdo	1'2	6 á 7
	de aves de corral .	1	1'5 á 2'5
Leche de vaca.	5 á 6	4	
Pescados.	Anguila	0	23
	Carpa	0	3
Cerveza.	3 á 6	—	
Burdeos.	2 á 5	—	

Aún exagerando cuanto se quiera la importancia de los elementos de nutrición que al vino pasan y dando por supuesto que el alcohol en él formado no los inutilizase, el precio que en el comercio alcanza, bastaría para calificarlos de carísimos, de modo que sería locura pretender alimentarse con ellos, habiéndolos mucho más baratos.

Es muy instructiva la comparación que el doctor Legrain, en su libro *Un fléau social: L' alcoolisme*, forma del precio del valor nutritivo del vino y del de varios alimentos; y claro es que si en vez de vino se tratara de bebidas destiladas, el respectivo valor de és-

tas habría aún de disminuirse más del doble. Suponiendo que, según al escribir sucedía, valiese medio franco el litro de vino, dice: Por fr. 0'50 tenemos exactamente un gramo de materia alimenticia.

Por el mismo precio se compran dos kilogramos de leguminosas (ó sea 540 gramos de materias plásticas y 900 gramos de sustancias carbonadas);

O dos kilogramos y medio de pan (ó sea 170 gramos de materias plásticas y 1.125 gramos de sustancias carbonadas);

O 7 kilogramos de patatas (ó sea 150 gramos de materias plásticas y 825 gramos de sustancias carbonadas);

O 250 gramos de queso (147 gramos de materias plásticas y 12 gramos de sustancias carbonadas);

O 250 gramos de carnes de primera calidad (con 50 gramos de materias plásticas y 27 gramos de sustancias carbonadas);

O 6 huevos (con 50 gramos de materias plásticas y otro tanto de sustancias carbonadas);

O 2 litros de leche (con 100 gramos de materias plásticas y 120 gramos de sustancias carbonadas);

Lo que del vino se dice débese, con escásima diferencia á favor de ellas, decir de las otras sustancias fermentadas menos alcohólicas.

La cerveza contiene menos alcohol que

otras bebidas embriagantes. No por eso es inocente y sin peligro. Esa condición misma sirve de causa para que se beba más, haciendo así la mayor cantidad de líquido idéntico perjuicio que el alcohol reconcentrado en cantidad menor. Verdad que posee más alimentos nutritivos; pero ni son tantos como generalmente se juzga, ni está compensado su valor con el alto precio á que se paga. Bajo la apariencia de bebida alimenticia é inócua, el alcohol, mediante la cerveza, penetra en casas donde sin esa máscara engañosa sería rechazado.

Aun siendo la más nutritiva de las bebidas fermentadas, contiene en cinco litros menos sustancia alimenticia que el pan que se puede comprar ordinariamente por diez céntimos. Se observa que, desde el punto de vista del efecto producido relativamente á la alimentación, el precio de muchos artículos está en razón inversa de su valor de nutrición. En el mercado de Francia se calculaba hace pocos años que tres litros de cerveza de la más barata cuestan lo que una libra de carne, la cual tiene tanto poder nutritivo como 50 litros de cerveza; y la diferencia es mayor si se establece entre esta bebida y las legumbres secas.

El Barón Von Liebig, catedrático de Química de la Universidad de Giessen, dejó escritas estas palabras:

«Puede probarse con exactitud matemática,

que la cantidad de harina que puede cogerse en la punta de una navaja es más nutritiva que diez litros de la mejor cerveza de Baviera.

Que la persona que consume diariamente dicha cantidad obtiene en un año exactamente el alimento de un pan de cinco libras ó de tres libras de carne».

Se ve cuán impropriamente á la cerveza en los países donde se gasta mucha se la llama *pan líquido*, sabiendo que un litro de la más nutritiva alimenta menos que un centímetro cúbico de queso, según cálculos de Valet.

Claro que si el vino y hasta la cerveza no merecen considerarse como alimentos, siendo para ello la principal causa la presencia del alcohol, menos consideración, si es que menos cabe, habrán de merecer el aguardiente y los licores; porque en las bebidas fermentadas todavía permanece, aunque en porción merma-dísima, algo del alimento que había en las frutas de donde traen origen; pero en las espirituosas no hay sino agua y alcohol.

Según con frase exacta expresaba doña Elisa Pérez en su libro *La temperancia*, «el dinero gastado en las bebidas alcohólicas no sólo es tirado, sino entregado al enemigo de nuestra salud para que la mine y la aniquile». Es evidente por lo menos, que suprimiéndolo de la cuenta de gastos en una familia ó invirtiendo su precio en cualesquiera alimentos provechosos, obtendríase, en frase de Víctor

Delfino (1), «positivos beneficios pecuniaros».

Para terminar conviene advertir que cuando se niega el valor alimenticio del alcohol es propiamente en relación con los verdaderos alimentos y con los daños mucho mayores que al organismo causa, no compensados por el poco bien que para repararlo produce. Si falta al cuerpo el combustible alimenticio apropiado, puede quemar alcohol, obteniendo algún calor y fuerza, aunque en mucha menor cantidad que si se emplearan verdaderos alimentos, y gastándose y perjudicándose grandemente. Es, dice J. Hericourt (2), como si á falta de agua se hiciese andar una turbina con ácido sulfúrico.

Adviértase además que al tratar del coeficiente alimenticio del alcohol, se le considera no como medicina en relación con un enfermo, sino tomado usualmente por un organismo sano. A este propósito es digno de no omitirse lo que escribió Brugués (3):

«Los autores competentes en esta materia afirman que, de una manera general, puede decirse que el alcohol no tiene valor alguno como alimento. Así lo han demostrado numerosos experimentos.

Sin embargo, enseña la experiencia que en estado anormal del organismo, las cosas pue-

(1) El alcoholismo y sus efectos.

(2) Los mandamientos de la Higiene.

(3) Química.

den ser muy diferentes. La pérdida de fuerzas de los enfermos, que apenas resisten los alimentos ordinarios, puede ser detenida dándoles vino ó champagne. Explícase esto considerando que en los cuerpos enfermos y debilitados, que difícilmente asimilan los hidratos de carbono, las grasas y las substancias albuminóideas, el alcohol, materia que se oxida más fácilmente que las citadas, mantiene el calor y la fuerza vital. En resúmen: para un cuerpo sano, el alcohol no es alimento.»

La *Revue des Revues* hizo una encuesta para averiguar lo que opinaban los más distinguidos médicos é higienistas franceses acerca del valor nutritivo del alcohol; y casi todos se pronunciaron contra él de la manera más enérgica. Lo propio resultó de semejante indagación, aunque no con tal mayoría, en España. Opinando así los sabios y manifestando sus opiniones, gran bien hacen, verdadera obra social para desilusionar al pueblo y quitarle el infausto prejuicio de conceder importancia alimenticia á ninguna bebida alcohólica.



IV

El alcohol no ayuda á la digestión

MENTIR siempre, escribe J. Reinach (1), es uno de los caracteres propios del alcohol. Todas las partes que en el organismo invade, están convencidas, digámoslo así, que desempeña una labor contraria á la que verdaderamente realiza: ilusión particularmente peligrosa, porque el primer efecto, producido casi mecánicamente, confirma ó parece confirmar las promesas. Dice al estómago: Yo acelerero la digestión; y lo que hace es entorpecerla y retardarla.

Momentáneamente ciertos licores llamados digestivos, tomándolos después de comer, quitan el sentimiento de molestia que acompaña á toda digestión perezosa. Es cierto. Pero el fenómeno consiste tan sólo en la paralización de la sensibilidad. Realmente, la digestión se

(1) *Contre l'alcoolisme.*

ha paralizado. Se necesitarán algunas horas para que el entorpecimiento causado por el alcohol desaparezca. Lo cual, repara Tripier (1), «antes de haber sido observado directamente, podía haberse previsto teniendo en cuenta la propiedad al alcohol reconocida de interrumpir las fermentaciones».

Nadie niega que el alcohol poco concentrado, muy diluído, en mucha agua, excita las propiedades funcionales de la mayor parte de los elementos anatómicos con los que se pone en contacto, verificándose muy pronto la absorción en el aparato gastro intestinal, de suerte que una dosis de 50 gramos de alcohol al 45 por 100 ingerida en un hombre de 75 kilos se diluye casi inmediatamente. Pero de aquí no se deduce que en esta forma no perjudique á la digestión; porque si cuanto más diluído menos daña á la mucosa digestiva, en cambio es absorbido más completamente, y á la par, observa Triboulet (2), «la gran cantidad de agua ingerida debilita la resistencia del organismo».

Cierto, el alcohol, al principio de tomarse, parece activar el movimiento digestivo. Pero de repetidos experimentos resulta que una disolución de alcohol, aunque sólo sea al 2 por 100, retrasa la peptonización; al 14 por 100 apenas deja señales de peptona y al 20 perjudica notablemente la digestión. Un alcohol de

(1) *La vie et la santé.*

(2) *Physiologie de l'alcoolisme.*

muchos grados, escribe Dubois (1), «provoca en el estómago solamente la secreción de un líquido neutro, ó débilmente alcalino, albuminoso».

Hasta concediendo que la acción caústica del alcohol, análoga á la de la pimienta ó de la mostaza, contrayendo las paredes musculares del estómago, facilita el trabajo de este órgano, sólo se producirá efecto útil con muy pequeña dosis, y aun eso, escribe Baudrillard (2), «usándolo raramente ó, mejor dicho, por excepción: Bajo la acción de las copitas tomadas después de cada comida, manifiéstanse especiales perturbaciones del estómago, quedando gravemente alterada la mucosa, así como los jugos que segrega; de suerte que el uso habitual del alcohol como digestivo trae infaliblemente ó el abarquillamiento del órgano ó la dispepsia, cuyos signos más notables son: las náuseas, sobre todo por la mañana, la pérdida del apetito, la lentitud de las digestiones, etc.»

Hay que reconocer que debido á la excitación funcional refleja de los elementos glandulares de la mucosa y á la congestión de la misma, la acción local del alcohol sobre el estómago se traduce en aumento de los jugos digestivos, así como la mayor actividad contráctil de las fibro-células de la capa muscular da mayor rapidez al acto de la digestión. No se

(1) *L'Alcool.*

(2) *Histoire á une bouteille*

sigue de ahí, sin embargo, que ésta sea realmente favorecida, razonan los médicos Piga y Marinoni (1); pues la exageración de los fenómenos referidos—congestión de la mucosa, secreción de jugos digestivos y actividad contráctil de la capa muscular,—pasando los límites normales del tono fisiológico, entra en el concepto patológico. Por otra parte, en la mayor cantidad de jugos gástricos producida por el alcohol se nota disminución de los elementos verdaderamente digestivos; lo cual se explica, porque la hiperhemia glandular de donde proceden, es verdadera congestión, pero no activa, sino pasiva, «con estancamiento sanguíneo, por dilatación vascular paralítica, de donde resulta lentitud circulatoria de los plasmas intercelulares y agotamiento rápido de los materiales de nutrición aportados á la glándula y que ésta ha de utilizar para la elaboración de sus especiales jugos». La sobreactividad contráctil de la capa muscular no es favorable á la digestión, según pudiera creerse. Además de la paresia más ó menos acentuada, de que va seguida, «determina en los distintos tramos del tubo digestivo la expulsión prematura de materiales á medio digerir, que van luego á irritar con su presencia el tramo siguiente, sobre añadiendo estos fenómenos irritativos á los ya producidos directamente por la acción local del alcohol».

(1) Las bebidas alcohólicas.

Sabios de gran renombre no ven en la estimulación músculo-nerviosa y en la secreción mucosa abundante producidas por el alcohol nada que á la digestión favorezca sino el testimonio de la defensa instintiva de la víscera contra el agente irritante, como se observaría también ingiriendo un ácido.

Se ha ponderado como una de las ventajas del alcohol su poder antipútrido por su acción coaguladora de los principios albuminosos. Pero, diremos con el médico Challan de Belval (1), «no hay vida sin fermentación, ni fermentación sin descomposición. Por tanto, si el alcohol, coagulando la albúmina, al retardar las fermentaciones naturales, dificulta que se descompongan los productos naturalmente gastados y consumidos, es atentatorio á la vida». Lo cual aparece claro desde luego en lo que á la digestión se refiere, que no es más que una serie de descomposiciones orgánicas por fermentación.

Puede ser cierto lo que algunos dicen de que en varios casos pequeñas cantidades de bebidas alcohólicas tomadas después de la comida favorecen la digestión. Obrarían entonces como medicina, y á los médicos se habría de acudir para que las recetasen cuando las creyeran convenientes. Tener por norma general lo que raras veces ocurre, no está conforme con la lógica; y es ocasionado á que, variadas las circunstancias, no se produzca el

(1) *Les dangers de l'alcoolisme.*

buen efecto apetecido y realizado en otras ocasiones.

En un artículo del doctor W. Coroleu hemos leído que «los licores finos obran maravillas en los estómagos de ciertos dispépticos». No es eso ni ordinario ni frecuente. Muy de otro modo, el gran número de dispépticos que en nuestros días se ve, atribúyenlo los médicos al uso del alcohol. «Si de la alimentación diaria se le suprimiera radicalmente, dice uno de ellos, Legrain (1), el 50 por 100 de las dispepsias se acabarían».

Tratando el doctor Sentillon, en su obra «La digestión» (2), acerca de si son perjudiciales tales bebidas á los que sufren de digestión y nutrición defectuosa, observa que aun cuando la debilidad y languidez, que en tales casos suelen constituir una dolorosa realidad, se alivian por el momento con el uso de estimulantes alcohólicos, el organismo no recibe ningún material para la reparación de los tejidos gastados, y tan pronto como el efecto de la excitación nerviosa ha cesado, se manifiesta una especie de colapso general. «La fuerza que las bebidas alcohólicas dan al débil dispéptico, no es sino una ilusión que hace daño en varios conceptos. Por un lado agota el resto de potencia vital del organismo sin ninguna ventaja adecuada. Por otro lado engaña al paciente y su médico; al paciente, dotándole

(1) *Un fléau social.*

(2) Pág. 310.

momentáneamente de fuerzas que en realidad no posee y ocultándole su verdadero estado; al médico, persuadiéndole que ha dado vigor cuando realmente ha gastado fuerza vital, estimulando el sistema nervioso. En una palabra, cuando el paciente está débil, postrado, incapaz de cumplir con las obligaciones de la vida, vale mucho más que se conozca y reconozca el estado real del organismo para combatir sus causas concienzuda y científicamente, que, al contrario, la situación se ponga oscura por el uso de un estimulante alcohólico cualquiera.

«Además, la observación ha demostrado á mí y á otros que el influjo directo del elemento alcohólico sobre los órganos digestivos del dispéptico confirmado, es á menudo pernicioso, probablemente por el exceso de estimulación é irritación que produce en unos órganos ya desarreglados y enfermos. De esta regla hay muy pocas excepciones. La administración de bebidas alcohólicas agrava muy frecuentemente el estado de perturbación de los órganos digestivos, aumentando la formación de uratos y otras sales mórbidas en la orina ó perpetuando su presencia. Tan convencido estoy de este hecho que no vacilo en decir que los más de los individuos, cuya orina es invariablemente turbia después de la digestión, se hallarán mejor sin ningún estimulante alcohólico hasta que su digestión esté restituida á su estado normal».

Ha de confesarse que en los distintos pareceres sobre la acción fisiológica del alcohol en el estómago, influye la distinta manera de reaccionar de éste, según el sistema nervioso de ciertas personas. De las experiencias de Carnot (1), resulta que, «mientras en presencia del alcohol algunos estómagos reaccionaron con exceso dando un líquido hiperpéptico é hiperácido, en otros la reacción fue escasa ó nula sin que el líquido producido fuese ácido ni dotado de actividad péptica».

De todas las excelencias que el alcohol falsamente se atribuyen una de las que más se le han creído es ésta de ayudar á la digestión. Los sabios, no obstante, cada día pronunciándose con más claridad, decisión y energía contra los engaños de las bebidas alcohólicas, van desilusionando é instruyendo á las muchedumbres.

Una autoridad tan indiscutible como don Santiago Ramón y Cajal escribió en un trabajo acerca del «uso del vino en las comidas». «Se ha creído por muchos, y en esta ilusión vive todavía la generalidad de las gentes, que el vino es un gran alimento y á la vez un poderoso estímulo de las fuerzas digestivas. Pero la ciencia va demostrando que tales excelencias son mera ilusión».

Al XIV Congreso internacional de Medicina celebrado en Madrid el año 1903, el espe-

(1) *Sur l'épreuve de l'alcool en pathologie gastrique.*

cialista en enfermedades del estómago doctor González Campo presentó una Memoria, donde formula las siguientes conclusiones, á que llegó después de observaciones prolijas en individuos sanos y enfermos, usando de la comida de prueba con ó sin alcohol, la que extraía con la sonda pasado algún tiempo:

«1.^a En los sujetos sanos, la ingestión de una moderada cantidad de alcohol mezclado con el almuerzo de prueba de Ewald, ó con una comida mixta, determina siempre aumento en la acidez del jugo segregado por el estómago.

2.^a En los mismos individuos, la ingestión de alcohol integrando las mismas comidas de prueba, en cantidad todo lo que es compatible con la prudencia, da lugar al mismo efecto que las dosis cortas, en lo que se refiere á la acidez, sin que existan diferencias apreciables en el aumento determinado por unas y otras dosis.

5.^a La evacuación del estómago se retarda considerablemente por el empleo del alcohol.

8.^a De este estudio resulta demostrado que el uso del alcohol es altamente pernicioso para la digestión gástrica en el hombre sano, y lo es aún más en el afectado de hiperclorhidria».

La autoridad de los hombres eminentes en saber, que no tienen la credulidad del vulgo, respecto al valor digestivo del alcohol, se fun-

da en ratiocinios que persona desapasionada y que bien discorra es difícil que rechace ó tenga en poco.

Con sólo atender á la acción química del alcohol sobre el jugo gástrico y aplicando á los animales lo que fuera de las condiciones de la vida y aparte del organismo se observa, habríase de concluir que el proceso digestivo se retarda bajo la influencia alcohólica; pues ésta en el pesalicores del químico precipita del jugo gástrico la pepsina, privándole del principal elemento para la digestión de las sustancias albuminóideas, según notan los profesores en el Laboratorio de Fisiología de la Universidad de Módena, Ronchi y Salvioli (1).

Ni en cantidad mínima facilitan la digestión las bebidas alcohólicas, según demuestran las experiencias más recientes: al aumentar la secreción de la hiel, disminuyen las fuerzas digestivas, dañando al fermento del almidón y de la albúmina y perjudicando al de la grasa.

No es para pasar en silencio que á poco que se use del alcohol el ácido clorhídrico reemplaza al jugo gástrico disminuido, tan necesario para la digestión

Poderosa razón contra la acción digestiva de las bebidas alcohólicas es también que una parte del alcohol dentro del tubo digestivo se

(1) *Studio critico-sperimentale in torno all' azione fisiologica dell' alcool.*

transforma en ácido acético y acetatos; lo cual se comprende teniendo en cuenta que en el estómago existen esporos del «mycoderma» del vinagre.

El alcohol obra en el estómago como verdadero cuerpo extraño. Es allí un estorbo, en lugar de una ayuda.

Como muy bien anota V. Amat (1), el estómago «gasta sus fuerzas en la digestión del líquido ingerido». De manera que éste, lejos de ayudarle á digerir las demás substancias, le crea dificultades para ello.

El doctor Bienfait da tres razones de cómo el alcohol en cualquier forma que se tome, no ayuda á la digestión: 1.º porque la excitación que origina, impide el buen funcionamiento de los músculos estomacales; 2.º porque después de haber irritado las paredes del estómago las anestesia; y 3.º porque estorba la acción del jugo gástrico.

Lejos de aprovechar el alcohol para la digestión, le es dañoso, perjudicando al órgano de la misma; pues, en advertencia de Vulpian (2), «determina alteraciones, pasajeras ó durables, en las células de las glándulas peptisíferas, en los músculos del estómago y en las paredes del vaso de este órgano. Provoca perturbaciones musculares en la mucosa gástrica, ora modificando, por intermedio de la circulación, las extremidades periféricas de

(1) Higiene de las bebidas.

(2) «*Les vaso-moteurs*», vol. J.

los nervios vasomotores, ó los plexos ganglionares interparietales, ó el ganglio del simpático torácico abdominal, ó las partes del mielencéfalo relacionadas con las extremidades centrales de aquellos nervios; ora por acciones reflejas que dan lugar á constreñimientos ó á dilataciones vasculares; ora, en fin, por consecuencia de lesiones que produce en el hígado».

Conocido es de todos el poder del alcohol para conservar las materias orgánicas deteniendo su descomposición; y de ahí las mil aplicaciones útiles á que se le destina. Ahora bien, ¿perderá esa virtud al pasar al estómago? Y entonces, ¿no dificultará el que se descompongan los alimentos dejándolos sin digerir?

La virtud deshidratante que todo alcohol posee, es otra causa de dificultar las digestiones. En frase de Pouchet (1), «muestra gran afinidad con el agua». Es ávido de ella: donde se infiltra, la absorbe. La hace desaparecer como un estío abrasador agota las fuentes. En contacto con la mucosa del estómago, la seca; y como lo mismo animales que plantas necesitan determinada cantidad de agua, y los fenómenos de la nutrición requieren cierta dosis de ella en las células, á medida que la consume el alcohol se vuelve la digestión perezosa, se hace mal y acaba por interrumpirse, se

(1) *Leçons de pharmacodynamie.*

gún lo comprueba la disminución creciente de la urea y del ácido úrico.

Agua es lo que necesita nuestro estómago, para que desde allí parta á las innumerables células del cuerpo. Si se las baña en agua alcoholizada, funcionan muy difícilmente. No hemos sido hechos para vivir en un medio rico en alcohol. «Regad las plantas con vino, escribió H. de Parville (1), y las veréis perecer muy pronto. Nuestra célula elemental no es menos sensible que la célula vegetal á estos riegos intempestivos é impropios».

El famoso general Gallieni refiere (2), que por no beber agua mala durante sus excursiones bélicas, recurría al vino y á la cerveza; lo cual le echó á perder el estómago, no curándose hasta que renunció á toda bebida alcohólica. En Sudán el agua que bebía solía proceder de arroyos pantanosos y tenía olor muy poco agradable; en Tonkín sólo tenía la de los arrozales y de las charcas que encontraba en el curso de las operaciones; en Madagascar, la de Tananarive y otras localidades, donde pasa por detestable. Pero, escribió él, «más vale un agua mala que un vino bueno».

Experimentaciones imparciales, serias y verdaderamente científicas han dado por conclusión que si el alcohol, tomado en gran cantidad y muy concentrado, coagula el moco gástrico y destruye la pepsina deteniendo la

(1) *L'eau et l'alcool.*

(2) *Rapport au gouverneur de Madagascar.*

digestión, aun moderando sus dosis retarda la peptonización ó sea la transformación de ciertos elementos en sustancias absorbibles y eliminables. Unos manjares tardan más que otros en digerirse en presencia del alcohol. Se ha visto por algunos observadores que si el título alcohólico de la bebida pasa del 8 por 100 la digestión se torna generalmente pesada, cesando, si excede del 15, para las sustancias albuminóideas como la carne y, si excede del 22, para los alimentos feculentos como los farináceos.

De concluyentes califica el Dr. Mestres Miguel (1) las observaciones efectuadas por Buchner en digestiones artificiales y naturales, extrayendo el jugo gástrico en diferentes tiempos por medio del sifón estomacal, llegando á los siguientes corolarios: «Si el alcohol ingerido es entre el 10 y el 20 por 100 del peso del contenido estomacal, la peptonización se verifica con más lentitud que ordinariamente; y si pasa al 20 por 100 detiene por completo la digestión, hasta el extremo que en una digestión artificial después de 150 horas no había tenido lugar la peptonización.»

El ilustre profesor inglés Edwards, en su libro «Nuestro laboratorio», presenta varias experiencias fáciles de realizar por cualquier persona, de las que se deduce no ser el alcohol sino todo lo contrario de un digestivo. Así

(1) El vino y el alcoholismo crónico.

echando trozos de sal ó de azúcar en una probeta que contenga agua y en otra con alcohol, se les verá pronto disueltos en la primera, mientras que en la segunda permanecerán intactos. Y si en la probeta donde la sal se disolvió se mezcla una pequeña cantidad de alcohol, al momento la sal, disuelta ya, principará á caer como un polvo blanco en el fondo. Lo propio ocurrirá empleando cal, para ver el diferente efecto del agua y del alcohol. Si en un frasco de agua se pone miga de pan y después de tapanlo se le agita, al poco tiempo estará reblandecida y en parte licuada; pero como esto se haga en uno de alcohol, aunque mucho se le agite, el pan conservará su forma primera y todavía se endurecerá. Lo mismo se notaría introduciendo en dichos frascos carne, pescado ú otros alimentos. Si en un recipiente que contenga agua se pone clara de huevo, el agua la penetra y la ayuda á disolverse; lo contrario de lo que hace el alcohol, que la cuaja y la vuelve dura.

Es famosa la experiencia del gran fisiólogo Bernard: colocó en tres copas, una de agua, otra de vino y otra de coñac, un terrón de azúcar, y se vió que en la primera se disolvía á los quince minutos, en la segunda á los 55 y en la tercera sólo al cabo de dieciocho horas; de donde se infiere que el mejor disolvente de los alimentos es el agua; y que el alcohol, cuanto más concentrado más retarda su disolución. Pero más concluyentes, aunque menos

al alcance del vulgo, son las que realizó comparando los efectos del éter y del alcohol sobre los jugos gástricos.

Los fisiólogos juzgan que hay motivo para creer que lo propio sucede en el estómago; y que la presencia del alcohol, deteniendo allí la hidratación, detiene la digestión también.

Para que los alimentos pasen á través de una pequeña membrana hasta la sangre, á la que asimilándosele fortalecen y renuevan, manteniendo el organismo en la temperatura normal y conservándolo en buen estado, es preciso que estén disueltos suficientemente. Comprenderáse cómo el alcohol embaraza la absorción de las sustancias líquidas por la sangre, con el siguiente experimento: en copas distintas se coloca agua, cerveza, vino y aguardiente; dentro de dichos líquidos hay una hoja de pergamino dispuesta en forma de cono, en la que se echa un poco de permanganato de potasa de color rojo púrpura; inmediatamente observaremos en la primera colorarse el agua, tardará esto en la cerveza, mucho después la sustancia colorante se asimilará al vino y no se le verá penetrar en el aguardiente si está muy concentrado.

Colocando carne bien machacada en un recipiente á la temperatura del cuerpo humano y mezclándola, en la debida proporción, con los ácidos que suministra el estómago, se notará gran transformación después de algunas horas de haber echado un poco de agua: la di-

gestión queda hecha como en el estómago; lo que no sucede si cambiamos el agua por alcohol.

Un periódico francés refería hace algún tiempo un experimento notable hecho por M. Lepine para determinar la influencia del alcohol sobre la digestión. Dió á un perro que pesaba veinte kilos una comida formada de poco más de media libra de carne cocida con dos onzas y media de aguardiente. Cinco horas y tres cuartos después fue matado el perro, y se hallaron en su estómago como doscientas dracmas de carne casi intacta: la digestión había apenas comenzado; la membrana mucosa estaba bajo la influencia de la congestión. El estómago contenía entre cinco y seis onzas de un líquido ligeramente ácido que al examinarlo se encontró ser enteramente inerte y no poseer ninguna actividad digestiva. Experimentos semejantes fueron repetidos muchas veces y con iguales resultados. Antes había realizado experiencia parecida el citado famosísimo Claudio Bernard: dió á dos perros de una misma raza, iguales en talla y tiempo, la misma comida, pero añadiendo alcohol en la de uno; y matándolos después de algunas horas, se vió que la tenía en el estómago sin digerir el que había tomado alcohol.

Sir Henry Holland, miembro de la Real Academia de Medicina de Inglaterra, agudamente repara que para comprobar cómo el alcohol perjudica á los órganos digestivos y en-

torpece la digestión, no tienen los bebedores más que dejar unos días el vino y observarán en sí propios fácilmente la diferencia.

Menos dañoso que los otros alcoholes el sacado del vino, de las experiencias de Linossier para determinar su acción sobre las digestiones péptica y pancreática, sobre la coagulación de la leche por el cuajo y sobre la inversión del azúcar de caña por la levadura de cerveza, resulta que retarda la acción de las diastasas, aumentándose ésta influencia inhibitoria según el peso molecular del alcohol. Más todavía; por lo que se refiere á las sustancias albuminóideas, las conclusiones del doctor Laborde son, que el alcohol etílico ó de uva, detiene siempre su digestión; mientras que el metílico en proporción mínima la acelera. La disolución de las grasas y la acción antiséptica que al alcohol vínico se atribuye, ventajas son que no compensan los perjuicios que la digestión por otros conceptos sufre.

El vino, por tener menos alcohol y más diluído que lo tiene el aguardiente, no es, ni con mucho, tan dañino á la digestión. ¿Podrá decirse que no la perjudica nada? Hasta hay fisiólogos, pocos y cada día en menor número, que juzgan la favorece, tomado, por supuesto, moderadamente, hallándose divididos sobre si es mejor usarlo un poco antes de la comida, y conviniendo en que ha de tratarse de sujetos sanos, sin fístulas gástricas. Dicen que facilita el funcionalismo del hígado; lo

cual es muy dudoso, siendo cierto que á grandes dosis lo perturba y trastorna. Creen que el tanino contribuye á digerir más rápidamente, siendo así que, como escribe el Profesor de Medicina en París E. Lancereaux (1), «su propiedad de coagular las substancias albuminóideas se opone á su absorción». Las materias colorantes del vino se ha demostrado cuán erróneamente se creía que eran favorables á una pronta y completa digestión. Por repetidos experimentos practicados en animales se puede comprobar que el uso del vino no da por resultado una secreción de pepsina proporcional al aumento que se produce de ácido clorhídrico. Con los resultados de la experimentación está de acuerdo la observación clínica.

Fundándose en las experiencias de Richet, según las cuales introduciendo vino en el estómago de algunas personas, el ácido clorhídrico pasaba de 1'4 á 3 ó 4, concluía Mauriac en su libro «La defensa del vino»: «Puédese, pues, afirmar que el vino tinto activa la digestión, en el estado fisiológico; y que es un agente eupéptico». Pero á esto se ha contestado, que, si el vino aumenta la acidez también disminuye el poder péptico del estómago; lo cual le hace singularmente dañoso á los que padecen de hiperclorhidria.

En 1916 la revista española *La Lectura*, á

(1) *Alcoolisme.*

la pregunta formulada en estos términos: ¿El uso moderado del vino en las comidas es beneficioso ó perjudicial para la salud? obtuvo de 76 catedráticos de Medicina 33 respuestas favorables á su uso, 35 contrarias, 9 indiferentes; 5 favorables á su uso en la infancia y 44 contrarias.

Menos alcohol que el vino tiene proporcionalmente la cerveza. No por ello ha de considerárela menos perjudicial á la función digestiva.

La Academia de Medicina de Bélgica en un informe oficial al Gobierno, afirmaba que la costumbre de tomar moderadamente cerveza provoca una indigestión especial; y que bebida habitualmente, aun en dosis no exagerada, predispone al cólico y viene á producir con el tiempo trastornos intestinales, así como también congestiones del pulmón y de la cabeza; y pedía que «substituyera el vino á la cerveza en el régimen de nuestros pueblos».

La cerveza, la sidra y el vino natural, no hallándose adicionados con alcohol ni haciéndose de ellos uso excesivo, si pueden considerarse como inofensivos, escribe Adolfo Coste (1), es sólo relativamente.

(1) *Alcoolisme ou épargno.*

El alcohol no abre las ganas de comer

GRAN CREADOR DE ILUSIONES llamó al alcohol Vanderbelde (1). Una de ellas es que abre el apetito. Si lo abre, decía el célebre doctor Trousseau, es con llave falsa. Ninguna propiedad para ello tiene. Así se explica que su efecto, cuando no enteramente engañoso, sea momentáneo. Mejor que todos los raciocinios nos lo confirma el hecho, que cualquiera puede observar, de que en el aficionarse á él disminuye la afición á los alimentos sólidos. Lo que parece hambre producida por los aperitivos alcohólicos, no es, dice el señor Ferrer y Garín Tejero en una obra que obtuvo el premio de la Sociedad Española de Higiene, sino «la sensación dolorosa consiguiente á una excitación en extremo perjudicial».

(1) *L' alcoolisme et le problème social.*

Las bebidas destiladas y no las fermentadas son las que se usan generalmente para quitar la inapetencia. Así, por ejemplo, la posición á ese efecto destinada con el nombre de vino de quina, ni es vino natural ni contiene quina, sino «unas sustancias amargas más ó menos dañinas», dice L. Minjard (1).

El alcohol que entra á formar parte de las bebidas fermentadas, causa menos daño que el de las destiladas. Entre las últimas el aguardiente, cuando es de vino y ha sufrido la destilación que le corresponde, es la menos peligrosa, porque contiene pocas impurezas y se asemeja al alcohol etílico, que no es tan venenoso. Este sería el menos malo para el consumo, diluyéndolo en agua hasta el grado de concentración conveniente; pero tendríamos entonces un líquido sin perfume y de un sabor á la vez soso y picante. De ahí la imposibilidad de purificarlo sin quitarle también su gusto. No hay, pues, que creer en la pureza de su aguardiente, de que son alabados algunos aperitivos. Aguardientes de *mal gusto* se llama en el comercio á los que no son extraídos del vino; y los nombres con que los apoda el vulgo, advierte E. Nicolle (2), prueban que no se le oculta ser más terribles sus efectos. Aun el aguardiente obtenido no del vino inmediatamente sino del orujo, de las *cascas*, no es tan puro y perjudica más á la salud.

(1) *L' alcool*

(2) *De l'abus des alcooliques.*

Otro argumento que no puede dejar de emplearse contra los aperitivos, es el alto grado de alcohol que contienen. Sabido es que su proporción para cada cien litros, por término medio, llega á 18 en el vermut, 42 en el bitter, 47 en el ajenjo ordinario y 70 en el ajenjo suizo. En la mayor parte de los alcoholes en los que se maceran plantas destinadas á perfumarlos, sus grados suben á 70 y 72.

Aunque la naturaleza de todos los alcoholes es la misma, y no está bien confirmada la ley de Rabuteau, según la cual aumenta su veneno según el punto de ebullición y el número de átomos de carbono, habiendo quien, como E. Arnould, censura el que se dé tanta importancia á las impurezas de los aguardientes comerciales, indudablemente que éstas la tienen muy notable y que son más tóxicos unos alcoholes que otros, aunque no falte en ninguno el veneno. De las clásicas investigaciones de Dujardín Beumetz y de Audige, consta que la dosis tóxica del alcohol etílico ó de vino es 7'75 gramos por kilo de animal; la del metílico ó de madera, 7; la del propílico ó de orujo, 3'80; la del butílico ó de remolacha, 1'80; la del amílico ó de patatas, 1'50. Los alcoholes, por razón de su veneno, hállanse, pues, clasificados en esta escala ascendente: Aguardientes de vino; idem de peras; idem de orujo; alcoholes de remolacha; idem de granos; idem de melaza de remolacha; idem de patatas. Con el alcohol etílico, el me-

nos dañoso, se juntan otros alcoholes que *superiores* se llaman por su más elevado punto de ebullición, en el que precisamente consiste su toxicidad. Es de advertir que la destilación de las sustancias enumeradas y de otras de donde la industria saca alcoholes, da por resultado juntamente ácidos, éteres y aldeídos grandemente venenosos y el furfurol, cuyo veneno es tan enérgico é indudable. En algunos licores, como el *chartreuse* de Tarragona, es seguro que se emplea alcohol de vino en inmejorables condiciones; respecto á la generalidad de los restantes hay más que dudas.

En el aguardiente es fácil distinguir la calidad de su alcohol. No así en los aperitivos; pues las esencias que llevan impiden se conozca si el alcohol es industrial. Sin rectificarlo, sin tomarse ese trabajo, del que tampoco se conseguiría evitar gran parte de daño para los consumidores, puede hacérsele agradable al gusto ó de un sabor especial que no delate su naturaleza. El mismo vermut, que se dice preparado con vino blanco, no lo es, sino, casi siempre, con alcoholes industriales buenos solo para arder, para barnices ó para conservar piezas anatómicas.

El precio tan barato de muchos de los licores excluye á primera vista su origen vínico. Si se hiciera su análisis, no quedaría lugar á la duda. Podría repetirse lo que ante la comisión del Senado francés informó M. Girard, jefe del laboratorio de París: «La cualidad

del alcohol es indiferente á la industria de los licores, porque mezcla en su fabricación sustancias aromáticas que disfrazan el mal gusto original. Por eso los análisis jamás revelan un alcohol satisfactorio. Los que por lo común emplea, están tan poco rectificadas que en sólo un medio litro fácilmente se determina la presencia de ciertas impurezas peligrosas».

No exageraba Legrain (1) al decir que las etiquetas aristocráticas de tales aperitivos son tan dañinas como las democráticas, «diferenciándose sólo en ser más caras». Los licores medio-finos, superfinos, extrafinos, advertía Laborde (2), se diferencian sólo por la fuerza ó la dosis de las esencias que se mezclan al alcohol. En cuánto á éste, «la industria va derecha á su objeto. Desdeñosa con la higiene, emplea los de valor inferior, y, por tanto, de peor calidad; porque sabe que los *bouquets* de las esencias adicionadas impedirán conocer sus defectos».

Hasta se emplean alcoholes desnaturalizados, con una rectificación imperfectísima y conteniendo siempre materias venenosas como el *methylene*. Lo cual se explica, aunque no pueda disculparse, porque la rectificación de los alcoholes industriales, para quitarles sus mayores impurezas, supone largas operaciones costosas y pérdida de alcohol, no compa-

(1) *Un fleau social; l'alcoolisme*.

(2) Informe presentado á la Academia de Medicina de París en 23 de Julio de 1895.

tibles con la baratura de otros competidores en el mercado; y porque al purificar los alcoholes se les disminuye valor comercial, suprimiendo sus respectivos característicos sabores, que los hacen tan apreciables para los dados al vicio de beber y tan engañosos para los que creen que bebiéndolos alimentaránse más.

Aunque así no fuera, aún tratándose de licores cuyo alcohol sea etílico, tuvo razón la Real Academia de Barcelona, cuando en el informe publicado (1) á petición del Concejo provincial de Tarragona, declaró que «rechaza con todo rigor los licores».

Si la borrachera, escribe J. Briand (2), producida por líquidos solamente fermentados como el vino, la cerveza y la sidra, es una verdadera intoxicación caracterizada por la perturbación de la sensibilidad y de la movilidad de las funciones orgánicas é intelectuales, la que producen los licores destilados es más intensa aún «á causa de la mayor proporción de alcohol que contienen y de los aceites esenciales y principios aromáticos más ó menos estimulantes que se asocian, llevando más fácilmente á una embriaguez embrutecedora, determinando un conjunto de lesiones profundas que se convierten en un estado permanente y continuo, el alcoholismo, cuyo término es la parálisis general y la locura».

(1) 16 Marzo 1909.

(2) Medicina legal.

Cuando las bebidas destiladas se adicionan con esencias, destruyen los líquidos encargados de efectuar la digestión de los alimentos en el estómago y en los intestinos. Por eso muy bien *venenos dobles* llaman Jules Denis (1) y otros tratadistas á los aperitivos. Con efecto, amén del alcohol, venenoso siempre y más siendo de calidad inferior ó no procedente de la uva, tienen esencias, naturales, ó sea extraídas inmediatamente de las plantas, ó artificiales, preparadas por los químicos en sus laboratorios. Ambas clases, dice Lance-reaux (2), son perjudiciales; pero más las últimas.

Entre las esencias de los aperitivos y demás licores las hay calificadas de relativamente tóxicas: menta, salvia, melisa, tomillos, oréganos, hinojo, anís, coriandra, comino, enebro, moscada, laurel, áloes, clavo, balsamina, columbo, árnica y sándalo; y otras á las que se ha calificado de tóxicas esencialmente: ajenjo, genepi, hisopo, badiana, angustura, reina de los valles, weintergreen, almendras amargas y ruda.

La esencia de anís, que en tantos licores entra, es de las más mortíferas. Según experiencias de Daremberg, una dosis de ocho centímetros cúbicos basta para matar un conejo de tres kilos. La de *hueso*, empleada en el licor del mismo nombre, es tan dañosa, que una

(1) *L'Enseignement antialcoolique.*

(2) *Intoxicación pour les boissons.*

dosis concentrada de veinte centímetros cúbicos mata á un animal de nueve kilos de peso. La de *vulneraria*, en un licor muy popular, así llamado, comprueban repetidas observaciones que incluye elementos muy propios para excitar terrible convulsión, conteniendo cada litro 1'53 gramos de sustancias, cuya inyección intravenosa provoca ataques epilépticos.

«Nos hallamos muy lejos, decían en un informe oficial los doctores Magnan y Laborde, de la época en que los licores eran compuestos únicamente del producto de la destilación del vino, teniendo en disolución sustancias aromáticas, objeto de largas y minuciosas preparaciones». Fuera de alguna orden religiosa, apenas los fabricantes de licores emplean la destilación directa de los frutos, como las cerezas para el Kirsch, la enebrina para la ginebra, etc., y la maceración é infusión de las plantas. Y se comprende. Cien kilos de frutas, advierte Galtier Boissiere (1), no dan más que cinco de alcohol, mientras que una cantidad igual de granos da cincuenta. De este modo los licoreros honrados no pueden sufrir la competencia de los que se limitan á echar en alcohol industrial una esencia apropiada. A lo sumo, se juntan al alcohol los frutos que le dan el perfume.

La mayor parte de las esencias que se pre-

(1) *L'antialcoolisme.*

sentan como extraídas de las plantas, no son sino producto del empleo de fórmulas químicas. Nadie ignora que la esencia natural de la *reina de los prados* que el vermuth debía contener, suele reemplazarse por el *aldehido* sacílico, sustancia mortal á la dosis de un gramo para un perro de doce kilos. Para el bitter, que se dice hecho con extracto de wintergreen, se emplea en su lugar el salicilato de methylo, que en diez minutos, á la dosis de dos centigramos, mata un perro de catorce kilos; el kirsch se falsifica y envenena con extracto de hulla. Muchos licores que se juzgan sacados de frutas deben su particular aroma al ácido cianhídrico, que es muy venenoso. Aparece verdad lo que atestigua O. Ruysen (1), que el consumidor de aperitivos resulta doblemente engañado, porque, además de dársele un alcohol impuro, toma por esencia natural una artificial «cuyo análisis puede descubrir la fórmula química y la experimentación demostrar la toxicidad».

El ajeno, aperitivo tan de moda, es, en afirmación exacta de Jules Denis (2), el más *pernicioso de todos los licores*. Sin datos ciertos sobre su consumo en España, el de Francia fue creciendo en proporciones aterradoras hasta llegar á 350.000 hectólitros el año 1909. Aun en los ajenos á los que las adulteraciones no añaden mayor toxicidad, hay veneno

(1) *L'antialcoolisme.*

(2) *Aliments et boissons.*

tan fuerte que, siendo uno de los más poderosos el ácido cianhídrico, hecho por M. Bouchardat (1) el experimento de poner peces en copas con cada uno de estos líquidos, murieron más pronto aquellos cuya agua estaba mezclada con esencia de ajenjo.

Multitud de experiencias en diversos animales han verificado sabios de gran imparcialidad como Oadiac, Meunier y Marcé que ponen en clara luz la extremada fuerza tóxica de las esencias de este aperitivo, entre ellas la de hisopo é hinojo, tan en boga.

El conjunto de accidentes fanestísimos que determina, ha recibido el nombre de *absintismo*, de su etimología, que precisamente equivale á *no bebible*, según ya anotó Augusto Voisin (2). Todos los tratadistas de alcoholismo se hallan conformes en que el producido por el alcohol mezclado al ajenjo presenta carácter distinto á los otros y causa mucho mayor daño. Se aumenta éste, repara T. Moreau (3), por la manera de tomarlo los bebedores, quienes poco á poco le van añadiendo agua, con lo que la división de las moléculas y la unión del alcohol al agua se hace más perfectamente, resultando su absorción completa. Si males sin número produce la actual guerra, también debe reconocerse que ha traído el gran bien de atajar los progresos espantosos del alcoholismo

(1) *L' eau de vie et ses a' angers.*

(2) *De l' etat mental dans l' alcoolisme et l' absintisme.*

(3) *De la liqueur a' absinthe et de ses effets.*

en varias naciones. El Gobierno francés tuvo el acierto feliz de prohibir radicalmente el ajenjo, el cual del todo al instante desapareció del consumo público. «Un reglamento de policía, escribe el académico de ciencias Carlos Richet (1), ha hecho en una hora lo que millones de discursos y de frases no habían podido hacer en veinte años».

Por una de las bebidas más higiénicas pasa el *vermut*. Pero hace ya tiempo que Maurin lo calificaba (2) de *ilusión de los bebedores*. Al examinar la fórmula del líquido, aun tal como sólo lo toman las clases ricas, deduce que, á poco que de él se abuse, ha de desorganizar la mucosa intestinal produciendo profundos desórdenes gástricos; y observa que es muy fácil habituarse á tomar con exceso esta bebida amarga, en cuyo caso se abre el apetito, pero no de comida, sino de beber cada vez más. Las esencias con que se la fabrica son tan peligrosas que sólo el respirarlas puede envenenar: de ahí que los talleres de su fabricación deban estar particularmente aireados.

Las del propio *coñac*, al que se considera comunmente una de las bebidas menos dañosas, suelen provenir de la acción del ácido azótico sobre el aceite de ricino, constituyendo veneno tan activo, que un centígramo solo, inyectado en las venas de un grueso perro de Terranova, al cuarto de hora le quita la vida.

(1) *Les réparations nécessaires.*

(2) *Effects funestes de l'abus du vermouth.*

Ni es para pasar en silencio que suelen tomarse los licores aperitivos poco antes de comer, ó entre cinco y seis de la tarde, cuando está vacío el estómago. La Academia de Medicina de Francia (1), señalando el peligro de emplear como aperitivas las bebidas alcohólicas, daba esta razón: «El usarlas antes de comer hace su absorción más rápida y su toxicidad más activa». Los alimentos, principalmente las grasas, sirven como un muro, como una pantalla protectora, que disminuye los ataques del alcohol sobre las cubiertas del estómago al experimentarlos sobre sí mismos y retardan también su absorción, la cual se verifica estando ya más diluído. Pero cuando se halla vacío el estómago la absorción es mucho más rápida y el efecto más dañoso. Entonces, escribe Peserico (2), el alcohol no tiene que trabajar más que sobre la mucosa estomacal y sus secreciones, obrando según las condiciones de éstas y según el grado de su propia disolución». Por eso, dice Morín (3), que «no es peor tomar tres copas de coñac después de la comida que una en ayunas. Lo que, por antífrasis, sin duda, se llama un *aperitivo*, produce dos efectos perniciosos: irritación intensa en el estómago y, como consecuencia de la absorción inmediata, acción enorme sobre el cerebro». Ya se sabe que de

(1) Sesión de 2 de Marzo de 1903.

(2) *Per lo studio dell' alcoolisme.*

(3) *L' alcoolisme.*

una serie de experiencias realizadas en París acerca del alcohol en sus relaciones con los jugos gástricos y el ácido clorhídrico, resultó que la acidez normal en ayunas es de 1'3 de ácido clorhídrico por litro, y el alcohol tomado entonces la hace subir á 2'7 y aún á 4. Es de notar que luego la garganta hállase caliente, sobreexcitada, y no tarda en reclamar nuevas cantidades de bebidas espirituosas. Finalmente, al contacto íntimo del alcohol con la membrana interna del órgano estomacal, se provoca aflujo de sangre, excitación de las papilas nerviosas, con mayor abundancia de líquidos digestivos, los cuales, no teniendo alimentos sobre los que reaccionar, obran sobre la membrana misma, con perjuicio de ella.

Los bebedores de aperitivos acostumbran disculparse con que los médicos aconsejan á sus enfermos inapetentes el tomar en alcohol ciertas sustancias amargas como la cuasia, la genciana y la quina. Pero estos consejos van siendo cada día más raros. El alcohol para tal fin usado es el aguardiente de vino de mejor calidad, y la dosis de las sustancias farmacéuticas algunas gotas solamente: una copita de estos medicamentos es lo que se permite tomar cada vez. La prescripción se limita á algunas semanas.

Por último, no han de tomar los sanos todo lo que necesiten los enfermos.

VI

El alcohol no alarga la vida

AL ver la gordura de algunos, habituados á tomar alcohol con abundancia, pudiera creerse que ello es signo de salud. Nada, sin embargo, más distante de la realidad. El exceso de grasa es efecto de mala nutrición. Por lo demás, si se continúa bebiendo hasta llegar á alcoholizarse, no tarda en desaparecer el periodo de gordura para dar paso á un enflaquecimiento general. El aumento de grasa se explica porque, al introducirse en lo íntimo de los tejidos el alcohol, destruye sus elementos constituyentes, transformándolos en partículas desorganizadas. El hepatismo suele ser consecuencia también del beber demasiado; de ahí provienen accesos congestivos cefálicos. Cuando en los anuncios y prospectos de bebidas alcohólicas se pinta muy gruesos á quienes las usan, nada se concluye en pro de su uso.

Que el cólera y la peste bubónica tengan sus principales centros de mortalidad en países donde impera con toda su fuerza el prohibicionismo de bebidas alcohólicas, por ser su religión la budista y mahometana, no prueba nada en favor del alcohol. Es una mera coincidencia. No se podrá demostrar que dichas epidemias sean debidas á no usar alcohol.

Evidentemente, la fiebre tifoidea y otras enfermedades suelen propagarse por medio del agua. De aquí no se sigue, sin embargo, que sea buen discurso el de quienes dejan de beberla substituyéndola con vino. Lo que procede es tomar no más que la pura ó la que se haya purificado por los muchos y fáciles medios que para ello existen. Si en tomar buenas aguas se pusiese una pequeña parte del cuidado que se emplea en buscar vinos especiales y exquisitos, no había temor ninguno á que con ellos se ingiriera el germen de enfermedades.

Los que han hecho estudios clínicos sobre los efectos del alcohol, manifiestan que no suele ser bueno el estado de salud de los bebedores, aun no comprendiendo en esta palabra los alcohólicos, sino solamente los que beben con frecuencia y alguna vez con exceso. Cuando el organismo se encuentra sano, pone en juego su elasticidad funcional al sobrevenir cualquier perturbación patológica; y gracias á la integridad previa de los órganos, la depresión mórbida deja su lugar á la reacción

de la cura. Pero el alcohol, aun en los casos de no producir manifiestas lesiones y desórdenes notables, modifica insensiblemente los órganos haciéndoles perder algo de su fuerza en el funcionar; de modo que, creyéndoseles en su primer vigor, se hallan atacados de decadencia, que suele revelarse ante el examen histológico por la degeneración de multitud de células y capilares, por rigidez precoz del sistema arterial, por transformación esclerótica y por otras lesiones elementales, anticipadoras de senilidad. Tales personas, que en la vida ordinaria no revelan debilidad, desfallecen cuando han de pedir un aumento de actividad á sus funciones para el trabajo físico, intelectual y moral.

Se comprende que, sin llegar al abuso, tomando moderadamente todos los días alcohol, aunque sólo sea en forma de vino ó de otra bebida simplemente fermentada, la máquina humana se gaste; porque produciendo una sobreactividad ficticia é inútil en las funciones vitales, exigiéndoles un trabajo mayor que el que pueden soportar y rendir, sucederá, como en todo mecanismo, que los órganos se deterioran á la larga ó á la corta y hasta pueden llegar á inutilizarse.

La ciencia fisiológica explica perfectamente que el alcohol no puede ayudar á la conservación de la salud, sino todo lo contrario. A los glóbulos rojos de la sangre, encargados de apoderarse del oxígeno que del aire aspiran

los pulmones y llevarlo por todo el cuerpo, los oprime, los achica, los divide, haciéndolos menos aptos para su oficio. Los blancos, que como diligentes policías, están encargados de destruir los enemigos del organismo que penetran en las venas, los debilita y menoscaba su fuerza de resistir á los contrarios, bastando para ello pequeña cantidad, siete ú ocho gramos, tomada cotidianamente. Debilitada así la sangre, el cuerpo resiste menos al ataque de la enfermedad, se hace menos idóneo para impedir la invasión del mal y para librarse de ella después.

El alcohol no parece sino que ejerce sobre los fagocitos la misma influencia que sobre las personas. Esos glóbulos, dotados, según expresión de un autor famoso, de facultades casi inteligentes, que la sangre lleva de una parte á otra del organismo, para que vigilen los órganos y cuando los vean acometidos por los microbios de las enfermedades salgan á su encuentro para detenerlos, cercarlos é inutilizar su acción destructora, bajo la acción alcohólica caminan con menor prontitud, acuden tarde á los puntos de peligro y desarrollan con menos eficacia su actividad como centinelas y como combatientes.

Que los alcohólicos ó alcoholizados están propensos á muchas enfermedades y en mala situación para resistir las otras, por sufrir verdadera decadencia orgánica, es cuestión ya juzgada. La duda puede estar en si el alcohol,

dañoso tomado ordinariamente, llegaría como medicina, en dosis determinadas, á ser útil para estimular, siquiera sea de modo pasajero, á los órganos que han de tomar parte en la defensa contra la infección. Hase acudido, para resolverla, al tribunal inapelable de la experimentación. De las hechas y consignadas en decisivo trabajo por Taav-Laitinien dedúcese que el alcohol disminuye la alcalinidad de la sangre y deprime su poder bactericida. En las numerosas que practicó Thomas, comprobóse que obra sobre la resistencia general de la economía, disminuyendo sus cambios y la actividad celular. El profesor de Londres, Ridge, notable por sus trabajos de Fisiología comparada, explica por las modificaciones leucocitarias la aminoración de resistencia á las enfermedades infecciosas en los que toman alcohol.

Es más: está demostrado, por repetidos experimentos que sabios eminentes han hecho en diversos países, ser el alcohol causa determinante de muchas infecciones, á las cuales prepara el camino con las lesiones que produce en las vísceras, particularmente en los órganos destinados á la defensa del organismo.

Baneletti y Valagussa comprobaron que los animales á quienes se da alcohol son menos resistentes á la toxina diftérica. Delearde trató de inmunizarlos con dicho líquido contra la rabia, el carbunco y el tétanos sin poderlo conseguir. Refiriéndose á experiencias hechas en personas, han demostrado Abbott y Gold-

berg que la resistencia á multitud de enfermedades queda rebajada por el alcohol. Respecto de la tisis en particular, no cabe la menor duda que en quienes lo toman evoluciona el mal muy rápidamente.

Gran antiséptico en las heridas el alcohol, es causa, sin embargo, de que se curen muy mal en los habituados á él. Estos, aunque nunca se emborrachen, son, en cualquier traumatismo, de más difícil curación que los abstinentes, según han demostrado minuciosas estadísticas.

Los que no beben líquidos alcohólicos, si no inmunes al cólera, son á lo menos á él más resistentes, aunque otra cosa crea el vulgo y hayan dicho personas que sobre sus preocupaciones debían estar elevadas. Esto se observó, sin género de duda, con estadísticas muy detalladas en el cólera de Hamburgo de 1892. En el que tantos estragos causó en Escocia vióse que el 91 por 100 de sus víctimas eran bebedores, y sólo en un 19 por 100 fueron atacados los abstemios.

Que el alcohol hace al cuerpo humano más expuesto á los ataques de la enfermedad, siendo verdad comprobada y obvia, lo tienen en cuenta las grandes Compañías de seguros de la salud. De sus cálculos resulta que los no abstinentes enferman un tiempo tres veces mayor que los abstemios. Por eso las de Inglaterra rebajan en un 15 por 100 á favor de los últimos sus tarifas.

Síguese de aquí que el alcohol es causa también de vejez prematura y de muerte anticipada.

Con razón sobrada escribe el médico señor Antigüedad Díaz (1): «Es raro que el hombre bebedor alcance larga vida: precisa tener organización robusta para no enfermar. Si esto no sucede en la excepción, la regla general es que se haga viejo prematuro. Los efectos que las bebidas alcohólicas producen en nuestro organismo acumulándose, porque su eliminación es lenta, no pueden ser más terribles».

Con evidencia matemática las Compañías aseguradoras de la vida, por lo observado en sus socios, demuestran que viven más los que beben menos. No copiamos estadísticas porque son muy conocidas y vulgares. Se ha llegado á calcular, en vista de numerosas observaciones, que, por término medio, el que usa inmoderadamente de las bebidas alcohólicas se priva de diez años de vida, y de seis el que usa con moderación. Lo mismo se comprobó en el ejército inglés.

En Suecia y Noruega desde que ha comenzado á disminuir el uso del alcohol, se nota que en aquella proporción misma aumenta la duración de la vida humana.

El famoso Dr. Bartolomé Robert, de la Facultad de Medicina de Barcelona, dijo cosa muy conocida de los sabios, aunque parte del

(1) El alcoholismo: sus efectos y remedios.

vulgo se obstina en negarla, al aseverar que «la mayor parte de los hombres que han alcanzado larga vida, han sido bebedores de agua».

En Francia interrogó Favat á muchos centenarios, la mayor parte de los cuales le contestaron que no bebían ni habían nunca bebido vino.

Una vez más la ciencia y la experiencia se han manifestado de acuerdo con las divinas escrituras, según las cuales (1), «el que es abstinento, se añadirá vida».

Se citan casos de longevidad extremada entre los bebedores, como el de la señora Paolín Pelligrine, fallecida recientemente en Italia á los 117 años, sin haber probado nunca el agua, mientras sus doce hijos, que, según expresión suya, «tenían la perniciosa costumbre de beberla», murieron antes que ella.

El farmacéutico militar señor Ramos Oadema (2) hacíase cargo de la objeción de «que individuos alcohólicos inveterados han vivido muchos años»; y respondía: «que contesten los médicos que les han asistido en sus dolencias, que si en un individuo sano eran leves, en ellos revisten gravedad; que cuenten lo difícil ó imposible de cicatrizar ciertas heridas, ó de curar ciertas fracturas».

Además, á los casos verdaderamente excepcionales de bebedores ancianos, diremos

(1) Eclesiástico, 37, 34.

(2) *El alcoholismo*.

con Legrain (1) ¿no se podrían oponer los muchísimos más numerosos de centenarios que nunca bebieron más que agua? Para un nonagenario bebedor de alcohol, fácil sería contarse diez mil entre estos que murieron antes de llegar á edad avanzada.

De cualquier modo, por su rareza extrema, los casos de longevidad entre los que beben mucho alcohol no destruyen la regla: la confirman como todas las excepciones. Nótese que apenas se observan sino entre los labradores que á pleno aire se entregan á penosos trabajos, transpirando abundantemente y des- embarazándose pronto de las irritantes partículas del alcohol. Lo cual no puede ocurrir respecto de los que habitan las ciudades haciendo vida sedentaria. Hay constituciones fuertes que resisten mejor los dañinos ataques del alcohol; pero son muy pocas las que dejan de sufrir con él.

Sí; apesar de sus pretendidas bondades, el alcohol no es otra cosa que lo que le llama Issartier (2): «un bandido que, disfrazado, penetra en vuestra casa amablemente, os seduce con sus atractivos y, tarde ó temprano, os roba la razón, la salud y la vida».

(1) *Un fleau social: l' alcoolisme.*

(2) *L' alcoolisme moderne.*

VII

El alcohol no desarrolla los niños

Los antiguos habían observado las malas consecuencias que traía la concepción en estado de embriaguez de alguno de los progenitores; y, de modo general, escribió Eurípides: «Los hijos pagan las culpas de sus padres, sobre todo si son engendrados bajo la influencia de sus vicios».

Hipócrates, el padre de la medicina, hizo preciosas indicaciones sobre el influjo pernicioso de la embriaguez en la descendencia. En los escritos de Platón y de Plutarco hay alusiones á esta verdad. Una ley de Licurgo prohibía severamente á los espartanos el uso del vino el día de la boda. En Cartago, á los esposos sólo se les permitía beber agua los días destinados al cumplimiento de los deberes conyugales. Entre los modernos nadie desconoce las desastrosas consecuencias del alcohol en este punto. En Bélgica se llama *hijos*

del domingo, que es cuando más suelen beber los obreros, á los niños idiotas. Y nada diremos de los hijos de padres alcoholizados, porque, sobre no ser de nuestro objeto, la ciencia moderna ha dicho de ello la última y definitiva palabra. Sólo recordaremos que los niños que deben la vida á padres alcohólicos ofrecen muy escasa resistencia á las enfermedades. Cuando éstas entran en su casa, pocas las resisten. Son numerosos los ejemplos de padres borrachos cuyos hijos no llegan á la pubertad. Es sabido que en Londres la mitad de los hijos de los cuáqueros, abstinentes, pasan de los cincuenta años, mientras la mitad de los demás nacidos no alcanzan los tres años de vida.

Perjudicial en la concepción el alcohol, sus resultados serán más funestos si durante el embarazo continúa la impregnación alcohólica, por no abstenerse de esta clase de bebida la madre.

Existen entre buena parte del pueblo tan arraigadas las preocupaciones de las virtudes medicinales del alcohol, que muchas madres lo toman ó á las nodrizas se les da para que los niños de pecho tengan salud y fuerzas, y también para aumentar la cantidad de leche.

No opinaba así la antigua sabiduría de los griegos, una de cuyas leyes famosas prohibía severamente el que bebiera vino ninguna mujer mientras se hallase criando.

Como quiera que el alcohol no se transfor-

ma del todo en el organismo, sino que una parte, sin modificarse, sale por las diferentes secreciones, advirtiéndosele en el aliento, en la orina, en el sudor, etc., resulta que pasa á los niños con la leche. El beber las nodrizas influye desastrosamente en la lactancia. «El dogma, antes intangible, del vino saludable á la nodriza, está por los suelos», escribió J. Morín (1). Se ha visto que criaturas nerviosas, excitables y que duermen mal, se restablecen por el solo hecho de la abstinencia total de la nodriza. «Indudablemente, la opinión pública ha dado un paso». Los médicos citan muchos casos donde se comprueba el daño que á los niños hace el que beban quienes les dan de mamar. A. Combe (2) refiere el de una madre cuyo hijo, de seis semanas, estaba agitado, dormía poco y no aumentaba de peso más que diez gramos por día; habiendo dejado dos semanas el vaso de vino que tomaba en las comidas, pudo ver que el niño había engordado 25 gramos diariamente en la primera, y 28 en la segunda, y que presentaba su rostro buen aspecto y había recobrado la normalidad de todas las funciones.

En algunas comarcas españolas no se tiene reparo en dar vino á los niños, así que no se resisten á beberlo. Muy bien lo expresaba V. Lefort con estas palabras:

«El desconocimiento de las más elementa-

(1) *L'abstinence et l'enfance.*

(2) *Alcoolisme chez l'enfant.*

les nociones de puericultura, la ignorancia en que se encuentran sumidas las familias en lo referente á la alimentación de los niños en los primeros años de su vida, son el motivo de que por muchos padres se siga la costumbre de utilizar el vino en la alimentación de los niños, á los que se da dicho líquido mezclado con trozos de pan, constituyendo una sopa que, como de momento es aparentemente tolerada por el organismo, continúa siendo un factor importante en la alimentación del niño hasta que de un modo ostensible se manifiestan las enfermedades que, como consecuencia de tan bárbaro modo de proceder, ponen término á la salud de la criatura, echando por tierra bruscamente su envidiada lozanía.

Otros padres se limitan á dar á sus hijos el vino en las comidas, suponiendo que facilita la digestión y que constituye un elemento tónico de mucha importancia; y hay quien en la iniciación de estas aficiones es tan imbécil, que se vanagloria de que su hijo sea todavía mejor bebedor que el padre (1)».

Nada más pernicioso, é increíble parece que semejante estado de ignorancia no haya todavía desaparecido.

El alcohol retarda el desarrollo, el crecimiento de toda vida, y aun llega á destruirla en absoluto. Para que mejor se comprenda, se ha hecho la experiencia de colocar una semi-

(1) El alcoholismo infantil.

lla en cuatro tiestos, cuya tierra se regaba, respectivamente, con agua, con cerveza, con vino y con aguardiente. Al cabo de algunos días, la planta se manifestaba sacando fuera el germen y rompiendo la envoltura en el primero de los tiestos; pero no así en los otros. Después, mientras la misma levantaba la cabeza y brillaba al sol, la regada con cerveza, y más aún la con vino, se presentaba enfermiza, y la que tenía riego de aguardiente no daba señales de vida. Rociadas luego todas con agua, las que lo habían sido con cerveza y vino tardaron en reponerse y vigorizarse, sin que se pudiera conseguir nada de la que lo había sido con aguardiente. Lo propio sucede respecto de la vida animal. Una sanguijuela puesta en aguardiente muere á las dos horas. No vive más de una semana un conejo á quien se dé todos los días una cucharada de este líquido. Diversos animales con cuyos alimentos se han mezclado bebidas alcohólicas enfermaron, no tardando en perecer. Puede calcularse, pues, el daño que á un organismo tan débil y delicado como el de los niños causará el alcohol.

Reparando que el niño tiene aún sin formar músculos y huesos, y que en su organismo han de verificarse rápidamente grandes cambios, se deduce cuán dañoso le será el alcohol, que retarda, si no impide, las necesarias transformaciones y el desarrollo del organismo.

• Que el alcohol, bajo cualquier forma, impide

el crecimiento de la niñez, es cosa puesta fuera de toda duda. Entre las generaciones de los bebedores se nota disminución progresiva de la talla, según puede observarse en los que están sujetos al servicio militar. La abstinencia se ha visto que vuelve la raza á la talla normal y favorece el desarrollo completo de todos los órganos.

Un médico célebre, Bergeret (1), refiere que, extrañado del grandísimo número de niños arrebatados á la vida en una localidad por la escarlatina, quiso enterarse de la causa, y halló que consistía en que á los enfermos se les daba vino caliente para que la erupción pasase á la piel. De él es la observación de que los hijos de los taberneros y cafeteros y hosteleros contraen más enfermedades y de mayor mortandad, porque, más que los otros niños, tienen ocasión de usar de bebidas espirituosas.

Asusta el leer la enumeración de enfermedades que suelen iniciarse, y aun desarrollarse, hasta su fatal término, en los niños, á pocos excesos que cometan en el uso del alcohol: anemia, tuberculosis, hidropesía, raquitismo, epilepsia, escrófulas, baile de San Vito, diarrea, hepatitis, convulsiones, inflamaciones del bazo, delirio...

El doctor Forel, profesor en Lausana, de universal fama por sus estudios de patología

(1) *Dangers et Inconvénients de l'abus des boissons alcooliques.*

cerebral, teniendo en cuenta que el cerebro, rico en jugos y muy blando en los mismos adultos, con millones de células microscópicas y extensa red de pequeñas fibras, es en el niño el organismo más fino y delicado que se puede imaginar, proscribido en absoluto el alcohol, que ataca sus tejidos y retarda sus funciones; y hace reparar que el mal sufrido por la infancia no afecta solamente al estado actual del cerebro, sino también á su desarrollo, y, por consiguiente, al de todas las cualidades del espíritu, no librándose ni la voluntad ni la inteligencia, ni el sentido moral ni el estético.

Médicos de nota llegan á afirmar que «el nervosismo de las clases acomodadas, tan extendido hoy, es debido, con frecuencia, á perturbaciones del sistema nervioso, ocasionadas por pretender, erróneamente, los padres, fortalecer á sus hijos con vino ó cerveza».

Las ventajas físicas de que á los niños no se les da una gota de vino, cerveza ó cualquier otra bebida alcohólica, las resumía un autor así: Aumento del apetito, regularización de las digestiones, normalización del sueño, apaciguamiento notable de la excitación nerviosa, crecimiento más regular y más activo, supresión casi absoluta de los dolores de cabeza, mejor utilización del alimento, que se traduce por aumento de peso mayor.

Por lo que respecta á las espirituales, no puede haber duda. Padres y maestros reparan

que, en cuanto los niños dejan de ser abstinentes, aprenden peor, olvidan más pronto y no tardan en cansarse del estudio.

El alcohol, en cualquiera forma que se suministre, hace á los niños díscolos, rebeldes, perezosos, testarudos, según pacientes observadores han comprobado con minuciosas estadísticas.

La Comisión nacional para el estudio del alcohol en Budapest, en virtud de numerosas observaciones, pudo llegar á la conclusión siguiente: Entre los niños que beben líquidos alcohólicos, el 30 por 100 son distraídos, nerviosos, intratables; el 15, melancólicos y extremadamente tímidos; otros 30 carecen en absoluto de sentimiento; el 9, vengativos é inclinados al hurto; el 18, inmorales; el 6, refractarios á toda especie de enseñanza, y sólo en un 20 no se pudo comprobar ninguna influencia maligna.

Otro de los perjuicios de suministrar á los niños bebidas alcohólicas, consiste en que se desarrollan así precozmente y se encienden y se avivan los instintos sexuales, á la vez que se debilita la fuerza de resistencia que debe oponer la voluntad. Quien conozca los peligros y fragilidad de la virtud de la pureza, no permitirá que se la exponga á marchitarse en tiernos corazones con los ardores del alcohol.

Ya Locke había dicho en *Pensamientos sobre educación*: «Nada prepara tanto la ruina

del alma y del cuerpo como el habitar los niños á las bebidas espirituosas».

Dar á los niños cualquier bebida alcohólica es despertar en ellos la afición á beber, habitarlos á esta práctica y ponerlos en camino de alcoholizarse irremisiblemente. Lo lamentaba el señor González Castro en trabajo (1) premiado por la Sociedad Española de Higiene: «Por un concepto falso de las virtudes del alcohol, se suministra en forma de vino en plena lactancia. Se prosigue durante toda la infancia, y cuando el niño llega á la pubertad se encuentra con el hábito alcohólico contraído. Y es inútil luchar».

Verdaderamente que no todos los que han bebido vino de pequeños son borrachos cuando mayores. Pero casi todos los borrachos, desde niños se acostumbran á beber. Mejor es y más fácil prevenir que curar. Acostumbrado el niño á no tomar bebidas alcohólicas, habituándose á resistir á las tentaciones y á fortificar su voluntad en la lucha contra los malos ejemplos, se encuentra preparado para rechazar victoriosamente los pérfidos ofrecimientos del alcohol, ó para no abusar de los mismos. Sería craso error inferir que si puede beber un adulto, también puede un niño á proporción de su peso y de sus fuerzas. Se ha dicho muy bien que el niño no es un *pequeño adulto*. Su organismo reacciona diferentemen-

(1) Causas que debilitan el desarrollo de la pubertad.

te; sus enfermedades tienen otros síntomas, evoluciones y complicaciones; y necesitan otros medicamentos; los venenos obran de manera distinta, y la toxicidad del alcohol respecto de aquéllos es mucho mayor que respecto de los segundos. Por otra parte, el sistema nervioso, que tanto es atacado por el alcohol, está muy desarrollado en los pequeñuelos. Además, las facultades cerebrales superiores, las primeras á las que el alcohol daña, están principiando todavía á desenvolverse, por el ejercicio, en los infantes, y su funcionamiento con facilidad se entorpece. En cuarto lugar, la propiedad de enfriar el cuerpo que tiene el alcohol, es más perjudicial para ellos, que necesitan mucho calor y se enfrían rápidamente, con graves alteraciones de la salud. Por último, al consumir el alcohol la reserva de combustible en las células del organismo, causa al niño mal mucho más grave, pues en él están destinadas no sólo al sostenimiento de la vida, pero también al desarrollo del cuerpo.

Algunas personas dan alcohol á los niños á pretexto de favorecer su nutrición, y no advierten que lo que les consiguen es la inapetencia y alteraciones estomacales, más pronto y con mayor gravedad que en los mayores.

Darles vino para fortalecer su constitución, es como poner fuego en un vaso para hacerle más fuerte, obteniendo sólo calcinarlo y destruirlo. Mucho más daño y mayores inflamaciones que en el cuerpo de los adultos causa

el alcohol en el de los pequeños, cuyas membranas son mucho más delicadas y más irritables.

Aún hay quien aconseja bebidas alcohólicas á los niños, por su virtud curativa, señaladamente en los males febriles y agudos. Deberían, sin embargo, tenerse en cuenta las autorizadas palabras de Kassowitz (1), según el cual, «en el mejor de los casos, los niños curados con alcohol en pequeñas cantidades no presentan ninguna ventaja sobre los que se curan sin él; si se aumentan ó se hacen más frecuentes las dosis, la comparación es favorable al tratamiento sin alcohol». «Yo no conozco decía, en el Congreso noveno de Brema el profesor Marzo, de Rostock, ningún médico que, para curar á los niños, prescriba, como en otros tiempos, cerveza, vino ó aguardiente».

En España todavía falta mucho camino para desterrar preocupaciones sobre este punto. Madres que no permiten beber vino á sus pequeños, los intoxican con vinos de quina, de kola, de coca, cognac, ferruginoso y otros brebajes de la farmacia, que, si en algunas fiebres y enfermedades pueden ser útiles, constituyen gran peligro administrándolos sin indicación suficiente, á más de que, si llegan á sostener, no alcanzan nunca á fortificar el organismo.

(1) *Alkoholismus im Kindesalter.*

Y es lo más grave que no dejan de tener esta condescendencia, que no puede achacarse á ignorancia, algunos médicos.

El doctor Martínez Vargas, de la Facultad de Medicina de Barcelona, escribió: «Se condena el alcoholismo en los adultos, con sobrada razón, y lo fomentamos impensadamente en los niños, dándoles antes y después de las comidas sendas copitas de *vinos medicinales*... Este alcoholismo terapéutico es tan temible como el alcoholismo social».

Sea cualquiera la opinión que se forme acerca de la influencia dañosa del vino sobre los adultos, todos los sabios admiten ésta tratándose de los niños. En la encuesta que hizo *La Lectura* preguntando á los médicos profesores de Universidad si el vino tomado moderadamente dentro de las comidas era perjudicial á la salud, la propia minoría que contestó negativamente exceptuaba á los niños en absoluto. El Servicio Sanitario del imperio alemán publicó la advertencia siguiente: «El alcohol es para los niños pésimo veneno. No se les debe dejar ni aguardiente, ni vino, ni cerveza, hasta no haber llegado al desarrollo, hacia los dieciseis años».

Las leyes que Platón pedía prohibiendo á los jóvenes el vino, como, efectivamente, se les prohibió en Roma en tiempo de la República, principian á promulgarse, después de tantas centurias. En Inglaterra tiene multa el que da cualquier bebida alcohólica á un me-

nor de cinco años, y á los que no han cumplido catorce no se les permite entrar en las tabernas, ni aun en compañía de los padres. En Noruega, la prohibición se extiende hasta los dieciocho años; en el Japón, á los veinte; en algunos Estados de Norteamérica, á los veintuno. En otros países, como en varios de Alemania, no se permiten establecimientos de bebidas más que á cierta distancia de las escuelas y colegios.

Con sobrada razón los prelados de la provincia del Rhin advertían y exhortaban á los padres de familia (1): «Debéis apartar totalmente el alcohol de vuestros hijos; porque, en sentencia unánime de los médicos, en cualquier forma y cantidad, es un veneno siempre».

(1) Pastoral colectiva de 15 de Noviembre de 1904.

VIII

El alcohol no alegra

HOPPE resume las enseñanzas de su famoso libro contra el alcoholismo en estas palabras: «Todas las ventajas y virtudes atribuidas falsamente al alcohol son en realidad vicios y defectos». Veamos si sucede lo propio respecto de la alegría que se dice producida por el alcohol.

La creencia de que el vino alegra es tan universal como antigua.

En el libro bíblico de los Jueces se refiere (1) que Joatham echó en rostro á los habitantes de Sichein el haber elegido rey á Abimelech, valiéndose de la parábola de los árboles silvestres que ofrecieron la soberanía á varias plantas, las cuales no la quisieron, dando una de ellas, la vid, esta razón: «¿Por ventura puedo yo dejar el vino, que alegra á

(1) Cap. IX, vers. 13.

Dios y á los hombres?» Tal pasaje de la Sagrada Escritura se ha interpretado en el sentido de que Joatham ponderó la excelencia del vino, pues Dios se alegra en todas las criaturas, pero especialmente en las que son mejores; hay quien juzga que aludía, quizá sin darse cuenta exacta de ello, al vino eucarístico de la futura ley; es probable que se refiriese á los sacrificios con que se daba culto agradable á Jehová y en los cuales se empleaba vino; y hasta podía suceder que opinase, á modo de los gentiles, que Dios tenía forma corpórea y realmente le alegraba el vino como á los hombres.

Que «el vino alegra el corazón del hombre, así como el pan lo fortalece», lo dejó escrito David (1): «Dad sidra á los tristes y vino á los de ánimo amargo: que beban y se olviden de su miseria», decía su hijo Salomón (2). El vino, se lee en el sagrado libro del Eclesiástico (3), «fue criado desde el principio para la alegría. Es júbilo para el corazón y salud para el alma y cuerpo». Pero allí mismo á continuación se añade que sólo es así, tomado moderadamente; y en otro capítulo se advierte que, si se usa de él con exceso, es *amargura del alma*. ¡La alegría del vino, en qué suele terminar! En el propio inspirado libro se lee: «El vino á muchos llevó á la muerte».

(1) Salmo 103, vers. 16.

(2) Proverb. cap. XXI, vers. 7.

(3) Cap. XXXI, vers. 35.

Según algunos intérpretes sagrados, si Noé juntó, formando una viña, varias cepas, y la cultivó y exprimió el jugo de los racimos, dejándolo fermentar en un recipiente, fue para quitar la tristeza que le producía el considerar los estragos que el diluvio causara en la tierra y en la propia naturaleza del hombre, cuya edad se acortó de golpe en más de quinientos años. En virtud de esta creencia se daba vino á los condenados á pena capital y á los que lloraban la muerte de los deudos.

Entre los escritores gentiles era sentir general que para alegrar el ánimo no hay como el vino.

Al beberlo, advertía Anacreonte, sienta que los cuidados se adormecen. A la manera que el amargo altramuz se torna dulce con frecuentes riegos de agua, escribía Zenón, así los ánimos tristes y duros se ablandan y alegran regados con vino. Al decir de Sócrates, el vino alegra como las mandrágoras, y excita la alegría al modo del aceite que, echado sobre la lumbre, levanta llamas. Hace olvidar los dolores, cantaba el poeta Alceo. *Libre* se le llamó, observaba Séneca, porque libra de ansiedades y congojas. Los que habéis de sufrir mucho, recomendó Horacio, ahogad ahora en vino vuestras preocupaciones. Con él, decía otro poeta, Ovidio, vienen las alegrías, huyendo solicitudes, dolores, miedos y hasta las arrugas de la frente. Es indudable, afirmaba Platón, que hace al hombre más contento y

expresivo. Medicina de los dolores y parte principal de la alegría de los mortales, le llamó Panyasis, el poeta. Habría para llenar libros enteros con las alabanzas á él dirigidas por la antigüedad sabia.

Igual juicio encontramos en las obras de algunos Santos Padres. El vino, decía San Clemente de Alejandría, hace que el que lo bebe, cobrando alegría, sea más suave para los convidados, más humano para con los siervos, más risueño con los amigos. San Juan Crisóstomo, en la Homilía sobre la castidad, entre otras virtudes del vino, incluye la de que quita la tristeza, acaba con los desfallecimientos del ánimo é infunde la alegría.

Dos razones daban los antiguos de por qué el vino alegra. Tiene gran simpatía con el corazón, lo calienta y lo ensancha; y en esto precisamente consiste la alegría. Además, al momento va á los espíritus vitales y se une á la sangre caliente; y lo que pronto nutre da contento, y lo que ayuda y alimenta á los espíritus vitales quita la melancolía, que precisamente consiste en la disminución de ellos.

Como los médicos de Grecia y de Roma habían agotado todas las alabanzas en honor del vino; como el gran Plinio lo consideraba remedio seguro para combatir cuanto fuese desagradable al alma, y Asclepiades subía su poder sobre el de todas las divinidades gentiles, no es extraño que, perdurando la creencia á través de los tiempos medioevales, todavía en

el siglo XVIII el autor de *Uso y abuso del vino* (1), don Jerónimo de Vardier, académico de la Universidad de Cervera, asegurase que «tomándolo sobriamente da una increíble alegría».

La literatura contemporánea está llena de elogios al vino, libertador de los disgustos y de la tristeza. Se le considera, según los versos que en *El Aventurero* pone Augier en boca de Aníbal, como «el alegre convidado, tras el cual toda la alegría llega».

Es lo del cantar aragonés:

Contra desdenes, olvido;
contra pobreza, dinero,
y contra todo ello junto,
un jarro de vino bueno.

Baudelaire escribió en cincelados versos: «El vino sabe revestir los aposentos más sórdidos con un lujo milagroso. y hace surgir palacios fantásticos en la niebla dorada de sus vapores rojizos como un sol que se pone en un cielo nublado».

A Horacio, el excelso panegirista del vino, quien decía en una de sus invocaciones á Baco:

*Tu lenē tormentum ingenio admoves
Plerumque duro; tu sapientium
Curas et arcanum jocoso
Consilium retegis Lyaco,*

(1) Cap. 5.

Musset, después de tantos siglos, le hacía coro con estas palabras (1): «Un racimo estrujado con los piés basta para disipar los más negros cuidados y para romper los mil hilos invisibles que los genios del mal tienden en nuestro camino». Pero su triste vida, amargada por el uso del alcohol, es prueba de todo lo contrario.

La causa principal del uso del vino fue, á no dudarlo, el deseo de dar contento y solaz y expansión al alma. Donde no había uvas, se fermentaron substancias variadísimas para producir el alcohol embriagante. A falta de éste, en algunos pueblos salvajes, con los movimientos rítmicos de las danzas el mismo objeto se consigue: una verdadera furia coreográfica, escribe Letourneau, les hace olvidar sus miserias. Lombroso refiere que ciertos pueblos se embriagan con determinados movimientos de cabeza. «El alcohol es el opio del proletariado», decía Vanderbelde en una conferencia dada el año 1907 en la Bolsa de Trabajo de París. Desgraciadamente, no sólo los proletarios son sus víctimas, sino toda clase de personas. Lo que hacen en Oriente el opio y el haschish, hacen en los demás países las bebidas fermentadas y destiladas: proporcionan alegría y placeres, á cuya terminación son frecuentes males gravísimos.

Que el vino suele alegrar, es cosa que todo

(1) *La confession a' un enfant du siècle.*

el mundo observa. Ya Esopo decía: «La embriaguez tiene tres grados: el primero de voluptuosidad, el segundo de ira, el tercero de modorra». A ello alude la antigua leyenda árabe, según la cual, la vid plantada por Adán fue por él regada con sangre de mono, de león y de cerdo. Los tres períodos en que generalmente se divide la borrachera, se clasifican por los observadores en forma muy distinta, por razón de no presentarse constantemente iguales fenómenos. Shakespeare decía, por boca de Clown, que un borracho se parece primero á un loco, después á un furioso y al fin á un ahogado. Lo común es, según todos los tratadistas reparan con Gallavardín (1), que al principio del exceso en las bebidas alcohólicas se nota cierta disposición á la alegría y á las expansiones afectuosas.

Además de ser fuente de contentamiento para quien se halla en estado normal, el vino, se dice, es gran consolador para el que se halle entristecido: en el fondo del vaso se ahogan todas las penas. No puede tacharse de exagerado á Roche cuando afirmó que el origen más común de abusar del vino está en el convencimiento de que así se neutralizan las amarguras de esta luctuosa vida. Por eso se observa que la embriaguez es principalmente propia de viejos ó de gente de edad madura. Cuando los desengaños, las ingratitudes, los

(1) *Alcoolisme et criminalité.*

dolores de alma y de cuerpo, toda clase de miserias clavan su garra terrible en el corazón de los hombres según la edad avanza, se busca el adormecerse, el insensibilizarse con los vapores del alcohol.

La afición desmedida al alcohol en las sociedades modernas tiene sus raíces en el cansancio de la terrible lucha por la vida, en las desilusiones ante tantas vilezas y perfidias, en el desfallecimiento ante las mil dificultades que á la consecución del ideal se oponen. Lo expresaba muy bien el doctor Van der Corput en la Memoria presentada al sexto Congreso internacional antialcohólico:

«En presencia del desbordamiento prodigioso de todas las actividades, bruscamente puestas en juego por el rápido desarrollo del progreso, el sistema nervioso del hombre, presa de una especie de desfallecimiento, ha sido impotente para reobrar contra las varias excitaciones que le asaltaban por todas partes.

»Entonces ha experimentado la necesidad de ponerse al nivel de ellas, recurriendo al alcohol como al estimulante más pronto y seductor que encontrara».

Fierens Gevaert escribió un libro entero acerca de la tristeza contemporánea. Esta situación general de los ánimos es la que inclina á buscar en el alcohol excitantes contra el decaimiento y lenitivo para el dolor.

No le faltaba del todo á Manuel Bueno razón para decir, en una crónica parisiense ti-

tulada *lujo y alcohol*, á propósito de la guerra: «Cuando el hombre se declara espiritualmente en quiebra, cuando ha perdido todo lo que amaba: el amor, la juventud, el dinero, la fe en la amistad y la esperanza en reparar sus quebrantos morales, el alcohol le atrae como un asilo bienhechor; porque una copa es para él un préstamo de vitalidad, una ráfaga de ilusión y una llama de entusiasmo. El alcohol es el olvido, es la euforia, es el paraíso. Mientras ande por el mundo esa hada que llamamos melancolía, el alcohol tendrá su clientela asegurada».

Pero examínese lo que es la alegría del vino. Principiemos por advertir que no á todos alegra. Para algunos la *hiperideación* en el estado de cierta beatitud, de un íntimo sentimiento de satisfacción, no existe: beban lo que beban, no pasan por el período de excitación mental en que se siente regocijo. Es un fenómeno que está á vista de ojos. Sin negar lo que algunos autores admiten, que las diversas clases de alcohol producen diversas alteraciones en el sujeto, siendo el alcohol de vino el que con más frecuencia provoca júbilo, está claro que de la naturaleza del bebedor, más que de la naturaleza del líquido, dependen los efectos de su ingestión; y por eso vulgarmente se dice que unos *tienen el vino alegre* y otros triste, violento, etc, etc. El doctor Marc dice á este propósito que tan bebedores son los alemanes como los franceses, produ-

ciendo en ellos la bebida igual excitación, que se traduce por querellas y pependencias; y que si alguna diferencia existe, podría formularse así: «El francés bebe porque está contento; el alemán está contento porque bebe».

La alegría del vino procede del cerebro, más que del corazón; es algo que está sobre la voluntad: un fenómeno nervioso, una excitación extraña. Muy bien escribió el Dr. Vega Arango en sus *Consideraciones médico filosóficas sobre el alcoholismo*.

«Hay sujetos que sin ser borrachos son alcohólicos (y éstos desgraciadamente no dejan de ser numerosos), beben más de lo que debieran, principalmente en las comidas, alguna vez fuera de ellas; y aún cuando no llegan á perder nunca la razón, tienen su sistema nervioso continuamente excitado, y, es claro, su economía y su esfera psíquica participan también del alcohol, sin conocerlo ellos mismos. Un ojo experimentado descubre en los tales fácilmente algo que no es normal y que bien pudiéramos llamar *el mal menor de la borrachera*, pues la excitabilidad de su cerebro les da una alegría y una verbosidad que no tienen de ordinario; así que cuando exteriorizan sus pensamientos, muy pronto se echa de ver que éstos no son (como se podría decir en tono humorístico) *muy espirituales, pero sí muy espirituosos.*»

El que acude al desdichado recurso de vencer sus penas sumergiéndolas en el fondo de la

copa, suele concluir por agriar el carácter, hasta hacer insoportable su trato ó no poderse soportar á sí mismo. Muchos de los suicidios no reconocen otra causa. Aun tomando moderadamente el vino, aun sin subírseles á la cabeza, muchas personas, en vez de recibir con él tranquilidad de espíritu y júbilo confortador, van adquiriendo propensión á disgustarse por cualquier cosa y á entristecerse y entrar en ira sin motivo ninguno. He aquí lo que enseña Opiso en su muy interesante *Medicina social* (1): «No pocas veces, si se buscan bien, podrían atribuirse al sencillo uso del vino de mesa ciertas inexplicables alteraciones de carácter, especialmente en mujeres, que parecen ofrecer dos distintas naturalezas, según se las trate antes ó después de haber comido. El veneno en este caso obra insidiosamente, pero con toda seguridad, agriando el humor, provocando incoercible tendencia á disputas y desagradables escenas, para desaparecer luego.

Esta causa desconocida ó no sospechada por los esposos, hijos, amigos y médicos, merece ser tenida en cuenta aún tratándose de señoras pertenecientes á las más elevadas clases sociales, víctimas inocentes de una intoxicación alcohólica diaria que, á la larga, y por la fuerza del hábito, acaba por hacerse permanente.

(1) El alcoholismo.

Damos, por lo tanto, la voz de alerta acerca de ese efecto, generalmente inadvertido, que podrá explicar las alteraciones de carácter que con la mayor facilidad podrían atribuirse al histerismo.

Sea como fuere, no es menos lamentable que el alcoholismo agudo ó crónico, ese otro alcoholismo *larvado* que perturba la paz de las familias sin rebasar jamás los límites de una aparente conservación de la sanidad de la mente. No es la *alegría efímera y excitante* del champagne, sino al revés; una especie de manía agresiva, de igual carácter que la intoxicación amfílica, aunque en menor grado.»

Ni es la alegría del vino alegría sana, alegría de salud, sino algo ficticio, anormal, violento.

Se observa por los fisiólogos que la memoria es la primera que sufre les ataques del alcohol. Sigue luego la facultad de asociar las ideas. La alegría que se nota al beber es el resultado de uniones extravagantes, de pensamientos raros, debido á principiar á paralizarse la potencia superior del alma. Necesítase para ello trastornar el equilibrio de las funciones cerebrales. No; no puede ser verdadera alegría la que es antinatural y está fuera de los dominios de la conciencia y disminuye la personalidad substrayéndose á la voluntad reguladora y á las facultades críticas.

Como en casi todo lo bueno que se atribuye al alcohol, hay más de ilusión que de realidad,

más de apariencia que de otra cosa, en su efecto de consolar las penas y aliviar los dolores del alma: hace ésto borrando en el cerebro del hombre la noción exacta de la realidad, pero no hasta el punto de que se oscurezca del todo. Además, merced á la perturbación que produce, sentimientos íntimos enterrados en el fondo del corazón reaparecen con intensidad que exprime sobre él gotas de corrosiva amargura. Los signos de una momentánea pero verdadera demencia no han de confundirse con los del gozo real y legítimo.

Olvidar los dolores no es curarlos. En cuanto la acción del líquido alcohólico desaparece, vuelven ellos á la carga con mayor furia. Nuevos días de beber con exceso prestan fuerzas á las preocupaciones habituales para presentarse más vívamente ante el espíritu tan pronto como se disipan las venenosas nieblas del alcohol.

De Lutero cuenta Cocleo, su biógrafo, que para quitar la melancolía que le causaba la deplorable situación espiritual á que le redujo la pérdida de la fe católica, procuraba sumergir y anegar en vino sus remordimientos, y la misma medicina propinaba á sus sectarios contra todo escrúpulo; pero al disiparse los vapores de la embriaguez, el pensamiento de su desgracia é ignominia le atenaceaba más rabiosa y cruelmente.

En otras alegrías queda el recuerdo, que las reproduce y hasta las aumenta. En la del

vino, el recuerdo, que nada tiene de honroso, apenas existe. La impresión es tan poco honda, deja huella tan superficial en el ánimo, que al momento se desvanece, al revés de lo que ocurre con sus funestos trastornos fisiológicos. Aquellas galas de que la imaginación se revisió, aquellas luminarias brillantes que alumbraron el alma como para una fiesta, aquellas canciones voluptuosas que arrullaban y hacían soñar al corazón, se apagan y se extinguen, ó al aumentarse la acción intoxicante del alcohol, ó tan pronto como ella cesa.

Nadie ignora que la alegría es incompatible con los periodos sucesivos de la embriaguez, y que el alcoholismo crónico se caracteriza ordinariamente por un pesimismo feroz, por una hipocondría lúgubre que á muchos hasta á la desesperación lleva. La alegría del vino supone un uso de él no muy inmoderado. Un trago más y la alegría se acaba y la borrachez grave principia. Pero ¿quién puede señalar la línea divisoria ó ante ella estar seguro de detenerse? El sentimiento de bienestar general, de vigor, de plenitud, difundido á la vez en el dominio de la vida física y en el de la intelectual, se experimenta en lo que llaman algunos periodo monitorio de la embriaguez, «único, escribe el P. H. Martín en un magnífico estudio sobre el alcoholismo, que podría afrontarse sin inconveniente grave, si le fuera posible al bebedor detenerse en tan agradable bajada.» El que encuentra placer especial en el

vino, difícilmente deja de continuar llevándolo á los labios, aun previendo para después de la alegría consecuencias harto deplorables. Perdido el freno de la voluntad y el resorte más fuerte del autodomínio con las primeras excitaciones alcohólicas, cuesta mucho pararse en la rápida pendiente que á la beodez conduce y arrastra. Y luego, repetidos por la misma causa los actos de embriaguez, el borracho accidental se hace profesional. Se recuerda á este propósito la vieja leyenda alemana del hombre de la flauta encantadora, á cuyo son, magnetizadas, seguían las muchedumbres hasta las playas y las olas, y, cuando querían retroceder, continuaban avanzando sin poder resistir la influencia del mágico sonido que las llevaba al abismo de los mares.

El alcohol es un *mal excitante*, escribe Ad. Coste (1), porque, apenas se pasa de una pequeña dosis comienza á paralizar el cerebro, engendrando la tristeza.

La Academia de Medicina de Francia describe así el progreso de la intoxicación alcohólica. «Puesto en contacto, por los pequeños vasos sanguíneos, con la sustancia cerebral, el alcohol excita las funciones del cerebro; y esta exaltación, cuyo grado se relaciona con la proporción de alcohol absorbido, se traduce primeramente por una alegre animación, casi

(1) *Alcoolisme ou épargne.*

siempre afectuosa, sucedida muy pronto de inagotable charla, con tendencia marcada á dar vueltas dentro del mismo círculo de ideas. Luego, la alegría deja el sitio á cierto grado de irritabilidad, acompañada de una terquedad invencible. A partir de este momento, la escena varía del todo, llegándose al hablar incoherente, á la agitación extremada, á un verdadero delirio».

¿Qué importaría que el tedio quedase adormecido después de la bebida? Este sentimiento ha sido relacionado muy bien con la sensación de la fatiga, especie de aparato automático de nuestro organismo. La fatiga nos fuerza al reposo y el tedio al trabajo, sin el cual músculos y nervios se atrofiarían, resultando la salud imposible. Todas las tentativas del no trabajador para rehuir el tedio, el fastidio, el disgusto, acaban por ser inútiles no auxiliándolas el alcohol; pero al hombre le conviene hacer esfuerzos musculares y cerebrales, á los que sigue la satisfacción del reposo. Únicamente bajo la influencia alcohólica se pierde este equilibrio de acción y reacción adormeciendo, junto con la sensación de fastidio, toda energía y todo impulso para el trabajo.

En la alegría del vino está una de las causas de que tanto se abuse de él. En atención á ésto se ha podido decir que la pasión por los placeres venereos es menos funesta que la pasión del alcohol. A la satisfacción del apetito genésico sigue un sentimiento de saciedad, de

cansancio y aun de tristeza que impide en muchos casos llegar á graves excesos; mientras que la alegría, la excitación gozosa que el beber produce, pide nuevas libaciones y arrastra á los mayores abusos, haciendo circular, como fuego líquido, más cantidad de veneno por todos los órganos.

Contestando á la insinuación de que renunciar á la alegría del vino es entregarse al ascetismo, un Profesor protestante de Suiza aseguraba que las satisfacciones proporcionadas por su perfume y buen sabor se compran muy caras, al precio de otros goces gastronómicos, pues el uso de bebidas alcohólicas pervierte el paladar, haciendole pedir casi exclusivamente carne y rechazar las frutas, cuyo gusto es tan agradable á todo instinto no extraviado y cuyo azúcar es fuente poderosa de fuerza, y concluye con estas proposiciones: La supresión de bebidas alcohólicas aumentaría nuestros placeres de mesa y nos traería nuevas sensaciones muy agradables. Quien se abstiene del vino no se priva de nada y ve acrecentarse su alegría de vivir.

El placer de alegrarse con el vino no compensa, ni con mucho, la pérdida de otros placeres. El que no bebe ó, por lo menos no llega á la excitación llamada alegría, experimenta más vivamente los goces espirituales de la virtud y de la belleza, tiene más fina la sensibilidad, y disfruta, al tomar los manjares, delicias de que no pueden formar idea los que

embotan el paladar, quemándolo con el alcohol.

No es necesario recurrir al vino para experimentar alegría en los banquetes. El presidente del Consejo de Ministros de Nueva Zelanda, sir Robert Stout, solía decir:

«Cuando me hicieron primer ministro me dijeron que tendría que dar á mis convidados vino y aguardiente. Respondí que no sería menos hospitalario que mis predecesores, pero que ninguna consideración del mundo me induciría á ofrecer intoxicantes á mis convidados. Tuvimos muchos convites, pero ni una gota de bebida alcohólica, y ni aún el más melancólico se quejó de aburrimiento».

En resúmen, el vino, como todo alcohol, alegra; pero ello no debe ser causa para que beban los abstemios, ni para que los demás usen del vino hasta *alegrarse*.

IX

El alcohol no presta valor

PREOCUPACIÓN es tan extendida como falta de fundamento la que expresaba Horacio al cantar del vino:

*Tu spem reducis mentibus anxiiis,
Viresque et addis cornua pauperi
Post te neque tratos trementi
Regum apices neque militum arma.*

Pero el inimitable preconizador de los placeres de la mesa, sin duda porque aquel día no bebió, mostróse cobarde en grado sumo en la batalla de Filipos.

«Cuanto uno, escribió Platón, más vino bebe, tanto mayor esperanza concibe, más animosamente siente de sí mismo, y se quita todo miedo para poder obrar con intrepidez». Con efecto, viendo los gestos y acciones del hombre entregado al vino, los ojos inyectados

en sangre y revolviéndose feroces en las órbitas, de donde parecen querer salir, llena de espuma la boca, como la de un caballo indómito, de donde saltan roncacas y confusas palabras de maldición y de blasfemia, y blandiendo en la mano el puñal homicida, podrá creerse que el alcohol, inflamando la ira y encendiendo el odio, aumenta el valor personal y hasta cambia en héroe al más tímido.

Lo que hace el alcohol es apagar la luz de la mente para no ver los peligros; no aumenta la energía, disminuye la previsión; no da fuerza para superar las dificultades, quita hasta el instinto de conservación y cierra los ojos del entendimiento para estrellarse contra ellas. El borracho podrá ser temerario, pero no valiente. Se excita en él la acometividad, el orgullo llevado hasta la demencia, el deseo de sobreponerse y dominar exaltado hasta el último límite; pero falta la serenidad, la reflexión, la sangre fría, el ánimo viril dispuesto á conseguir su propósito por los medios más conducentes, sin desmayar ni retroceder sino cuando el avanzar no tiene objeto y el mantenerse en el mismo sitio no revelaría cordura. Perdido el juicio y la libertad bajo la acción alcohólica, el militar, cuando tenga que obrar ó resolver por cuenta propia, se verá confuso y perplejo.

Aun el simple uso de bebidas alcohólicas, sin llegar á exceso, prescindiendo del peligro de trasponer el límite en que la cabeza se

pierde, no es recomendado por los grandes directores de muchedumbres armadas.

La fuerza, las energías físicas, la habilidad, la destreza, la resistencia á las fatigas de las marchas, el ímpetu arrollador en los asaltos son dotes necesarias en los guerreros que aspiren á ceñir el laurel del triunfo; y comprobado se halla, hasta quedar fuera de toda duda, que ninguna especie de bebida alcohólica fortalece sino es en apariencia.

En el ejército inglés de la India casi la mitad de los soldados son ya abstemios. Y se ha visto que á medida que el uso del alcohol disminuye, disminuyen también las enfermedades. Recibidos datos de seis regimientos, destinados en diferentes partes del Asia, se vió que anualmente entraban en los hospitales el 92 por 1.000 de los bebedores y sólo el 41 de los que no bebían.

El médico del ejército alemán, Leitemtorfer, en su libro *El ejército militar según la fisiología*, asegura, siguiendo la doctrina de Fickschen, que la tropa que no conoce el alcohol es superior á la restante, tanto por la fuerza de voluntad y de resistencia como por las necesarias virtudes morales; y que el alcohol es el más insidioso enemigo de la disciplina.

Estadísticas minuciosas tomadas en ejércitos ingleses demuestran que las faltas de subordinación y los castigos consiguientes son mucho más numerosos entre los no abstemios que en el resto de la tropa. Por eso el

generalísimo Lord Roberts solía decir que los efectos de la propaganda de la Real Sociedad de Templanza en la India equivalían al aumento de tres batallones en el ejército británico de aquel país.

Un general inglés ha calculado que 13.000 soldados abstinentes valían tanto como 15.000 que bebiesen.

En Norte América, Grant consiguió que buena parte de sus soldados dejasen la bebida, y ello le dió los mejores resultados para vencer al enemigo. El Auditor del ejército yankee, coronel Hilty, resumía en estas palabras largos años de experiencia: «Donde no interviene el alcohol, los tribunales militares apenas tienen sentencia ninguna que dar. Si se le suprimiese de los cuarteles, podría la justicia militar suprimirse».

La experiencia hecha por Lombroso, dando miel con vino en abundancia á las abejas, que al momento perdieron sus hábitos é instintos de orden, de obediencia y de disciplina, nos indica lo que sería un ejército que usase con exceso de líquidos fermentados. De éstos suele producirse el sueño, la modorra, la distracción; y en tales condiciones colocado un centinela, no es para decir cuanto daño podía de ello originarse en todo un campamento. La excitación que el uso inmoderado de los líquidos fermentados causa, no permite el pulso firme y el ojo certero para una buena puntería, ni la serenidad para afrontar friamente el

peligro. Los grandes tiradores conocen que el simple uso del alcohol les sería perjudicial y se abstienen de él. Uno de los más célebres, de quien se afirmó que nunca perdiera un blanco, preguntado si lo tomaba, contestó: «Estoy seguro de que la bebida hace tiempo hubiera acabado con mi puntería».

Mayores dificultades hay, y más grandes responsabilidades pueden derivarse, por llegar á producirse verdaderas hecatombes, en dirigir soldados que no obreros; y, sin embargo, vemos cuánto á los últimos se recomienda el no excederse, y el mismo no usar de bebidas alcohólicas.

Mientras las obras del canal de Panamá, la venta de todo alcohol estuvo en los hoteles y casas de comida terminantemente vedada. Muchas líneas de ferrocarriles en América prohíben toda suerte de bebidas intoxicantes á sus empleados en activo, castigando con la expulsión inmediata á los que beben cuando están desempeñando el cargo.

Desde antiguo se conoció que el alcohol es un estorbo, cuando no cosa peor, en un ejército.

«Nadie en el campamento pruebe el vino», ordenaba Platón, á pesar de que tenía de sus virtudes la equivocada idea que dejamos referida.

De Héctor, el más valeroso de los griegos, se sabe que era abstinentes; y Homero cuenta que, aun ofrecido por su madre Hécuba el vino, lo rechazó con estas palabras:

«Oh, Madre á quien se debe reverencia,
No me presentes esos dulces vinos;
Ni quieras embotarme la potencia,
La fuerza, el vigor y la excelencia
Del ánimo y el cuerpo tan divinos.»

Alejandro, que en frase de Napoleón, principió su carrera militar con el alma noble y generosa de un Trajano, terminóla con el corazón de hiena de Nerón, por haber abusado de sus fuerzas en el beber hasta vaciar diez veces la copa de Hércules, obscureciendo su gloria con verdaderas locuras y agotándose en la flor de su juventud, física y moralmente.

Licurgo quiso hacer, en frase de Lacabe-Plasteig (1), del pueblo de Esparta una nación de guerreros. Para ello publicó leyes severísimas prescribiendo la moderación más absoluta. Emborrachando algunos esclavos y presentándolos ante la juventud, les inspiraba aversión á abusar del vino. Así se lograron soldados como aquellos de Leónidas que, siendo su número reducidísimo, supieron detener la marcha de más de un millón de persas.

Los cartagineses, cuando estuvieron á punto de ejercer la hegemonía en Africa y Europa, prohibían severamente el vino á sus soldados. Anibal era casi abstinentes; pero las frecuentes borracheras á que se entregaban sus oficiales fueron la causa principal de su derrota. De él se cuenta que en cierta ocasión para

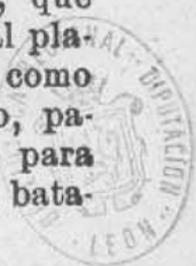
(1) *Intempérance et sobriété.*

vencer á los africanos procuró que les diesen vino abundante.

Julio César apenas probó el vino hasta los cuarenta años y entonces lo dejó en absoluto. Tuvo curiosidad de estudiar las relaciones del uso de bebidas alcohólicas con el triunfo de los ejércitos, encontrando que en nada le favorecía. La dificultad con que venció á los *Nervii* achacóla á que sólo bebían agua.

Los romanos, en su época de mayor gloria, no permitían á sus soldados otra bebida que agua y vinagre. Luego que la sobriedad dejó de ser la característica de sus generales y jefes, la fuerza militar del imperio comenzó á decaer visiblemente.

Cuando Mahoma se propuso conquistar el mundo, principió por hacer que sus adeptos renunciasen á toda bebida alcohólica y llegó á mandar se descepasen los viñedos. «¡Oh, creyentes, se lee en la Jura 5.^a del Corán, el vino es una abominación inventada por Sata-nás. Absteneós de él, para no llegar á ser perversos. El demonio se servirá del vino para encender entre vosotros el fuego de la discusión y apartaros del pensamiento de Dios y del espíritu de oración». Los soldados musulmanes demostraron á través de los siglos, que el abstenerse del vino no es renunciar al placer de la victoria. La expresión «fuerte como un turco», que ha quedado en proverbio, patentiza no ser necesario el uso del vino para encontrarse con fuerzas al combatir. La bata-



lla de Hastings la ganaron los normandos, que en los tres días anteriores no habían probado el vino, contra los sajones, que poseían numerosas ventajas sobre sus contrarios, pero habían pasado en continua borrachera la víspera de la batalla.

Las derrotas que á principios del siglo XVI infligieron los españoles á los franceses, creyólas debidas Francisco I á los excesos báquicos muy frecuentes entre sus tropas. A fin de extirparlos impuso penas terribles contra los que se embriagaban, llegando á la de azotes públicos y hasta cortarles las orejas si eran reincidentes.

Federico el Grande prohibió que se diese aguardiente á sus gigantescos soldados de la Guardia, á fin de que conservasen el vigor, fueran modelo de disciplina, y constituyesen un núcleo de resistencia en los instantes decisivos y supremos de la lucha.

Los soldados abstemios del Japón vencieron á los de Rusia bebedores. En la guerra del Transvaal las enormes dificultades que los ingleses tuvieron para dominar á los boers atribúyense en gran parte á ser éstos abstinentes.

Ya en los ejércitos de la Gran Bretaña se conocía lo perjudicial que era el alcohol; y por eso, en la expedición contra los Ashantis sir Garnet Wolseley substituyó por el té la ración diaria de ron que se daba á sus soldados. Lo mismo había hecho en el Tonkin el general Tourcy con las tropas coloniales francesas.

La flotilla de cinco torpederos italianos que en la guerra contra los turcos penetró por los Dardanelos, en Julio de 1912, tenía prohibido embarcar una sola gota de alcohol, y si alguno había á bordo, lo arrojó al mar al dar comienzo á la temeraria expedición.

El Kaiser ha favorecido notablemente el establecimiento de *casinos militares* sin despacho de alcohol. Es el gran protector del movimiento antialcohólico en el ejército no cesando de aconsejar á los soldados el té en vez de la cerveza. Antes de estallar la guerra, solía decir que vencería aquella nación que menos consumo de alcohol hiciese. «La escuadra que beba menos alcohol, dijo en ocasión solemne á los marinos, será la vencedora; y ésa, caballeros, debéis ser vosotros.» Sus discursos, recomendando la templanza y aun la abstinencia en el ejército, han sido elogiados por los socialistas y por todos los patriotas, disgustando solamente á los que se dedican á la producción y tráfico del alcohol. Acordábase el emperador, sin duda, de la guerra del 70, donde la falta de orden, de disciplina y de energías de las tropas francesas se supuso, no sin fundamento, originada en gran parte por el mucho consumo que hacían de bebidas alcohólicas.

Durante la lucha que hoy ensangrienta al mundo, el sultán de Turquía prohibió bajo terribles penas en Constantinopla el uso de todo líquido alcohólico.

A las tropas inglesas que pelean contra Ale-

mania se les vedó también aguardientes y licores.

El ministro de la Guerra en Rusia, M. Krensky, publicó una orden del día contra el alcohol, haciendo comprender á los soldados el peligro de la absorción de ese veneno, é invitando á los oficiales á que se opongán por todos los medios al consumo de la «vodka», aguardiente corriente en el país.

La guerra ha traído la ventaja de que se combata al alcohol, enemigo de la fortaleza de las naciones. Con arreglo á la disposición dictada por el Consejo de Ministros, el del Interior, M. Maery, dirigió á los Prefectos de Francia una circular para que prohibiesen la venta al detall de bebidas espirituosas y el consumo de toda bebida, sea la que fuere, excepto en las horas correspondientes á las dos comidas principales.

También en los Estados Unidos, en cuanto entraron en guerra, se dieron órdenes severas prohibiendo la importación de licores y el empleo de alcoholes destinados á la bebida. Ya antes la venta de bebidas destiladas estaba prohibida en las cantinas militares.

Un parte oficial, comunicado de Alemania, decía en Junio de 1917: «Soldados del segundo Regimiento de South Wales, hechos prisioneros cerca de Monchy el día 22, declaran que unos momentos antes del ataque les dieron á beber grandes cantidades de ron, y los que no quisieron hacerlo fueron persuadidos

por sus oficiales». De darse veracidad á los declarantes, trátase de un hecho aislado. La misma extrañeza que causó en los alemanes prueba que nadie admite el ron entre los elementos para vencer en los asaltos. Si el soldado, bebiendo mucho alcohol, se viera ser más valeroso ó más fuerte ¿cómo se explica que en ningún combate se acuda á este medio de enardecer y fortificar á los luchadores? Las preocupaciones que acerca de este punto pudiera haber en tiempos más atrasados, se han absolutamente desvanecido en el nuestro. Con tanta razón como energía protestaba Hervé en *La Victoire*, en el mes de Julio, de que al paso de los trenes militares se vendiese ninguna clase de alcohol ni tampoco vino: «Dejar á los soldados beber, decía, es jugar con fuego; es exponerse á escenas de desorden y de indisciplina que serán terriblemente dolorosas de reprimir».

Licor pérfido, en ocasión científica solemne, llamó al alcohol el sabio J. B. Dumas. Por lo que acabamos de exponer se deduce que tiene bien merecido el nombre: promete valor y energía á los guerreros y no hace otra cosa que trastornar su juicio, alterar su pulso, oscurecer su vista, y quitarles el dominio sobre sí propios para que á la postre no puedan dominar á sus enemigos.

El alcohol no cura

AGUA DE VIDA, EAU DE VIE, llaman los franceses á lo que nosotros llamamos *aguardiente*; y ya un médico del siglo XVII, Guy Patin, conocedor de sus peligros, decía que debería bautizársele con el nombre de *agua de la muerte*.

El alcohol, que popularizó en Europa, durante el siglo XIII, Arnaldo de Villanueva, el famoso alquimista médico de Pedro III de Aragón, no se vendió en un principio más que en las farmacias. «De ellas, escribe el doctor Gallovardin, (1) jamás debió haber salido: nunca debió ser empleado sino como medicamento».

Nadie niega que el alcohol pueda ser útil como medicamento. Lo propio se debe decir de los venenos todos. Por su poder anestési-

(1) *Alcoholisme et criminalité.*

co lo usaban los antiguos para disminuir la sensibilidad en las operaciones dolorosas y como calmante lo aconseja la terapéutica actual en ciertos estados de excitación refleja. Pero está reconocido por ilustres profesores que de ningún otro medicamento se ha abusado tanto como de éste.

Ningún hombre razonable prescribirá el alcohol en las enfermedades crónicas, como no se prescribe en las mismas la morfina ó el cloral, no siendo para dulcificar los dolores de un moribundo: su uso habría de reducirse á las afecciones agudas, para aliviar estados pasajeros de dolor. Como remedio indispensable para varias de ellas lo tienen algunos médicos; pero «hasta ahora, afirmó con su autoridad indiscutible el Profesor de Basilea, Doctor Bunge, (1) no se han presentado pruebas de su acción favorable».

Muy perniciosa es la creencia de que á los cantantes, á los músicos y á los oradores las bebidas alcohólicas, tomadas poco antes de presentarse al público, les facilitan la ejecución de su cometido. «Verdaderamente, dice el ilustre médico inglés Browne, (2) comunican algo de energía, pero ficticia, para dejar pronto el paso á una depresión muy marcada». Se trata de un hecho en que no cabe lugar á la duda. «Para conocer la deplorable influencia de los alcoholes sobre la voz, observa el Pro-

(1) La cuestión del alcohol.

(2) La voz, el canto y la palabra.

fesor de elocuencia Gondal, (1) basta oír á un borracho».

Todavía en gran parte del vulgo se cree útil el aguardiente para que vuelvan en sí los desmayados y para curar toda clase de ataques y accidentes. Se desconoce el principio científico de que á una persona insensible no se le debe suministrar remedio ninguno por la boca, y que al recobrar el conocimiento lo mejor es el uso del agua.

Aun entre personas no ayunas en conocimientos de medicina suele haber la creencia de que el uso de bebidas alcohólicas ayuda en su trabajo al corazón y es de mucha utilidad para los cardiacos.

Nada, sin embargo, más lejos de los cierto. Un médico español que trabajó lo indecible por vulgarizar las conclusiones de la higiene, don José García del Moral, hacía esta aseveración, resultado de sus estudios (2): «El alcohol aumenta la acción cardiaca de tal modo que se puede calcular que el exceso diario de trabajo producido sobre el corazón por una dosis de cuatro onzas de alcohol representa el esfuerzo necesario para poder levantar 15 toneladas á la altura de un pie». Un profesor de la Universidad de Viena, Kassowitz, dice que, estando demostrado ejercer el alcohol sobre el trabajo muscular una acción muy des-

(1) *Parlons ainsi.*

(2) El alcoholismo.

favorable, lo mismo que sobre el músculo cardíaco, es una locura dárselo á título de medicamento á los que padecen del corazón.

La frecuencia del pulso en los bebedores, signo de aceleración en la actividad del corazón, no puede invocarse como prueba de favorable acción excitante. Sabios eminentes atribuyen la sobreactividad cardíaca no á efecto directo del alcohol, sino á las circunstancias exteriores que generalmente acompañan á las libaciones alcohólicas. El efecto del vino tomado tranquilamente en casa es muy distinto de cuando se está en una reunión de bebedores.

Para estimular las funciones nerviosas y para que las células reaccionen contra los elementos de la infección, algunos médicos recomiendan en las enfermedades febriles los vinos generosos, siguiendo aquella teoría del catedrático de Medicina de Lyon, Dr. Henri Soulier: «cuanto más alcohólico, es el vino más conviene en las fiebres».

El Dr. Manquant escribió: «La indicación del alcohol como tónico no me parece ni demostrada ni probable y, sin admitirla, no se le puede considerar beneficioso en las enfermedades infecciosas, en las cuales el protoplasma sufre mayores ataques de parte de las sustancias tóxicas normalmente producidas».

Doyen fue quien primero estudió, desde el punto de vista experimental, el valor del alco-

hol contra las infecciones; pues ingiriéndolo en conejos de Indias y haciéndoles tragar cultivos coléricos, notó que presentaban entonces menos resistencia á la infección.

En el sentido de que el vino es bueno para combatir las fiebres tifoideas se pronunció la opinión de varios sabios de no muy lejanos tiempos. Se ha dicho recientemente que el bacilo de Eberth no vive más de dos horas en una botella de vino ordinario, variando su vitalidad según la temperatura y conforme á la naturaleza del líquido, y marcadamente en relación con sus ácidos, enumerados en escala descendente: sulfúrico, clorhídrico, acético, fé-nico, fórmico, tartárico, málico, tánico y bórico, hasta el punto de que hay vinos donde los bacilos tíficos se esterilizan en menos de 15 minutos, no llegando á 10 en el champagne y siendo, en general, por su hiperacidez y por la mayor cantidad de ácido sulfuroso que contienen, más bactericidas los vinos blancos que los tintos, sin que influya para la variante la diversidad del grado alcohólico.

De observaciones moderadas y escrupulosas se ha deducido, contra la opinión de algunos autores, que el alcohol tiene poder antiséptico muy poco activo. Los doctores E. Rodín y F. Pailheret presentaron á la Academia de Ciencias de París un estudio acerca de la sidra, haciendo constar que el bacilo tífico, si existe en el mosto antes de la fermentación, continúa después sin sufrir nada, y lo mismo

el colibacilo. Pouchet (1) notó que las variedades del bacterium-coli conservaban en la sidra su virulencia. Lo cual se ha comprobado también en las bebidas más cargadas de alcohol.

No; el alcohol, incapaz de obrar directamente contra los agentes patógenos, no vale cosa para obtener las reacciones favorables al organismo.

Lo más que puede admitirse con M. Labbé en su interesante trabajo intitulado *El alcohol y la resistencia del organismo á las enfermedades*, es que este líquido no obra ni favorable ni desfavorablemente en el tratamiento de las infecciones, por no ejercer influencia ninguna en su evolución. También cabría decir con Frich de Zurich que, al paralizar los centros nerviosos de los enfermos, disminuye sus dolores y los sumerge en un estado de euforia que les hace creerse mejor de lo que están en realidad. Además de su condición de narcótico, en su calidad de excitante, admite el juicioso H. Triboulet (2) que «se le puede utilizar en ciertos momentos de la enfermedad como un latigazo al organismo debilitado.»

No hay que decir que si el uso de líquidos alcohólicos no favorece la curación de las enfermedades, el abuso la impide ó dificulta. Las agudas, á causa del estado congestivo que provoca y sostiene, sufren perturbaciones en su evolución; las crónicas se oponen más á la

(1) *Traité de Pharmacodinamie*, vol. 2.º

(2) *Physiologie de l' alcool*.

cura, la cual sólo se consigue, cuando se consigue, muy lentamente; y las epidémicas buscan sus víctimas con preferencia entre los alcohólicos. Durante las invasiones de cólera se observó que la cifra de admisión en los hospitales aumentaba los lunes y martes ó sea en los días que siguen al de mayor consumo de alcohol.

De dudoso provecho y para muy pocos casos, el alcohol todavía conserva parte de su antiguo crédito como agente curativo. Muy bien lo declaraba el Dr. Corona en las siguientes líneas: «Bajo la forma de vinos medicinales, vinos reconstituyentes, pociones tónicas, etc., etc., se expenden en las farmacias verdaderos venenos para los enfermos; ese abatimiento que se produce en el hombre sano cuando usa de los alcoholes, sobreviene peor en el tísico, en el que tiene fiebre, en el que tiene una pulmonía, en el que padece del estómago, etc.; el estímulo que proporcionan estos vinos y esas pociones tónicas, va seguido al poco tiempo de una depresión mucho más intensa, quitando al enfermo sus últimas fuerzas que le serían muy útiles.»

Cuando la propaganda de los médicos acerca del alcohol ha principiado á dar sus frutos, escribió M. Romme (1), los grandes industriales, observando la reacción contra él manifestada, tuvieron un rasgo de ingenio. Explotan-

(1) *La lutte contre l'alcool.*

do la preocupación relativa á las virtudes fortificantes y tónicas de ciertas substancias medicinales como la kola, la quinina y la coca, se pusieron á fabricar licores á base de las mismas, y así «los líquidos intoxicantes pasaron desde el mostrador del tendero á la mesa del burgués mejor intencionado.»

He aquí una reflexión de Strittmatter (1). «Lo que realmente maravilla á toda persona culta, es que aún hoy día haya médicos que se hallen en la supersticiosa creencia de que el alcohol da *vigor y fuerza*, y que en su consecuencia prescriban á sus pacientes esos sedicentes *vinos medicinales* que en cuanto á nocuidad en nada se diferencian de los demás licores espirituosos, ¿Qué decir de semejante atraso, de tan crasa ignorancia de hechos biológicos, en personas llamadas á dirigir y á ilustrar al pueblo en materia de higiene? ¡Da vergüenza pensar que semejantes dislates pueden aún cometerse hoy día! Facultativos hay que sin reparo alguno prestan su firma á certificados laudatorios de cualquier específico á base de algún brevaje alcohólico. ¿No merece esto la más enérgica y pública reprobación?»

Los tratadistas admiten una *alcoholización médico-farmacéutica*. Se ha llegado, escribe el doctor Baret, á la *alcoholatría*, siendo los objetos de este culto los vinos de quina, de coca

(1) Vegetarismo ó carnivorismo.

y de kola y la *poción de Todd*, debido á que los médicos de la generación anterior y aún no pocos de la actual, guiados por una fisiología defectuosa, recetaban como tónico el alcohol para todas las enfermedades.

No se sabe bien cuánto daño causan los específicos y elixires á base de alcohol, preconizados en pomposos anuncios como verdaderas panaceas, recomendados por los diarios y aun por revistas profesionales, y tomados con verdadera fe por innumerables enfermos, sobre todo por los que, no encontrando alivio en ningún remedio conocido, acuden á las milagrosas virtudes atribuídas á los brevajes alcohólicos. Estos, y más si se toman en ayunas, provocan el alcoholismo, con mayor ó menor rapidez según la cantidad y la calidad del líquido y la predisposición ó resistencia del bebedor.

El P. Hamon, en una preciosa obra contra el alcoholismo (1), reprobaba con sobra de motivos la facilidad excesiva con que muchos médicos recetan á las mujeres el uso cotidiano de los estimulantes alcohólicos «preparando con esto el camino á la terrible pasión del alcoholismo».

Con harta razón el farmacéutico señor Ubeda Correal (2), entre las causas del tan extendido y creciente alcoholismo, señala «el abuso de medicamentos á base de vinos muy al-

(1) El alcohol.

(2) El alcoholismo.

cohólicos, dosificados de manera que no es precisa la intervención del médico para su empleo á voluntad del aficionado, que busca en ellos las virtudes terapéuticas que pomposos anuncios le prometen, vinos que encuentra hasta en los cafés».

La misma idea expresó el doctor Fiorioli della Sena, cuando señala como obligación del médico (1) el popularizar los conocimientos científicos acerca del alcohol y combatir el prejuicio vulgar de que da resistencia contra las enfermedades en general y particularmente contra las infecciosas, indicando por razón que al suministrar grandes dosis de alcohol á los enfermos, por ejemplo, á los pneumónicos y á los tíficos, los antiguos maestros en el arte de curar habían dado involuntariamente causa al alcoholismo de las muchedumbres.

Nadie como los propios facultativos puede reconocer los perniciosos efectos que de tan viciosas prácticas se derivan.

El médico señor Fernández Oliva, uno de los que más en España trabajan contra el alcoholismo, publicó en *El Abstemio* un artículo titulado *Deber de conciencia*, defendiendo que lo tienen los médicos, y muy grave, de deshacer el mal que inconscientemente á la sociedad causaran sus antecesores. «En poco tiempo, dice, llenaron las farmacias de vinos y preparados farmacéuticos á base de tan per-

(1) *La funzione del medico nella lotta contra il alcoolismo.*

niciosa droga, para todas las edades y todos los gustos; preparados que rápidamente aficionaron al alcohol á muchos que posiblemente jamás lo hubieran llegado á probar á no ser por aquellos consejos y la facilidad de adquisición de estos preparados; siendo muy frecuente encontrar personas que toman alcohol desde que padecieron tal ó cual enfermedad durante la que les ordenó su médico el uso de determinado compuesto alcohólico (vino, cerveza, coñac, etc.) y no faltando quienes, escudados en aquel mandato que no quieren dar por caducado por mucho que sea el tiempo que haya transcurrido, desprecian los consejos que en sentido contrario se les da hoy, contestando á nuestros requerimientos para que abandonen tan fatal práctica, expresando el temor de volver á caer enfermos si abandonan su uso diario».

Aunque eso no fuera, con la antigua práctica seguíanse, entre otros perjuicios, el de favorecer la funesta opinión del vulgo sobre multitud de virtudes de las bebidas alcohólicas.

Afortunadamente, entre los médicos modernos se nota la tendencia á prescindir del alcohol como medicamento. A lo sumo se le considera útil en algunos casos de urgencia excepcionales, discutible en la mayor parte de los estados agudos ordinarios, y dañoso siempre que hay desórdenes hepático-renales, ó manifestaciones meningocerebrales ó dete-

rioros alcohólicos preexistentes. El doctor Jacquet, visitados todos los hospitales de París y muchos de provincias, publicó una Memoria haciendo constar la creciente disminución del uso del alcohol en ellos, menos el champagne. En América ó Inglaterra existen ya buen número de hospitales donde se anuncia no emplearse para nada el alcohol, tratándose, claro está, del uso interno, pues sabido es que la cirugía moderna le cuenta entre los más poderosos desinfectantes de las heridas.

En resumen, el alcohol es susceptible de indicaciones terapéuticas que han de ser precisadas y prescritas por el facultativo; pero son falsas la mayor parte de las virtudes medicinales que le atribuye el vulgo. Más todavía; generalmente puede decirse con el Dr. Bienfait: «Es un traidor: en vez de ayudarnos en la lucha contra los enemigos, nos entrega á ellos insidiosamente».

XI

El alcohol no favorece el trabajo intelectual

UN autor relativamente antiguo, Brouardel (1), trataba de justificar el que los hombres de estudio bebiesen.

Otros hay según los cuales el alcohol en pequeñas dosis es un excitante del sistema nervioso, que no ofrece inconveniente alguno, antes al contrario, gracias á él las ideas son más claras y numerosas y la palabra más fácil, llegando sólo á la exaltación la exhuberancia funcional cuando se eleva y exagera la dosis. Pero muchos, en virtud de concluyentes observaciones, deducen que el alcohol es un veneno narcótico que, aun en cantidad mínima, estorba y detiene el trabajo cerebral y paraliza y menoscaba las funciones intelectuales.

Principiemos por aducir el testimonio del más glorioso de los actuales hombres de cien-

(1) *Los hombres de ingenio*, 1896.

cia españoles, Ramón y Cajal, cuyas son estas palabras:

«Las gentes del campo, los sencillos, los que no acostumbran ó no pueden usar vino, conservan en la vejez casi toda su lucidez mental: serán seres de inteligencia poco poderosa; pero esta inteligencia, grande ó pequeña, persiste intacta durante la senectud, aún con las extraordinarias longevidades que suelen alcanzar los campesinos y labriegos.

»Dígase lo que se quiera, el mejor excitante para el trabajo mental es el propio pensamiento; mejor que con ninguno otro artificio se estimula la mente con tres elementos: preparación, atención, reflexión. Nada tan poderoso como la atención y el estudio para poner el pensamiento en el tono necesario al trabajo intelectual.

»Las excitaciones mentales producidas por el alcohol, como las del café y las del tabaco, son fugaces, rápidas; duran lo que cuesta al organismo descartar el veneno ingerido; por el contrario, la vibración causada en los nervios siendo normal aprovecha mejor los recuerdos de la memoria y de la asociación de ideas, rinde un trabajo más sólido y completo, y, en fin, no deteriora la complicada máquina del pensamiento.

»Tan cierto es que la atención sobreexcitada exalta la actividad cerebral, que hay muchas personas que se emborrachan hablando, como otras meditando. ¿Quién es capaz de

dormir cuando una idea se enseñorea de la mente, cuando el deseo de dar solución á un problema largamente meditado pone en tensión toda la maravillosa urdimbre cerebral? ¿Que más café? ¿Que mejor alcohol?

»De mí puedo decir que de ordinario no consumo más que una pequeña copa en cada comida; pero ésto no lo hago por higiene, sino por un vicio del cual no he logrado todavía desprenderme. Si alguna vez se olvidan de servírmelo, no noto la falta.»

El vino, asegura el Doctor Clemente y Guerra, profesor de la Universidad de Valladolid, «envilece y embrutece al obrero intelectual».

Del Doctor Tolosa Latour son estas palabras: «He considerado siempre el alcohol como un veneno del sistema nervioso.»

El Doctor Eulogio Cervera escribió: «Toda bebida alcohólica excita primero, adormece después é inutiliza más tarde la función de la célula nerviosa».

Se haría interminable el que quisiera aducir todos los testimonios de sabios extranjeros sobre este punto.

Un celeberrimo profesor de Fisiología, el de Basilea, Bunge, se expresaba así: «Todos los que han hecho la prueba, atestiguarán que las facultades intelectuales poseen mayor fuerza de penetración cuando del todo uno se abstiene de bebidas alcohólicas. Toda discusión acerca de ello sería supérflua. El alcohol es in-

útil; mejor dicho, perjudica para todo efecto intelectual.»

En una Memoria del Doctor Falk, resumiendo los trabajos minuciosos y verdaderamente científicos de muy famosos experimentadores, se llega á las deducciones siguientes: «Obrando de manera deprimente sobre todas las funciones intelectuales, el alcohol disminuye la productividad cerebral. Aumenta al principio la excitabilidad del aparato motor, favoreciendo así el paso á la esfera motriz de la energía, representada por la totalidad de la riqueza intelectual adquirida precedentemente; pero esta acción es transitoria, y, en cambio, la depresión que sigue, dura no sólo el tiempo próximo de la absorción, sino también varios días».

Se cree por algunos que, no tratándose de borracheras completas ó pronunciadas, en el primer comienzo de la embriaguez gana la inteligencia por la rapidez con que las ideas ocurren y por la fijeza con que alguna de ellas se mantiene. Pero no es de este parecer el eminente profesor de Fisiología en la Universidad de París, Carlos Richet, en su libro *Los venenos de la inteligencia* (1), cuyas son estas frases: «En estado normal, todas las facultades, la imaginación, el juicio, la memoria, la asociación de ideas están regidas por otra facultad superior, que es la atención. La aten-

(1) Cap. I.

ción ó la voluntad es el hombre mismo: es el *yo* que, estando en posesión de los recursos de que dispone, los toma donde quiere y cuando quiere para hacer el uso que le place. Según ésto, en la borrachera, hasta en su principio, la voluntad y la atención han desaparecido. No hay más que la imaginación y la memoria, que, abandonadas á sí mismas, sin reglas y sin guías, producen los efectos más inesperados. Unas veces es una idea que no puede retenerse, pues la atención está más bien destinada á eliminar ciertas ideas que á fijar otras. La idea fija proviene, pues, tanto de la falta de atención como de la demasiado fugitiva, y en los dos casos es la consecuencia del envenenamiento del cerebro por la sangre cargada de alcohol. También, aunque parece al que experimenta un principio de borrachera que su potencia de trabajo ha aumentado, si quiere realmente trabajar, se sentirá pronto impotente para recoger y fijar sus ideas, y la fecundidad engañosa de que se veía dotado en un principio, se le aparece pronto como una impotencia real contra la que no puede luchar. Algunas veces, sin embargo, por un efecto del azar ó también de la costumbre, la idea fija involuntaria es justamente la que quiere desarrollar, y esta feliz coincidencia puede hacerle creer que su atención está intacta; mas esto no sería sino una ilusión, pues no podrá hacer ningún otro trabajo».

Es una verdad la que expresa el inglés Cullen al decir (1) que «las bebidas alcohólicas, aún en cantidades que se llaman moderadas, hacen á las personas menos capaces para pensar y aprender, menos prontas para ver y oír é indecisas en sus juicios sobre lo bueno y lo malo».

No cabe atribuir efectos perjudiciales sobre el cerebro á solamente el abuso del alcohol; el uso mismo, en cantidades que se tienen por moderadas, no le favorece en manera alguna, sino todo lo contrario. Podrá haber diferencia de apreciaciones, en cuanto á la intensidad de la acción, por lo que respecta á la clase de bebidas; siendo cierto, por ejemplo, lo que dice Pasteur (2), de que «el vino blanco influye en el cerebro más fuertemente que el tinto. Es un estimulante que obra con energía sobre el sistema nervioso. Tomado, aunque sea en cantidad moderada, determina una sensación de enervamiento y disminuye la aptitud para los trabajos intelectuales».

Evidentemente, hay cabezas más seguras que otras, cerebros más firmes para resistir el ataque del alcohol, y, por tanto, una misma dosis produce mayores y peores efectos en distintas personas.

Sin embargo, con sobra de razón escribe el doctor Hoppe: «Miles y miles de personas con el uso cotidiano del alcohol arruinan lenta-

(1) Catecismo de templanza.

(2) *Etudes sur le vin.*

mente el cerebro, le roban actividad, disminuyen la importancia de su trabajo; y eso que la cantidad que beben puede llamarse moderada con arreglo á las opiniones vulgares».

Con numerosas autoridades podría corroborarse la suya.

Del profesor de Fisiología en Vürzburg, A. Fick, son estas palabras: «Es incontestable que cada dosis de alcohol, *aún la más moderada*, disminuye la capacidad para el trabajo intelectual».

El eminente profesor de Berlín, Juliusburger, escribió: «Ningún médico deja de reconocer que la ingestión, *aunque fuere moderada*, de bebidas alcohólicas produce un rebajamiento de la actividad psíquica experimentalmente demostrable. El curso de las funciones espirituales queda prematuramente retardado».

Y por citar también sabios de nuestra Patria, recordaremos que el doctor Horno Ahorta, director de *Clínica y Laboratorio*, después de afirmar que el alcohol paraliza la atención y la memoria é incapacita el juicio, añadía: «El uso diario en cantidad moderada es tan perjudicial como el abuso».

Sí; hay que repetir con el docto Augusto Forel (1): «Un análisis exacto permite asegurar que el efecto de las *pequeñas dosis de alcohol* sobre el cerebro es, en el fondo, bajo una forma atenuada, y por eso poco aparente, el

(1) *La boisson dans nos mœurs.*

mismo que el de las dosis embriagantes, que todos pueden ver bajo su forma brutal en la borrachera».

A la autoridad de los sabios jÚntase otra más fuerte: la de la razón, fundada en los procedimientos científicos modernos.

La ciencia, al hacer clasificaciones de venenos según las partes del organismo á las cuales más directamente atacan, como el corazón, el cerebro, la sangre, los músculos, la médula, el hígado, etc., llama al alcohol el veneno de la inteligencia.

La afinidad del alcohol por el cerebro, el ser éste de todos los órganos del cuerpo humano el que proporcionalmente retiene mayor cantidad, explica su influjo venenoso sobre el mismo. Diríase que este líquido es particularmente atraído por el encéfalo y que allí se reune y almacena.

Abierto el cráneo de un hombre que haya muerto á poco de beber, se notará el olor característico del alcohol, el cual podrá inflamarse, aproximando fuego, si se produjo en estado de embriaguez la muerte.

En substancia é íntegro pasa á la sangre el alcohol, y al alterar su circulación produce alteraciones en el cerebro, al cual, por otra parte, congestiona á causa de la mucha sangre que á él hace afluir. Examinando el de un hombre dado al alcohol, se advierte que el color no es el ordinario, sino rojizo, y que sus venas están hinchadas. Mezclado con la san-

gre, al penetrar en los tubos capilares que rodean y entran en la masa encefálica, los irrita produciendo trastornos en su funcionamiento. Los que beben con exceso llegan á tener un cerebro tan duro como el de los animales que se haya puesto varios días en un frasco de alcohol.

Se ha calculado que bebiendo cada día medio litro solo de vino de no más de 10 grados, al cabo de veinte años se habrá hecho circular por el corazón y el cerebro 243 litros de alcohol puro.

Si además se tiene en cuenta que el influjo pernicioso del alcohol sobre el cerebro dura tres días después de haberse ingerido y no cesa totalmente en una semana, se comprenderá el daño que ha de recibir con que se beba diariamente.

Por otra parte, hállase comprobado que las células del cerebro tienen más substancia crasa que las otras, y que el alcohol es un gran disolvente de las grasas. De ahí que sea ésta la parte del cuerpo á la que más daña.

El cerebro tiene millones de células microscópicas y una finísima red de fibras. Siendo de materia y de estructura tan delicada los elementos nerviosos cerebrospinales y tan complejas y elevadas sus funciones, se comprende cuán vivamente haya de afectarlos cualquier desequilibrio ó alteración de sus elementos nutritivos. Así se explica que cuando apenas el alcohol ha tenido tiempo de di-

fundirse en pequeña cantidad por todo el organismo, ya sienta la cabeza sus deplorables efectos.

Por la mutua relación, por el misterioso *comercio*, según la expresión de los filósofos, que entre alma y cuerpo existe, dáse á conocer que, herido por los ataques del alcohol el cerebro, las funciones intelectuales se desempeñan con dificultad y torpeza. Bellamente lo expresó Lefébre en la *Revue de questions scientifiques* con estas frases: «Instrumento de las manifestaciones del alma durante el curso de nuestra vida mortal, el cerebro vibra al soplo de sus pensamientos y de sus emociones. A manera de dócil teclado los traduce fielmente cuando está intacto; pero como está hecho de materia, obedece también á las excitaciones que parten de la materia.

»El hombre ha encontrado en ciertas substancias, y especialmente en el alcohol, el secreto, verdaderamente formidable, de extender á su antojo los resortes de este órgano; y ved aquí el punto en que comienza un misterio insondable y terrible.

»Cuando el alcohol ha introducido el desorden en este maravilloso instrumento del alma, ésta misma se pone como loca, pues pierde, no solamente el dominio del cuerpo, sino el dominio de sí misma».

El que la acción del alcohol sobre los centros *cefalorraquídeos* se traduzca en excitación y torpeza funcionales, dos efectos que no pa-

rece puedan proceder de una misma causa, lo explica así la ciencia con la teoría de las *neuronas*. Conducido el alcohol por intermedio de las circulaciones sanguínea y plasmática hasta ser puesto en íntimo contacto con los elementos fundamentales de la substancia nerviosa, el primer efecto de su acción irritante será la *retracción*, acompañada de modificaciones especiales—*aspecto arrosariado*—de las prolongaciones protoplasmáticas y ramificaciones terminales de los cilindros-ejes que con ellas se entrecruzan, á consecuencia de lo cual disminuye el número y la extensión de los contactos y las comunicaciones celulares se hacen menos íntimas. Es decir, que se produce una verdadera *disociación* de las *neuronas*, una especie de *aislamiento* celular con la consiguiente incoordinación de los distintos elementos. Interrumpidos en gran parte los conductores, sobrevienen las dificultades para la transmisión de las impresiones sensitivas, y la falta de precisión, el *titubeo*, para los movimientos combinados.

Por otra parte, la irritación provocada directamente sobre la misma célula nerviosa, principalmente sobre las más superiores, dará lugar á esa *agitación*, esa *sobreactividad*, esa especie de *inquiétude mental* que caracteriza el primer periodo de la intoxicación alcohólica aguda, *agitación* que va acompañada de cierto grado de *hiperideación* y tendencia á la locuacidad, pero sin que esto quiera decir, como

generalmente se supone, que la inteligencia se avive y las ideas sean más claras; lejos de esto, la función intelectual, en su conjunto, siempre se resentirá, más ó menos, en su seguridad, no sólo porque las sensaciones é imágenes exteriores que le sirven de punto de partida no pueden ser percibidas en toda su integridad y pureza, sino porque las comunicaciones entre los mismos centros psíquicos encargados de relacionarlas se encuentran en gran parte interrumpidas.

La excitación alcohólica, desde el punto de vista de la energía psíquica, tiene más de engaño que de verdad. Aunque las ideas parece que acuden muy rápidamente al entendimiento, en realidad están debilitadas y confusas, según repetidas experiencias han atestado.

Pero sea cual fuere la excitación que se suponga producida por el alcohol en las facultades anímicas, no puede negarse que perturba el funcionamiento regular de ellas.

Ni ha de omitirse que los que usan el alcohol como un estimulante para el cerebro, llegan á necesitarlo, á convertirlo en verdadera necesidad para las funciones intelectuales más fáciles y comunes. Se distraen, no fijan las ideas, se confunden, sienten fatiga en el discurrir, no aciertan á raciocinar si no se alumbran con la llama engañosa del aceite de uva, del espíritu de vino.

La Academia de Medicina de París ha he-

cho observar que cuando la acción del alcohol, aun sin pasar de la ligera excitación del principio, se repite cada día, al sencillo sacudimiento del tejido nervioso, que al pronto ya produce, suceden poco á poco lesiones materiales, después la congestión difusa del cerebro más ó menos generalizada, más ó menos persistente, hasta llegar en algunos casos al reblandecimiento.

Es observación de M. Feré (1) que cuanto un hombre es más cerebral, más peligroso le es el uso del alcohol, ya por la mayor intensidad de la excitación y de la depresión consiguiente, ya porque con particular facilidad se contrae la costumbre y se llega á los más grandes abusos.

Por lo mismo que es tan rápida la acción del alcohol sobre el cerebro y sus manifestaciones pueden apreciarse de muy diversos modos, es difícil que muchos se convenzan de que las perturbaciones producidas dejen huella ninguna. Sin embargo, la ciencia lo tiene demostrado suficientemente.

De la Memoria á este propósito escrita por el Profesor Sikorsky resultan probadas estas conclusiones: «El alcohol disminuye la rapidez del pensamiento, priva de originalidad á la imaginación y reflexión; modifica las sensaciones, cambiándolas de finas y complejas en groseras y elementarias; trastorna los hábitos de trabajo y de perseverancia».

(1) *Alcool et cérébralité.*

En las experiencias hechas con varios individuos, probándose científicamente que, tomadas pequeñas dosis de alcohol, se disminuía su trabajo cerebral, es muy curioso, según nota E. Lancereaux (1), que ellos tenían la persuasión de trabajar mejor y más deprisa.

*
* *

Perjudicial para todos los cerebros, el uso, aun moderado, de bebidas alcohólicas, lo es mucho más en la niñez y en la juventud.

Algunos de los sabios que han estudiado su efecto en los escolares, han querido ponerse á sí propios como ejemplo, para aportar al examen de la cuestión su propia experiencia personal.

El profesor de psiquiatría en Cristianía, Dr. Vogt, durante ocho meses, hizo observaciones en sí propio decorando de memoria versos de la *Odisea* diariamente; y vino á concluir que aprendía mejor y retenía por más tiempo lo aprendido los días que se abstenía del alcohol que aquellos otros en que lo tomaba moderadamente.

Experimentos parecidos hicieron en sí propios A. Smith y O. Fürer, sacando por consecuencia no sólo que para sus trabajos intelectuales y ejercicios mnemotécnicos necesitaban, cuando bebían, más tiempo que en las

(1) *Alcoholisme.*

épocas de abstinencia, pero además, que tardaban una semana en volver á conseguir su ordinaria actividad cerebral.

Cada uno puede hacer experiencias en sí mismo. Estad algunos días sin beber cerveza ó vino, escribió Vandervelde, tomad después un poco y notaréis, haciendo cálculos complicados, que los hacíais mejor en estado de abstinencia.

Los perniciosos efectos del alcohol sobre el cerebro se notan en los niños más claramente todavía que en los adultos.

Son varios los maestros de escuela que han advertido lo muy diferentemente que se portan los alumnos por la tarde, á consecuencia del vino tomado en las comidas: son incapaces de toda atención séria, y muestran gran dificultad en recoger ideas. Un médico cuenta el caso de un estudiante que, por tomar como remedio un vino ferruginoso, fue perdiendo la memoria hasta olvidarse de su propio nombre, volviendo á recobrarla gradualmente gracias á un régimen de abstinencia.

Juan Morín (1) decía que podía apoyarse en muchos hechos y repetidas experiencias, y que apelaba al testimonio de los profesores y de los padres que hubiesen observado á unos mismos jóvenes en días de abstinencia y en épocas de beber, para asegurar que los efectos intelectuales de abstenerse de bebidas al-

(1) *L'abstinence.*

cohólicas son: «Las lecciones se aprenden más pronto y con mayor facilidad; la memoria es más fiel; el trabajo en las aulas resulta mejor; es más precoz el desarrollo intelectual».

El profesor Demme, de Berna, especialista en enfermedades de niños, refiere que en algunos de diez á quince años hizo la experiencia de darles un poco de vino en la comida y en la cena, notando que no tardaron en volverse soñolientos, distraídos y sin ganas de trabajar.

En Salzburg, el catedrático Schoeck, de la escuela industrial, comparando los alumnos abstemios con los que bebían moderadamente, notó que éstos eran más tardos en concebir las ideas.

El director Bayr, de Viena, de sus observaciones acerca de 591 alumnos, y la Sociedad de Profesores de los Países Bajos, comparando 1720, han hecho clasificaciones de las notas obtenidas por los abstinentes, y por los que raramente bebían, y por los que tomaban vino una, dos ó tres veces al día, resultando demostrado que nada aclara la inteligencia tanto como el agua.

Son concluyentes los minuciosos trabajos de Emilio Kraepelin y de su discípulo Augusto Smith. Durante varios días seguidos, en los cuales, alternativamente, se practicaba la abstinencia y se bebía una pequeña cantidad de alcohol en forma de vino ó de cerveza, se sujetó una persona al mismo ejercicio de me-

moria ó de operaciones matemáticas; advirtiéndose que trabajaba mejor los días de abstinencia. Repetido el trabajo en largas temporadas de abstinencia y en otras de beber, y haciendo el experimento con muchos individuos, se ha podido llegar á la consecuencia evidente de que el alcohol perjudica á la labor intelectual.

Examinado el trabajo, como se ha hecho, de varios tipógrafos en días de abstinencia y en días de beber moderadamente, se ve que componen menos y no tan bien en los últimos.

Para estudiar lo que llaman *reacción psíquica simple, discernimiento y reâcción electiva*, bajo la influencia del alcohol, háse acudido á diversos medios. Por ejemplo, á intervalos irregulares de tiempo se hace aparecer delante de un individuo una señal roja y otra verde, debiendo ante la primera oprimir un botón eléctrico situado á su mano derecha y ante la segunda otro á mano izquierda; y se nota, repitiendo la experimentación con muchas personas, que se cometen más equivocaciones en las temporadas cuando se bebe que no en las de abstinencia.

El doctor Ach llegó al mismo resultado, haciendo pasar velozmente ante la vista palabras y sílabas sin sentido, que se leían peor después de haber tomado moderadamente bebidas alcohólicas. Otros observaron lo mismo en la lectura de un libro escrito en idioma extranjero. Sobre las funciones psíquicas más

complicadas se han hecho también decisivas observaciones. Por ejemplo, se pronuncia delante de un individuo una palabra significativa de un objeto, y él contesta con otra, la primera que por la asociación de ideas se ofrece á su espíritu. Repetidas las experiencias con sujetos abstemios y bebedores y, entre éstos, en días en que se tomaba ó no alcohol, se ha comprobado que bajo su influjo se producían puras asonancias, asociaciones externas ó de conceptos raros é incomprensibles.

Olaro que la cantidad de la bebida hace variar las consecuencias, siempre dañosas, que el cerebro sufre. Pero tratándose de niños es cruel permitirles ninguna.

El doctor César Juarros escribió con mucha verdad: «No basta excusarse con la *chis-pitina* ó el *dedito* de vino. El que un niño beba vino ó alcohol, representa un verdadero delito de los padres. Los niños que beben, trabajan y comprenden peor, su atención no obedece, su memoria se muestra perezosa; se hacen torpes, incorregibles, díscolos».

El perjudicial efecto que sobre la inteligencia produce el alcohol, no se limita á la persona que lo consume: pasa también á su misera descendencia. En Nueva York fueron examinados multitud de niños desde este punto de vista; y resultó que en 6.624 hijos de bebedores había torpes un 53 por 100, y en 13.523 hijos de abstinentes sólo un 10 por 100.

Se han hecho observaciones sobre millares de alumnos, cuyos padres eran, ó abstinentes, ó habitualmente moderados, ó habitualmente bebedores con algún exceso, ó habitualmente borrachos, y el resultado ha sido que el alcohol de los padres disminuye la capacidad intelectual de los hijos.

Ya los antiguos lo conocían. Célebre es el dicho de Diógenes á un muchacho que le injuriaba: Eres un imbécil, como engendrado por un padre borracho.

Hasta en los seres privados de razón produce perturbaciones cerebrales la bebida alcohólica. Dando á las abejas la miel alcoholizada, se ve que disminuye su instinto, según primeramente lo advirtió Lombroso.

Sometida una perra al régimen alcohólico se nota que los cachorros son más torpes que de ordinario.

Por eso, perjudicial á todos para el cerebro el uso de bebidas espirituosas ó simplemente fermentadas, lo es mucho más para quienes hayan nacido de padres alcohólicos. La resistencia de dicho órgano es menos fuerte, y atrae en mayores proporciones el alcohol ingerido, y siente más el impulso y ansia de que la cantidad vaya sucesivamente aumentando.

FIN DE «LAS MENTIRAS DEL ALCOHOL».

ÍNDICE

Páginas

	Prólogo	7
I.	El alcohol no da fuerza	13
II.	No aumenta el calor	42
III.	No alimenta.	58
IV.	No ayuda la digestión	84
V.	No abre las ganas de comer	104
VI.	No alarga la vida	117
VII.	No desarrolla los niños	126
VIII.	No alegra	139
IX.	No presta valor.	157
X.	No cura	168
XI.	No favorece el trabajo intelectual	180

RELACION DE LAS OBRAS PUBLICADAS

EN LA

Biblioteca de Cultura Popular

La Sagrada Pasión de Nuestro Señor Jesucristo, de Fr. Luis de Granada.

Cuentos de PATRIA, de varios autores.

La perfecta casada, de Fr. Luis de León.

El Alcalde de Zalamea, drama en verso, de Calderón de la Barca.

La Estrella de Sevilla, drama en verso, de Lope de Vega.

La Gitanilla, novela de Miguel de Cervantes Saavedra.

El sí de las niñas, comedia en prosa, de Leandro Fernández de Moratín.

Romances castellanos, de varios autores.

Cartas escogidas del Filósofo Rancio (Padre Alvarado).

La verdad sospechosa, comedia en verso, de Juan Ruiz de Alarcón.

Cartas y poesías, de Santa Teresa de Jesús.

Avisos y sentencias espirituales, de San Juan de la Cruz.

Leyendas piadosas, de Fr. Lope de Vega Carpio.

De la vida y de la muerte, prosa y verso, de Francisco de Quevedo y Villegas.

Pablo y Virginia, novela, de J. Bernardino E. de Saint Pierre.

Visitando á mis muertos, poema en prosa, de Isidro Benito Lapeña.

Selva de aventuras, de Jerónimo de Contreras, cronista de Su Majestad. Libros I, II y III.

Selva de aventuras, de Jerónimo de Contreras, cronista de Su Majestad. Libros IV, V, VI y VII.

Del Rey abajo ninguno, drama en verso, de Francisco de Rojas.

Tratado de la unión y caridad fraterna, del Venerable Padre Alonso Rodríguez.

Romance de pobres almas..., impresiones y esbozos, de Manuel García-Sañudo y Giraldo.

El condenado por desconfiado, drama en verso, de Fr. Gabriel Téllez (Tirso de Molina).

La inclinación española, novela, de Alonso de Castillo Solorzano.

El amor y el amistad, comedia en verso de Tirso de Molina.

Oro en Mármoles, impresiones y discursos, de Eladio Esparza.

Poema del seguro, de José Ignacio S. de Urbina.

El mi Juan, novela montañesa, de Soledad Ruiz de Pombo.

El mágico prodigioso, de P. Calderón de la Barca.

Egloga, novela, de Aurelio Bay.

El Pintor de su deshonra, drama, de José y Miguel de Liñán y Eguizabal.

Cuartillas de antaño, de Luis Martínez Kleiser.

Por la Roma épica, (impresiones de viaje), de Alfonso Pérez Nieva.

Lo grande y lo pequeño, novela, de Lorenzo Lafuente Vanrell.

La desgana de vivir, novela, de Serafin Puertas.

A toda luz, de José Rogerio Sánchez.

Cuentos de hogar, de Augusto Martínez Olmedilla.

Narraciones cántabras, de Evaristo Rodríguez de Bedia.

Orientaciones político-sociales, del Cardenal Guisasola y Menéndez.

El estigma, novela, de Serafin Puertas.

LIBROS DEL AUTOR, PRESBITERO

- La exposición continua del Santísimo (1892).
Las aras de la Catedral de Lugo (1892).
El Pontificado (1892).
El darwinismo y la ciencia (1893).
Historia del culto eucarístico en Lugo (1894).
El Monasterio de Samos (1894).
Historia de la enseñanza en Lugo (1894), obra premiada.
El gran gallego (1894), obra premiada.
Los Benedictinos de Monforte (1895), obra premiada.
De la región gallega (1897).
El señorío temporal de los Obispos de Lugo (1897); dos volúmenes, obra premiada.
Las poesías de Feijóo (1899).
Los escritos de Sarmiento (1902).
Argos divina (1902), obra premiada.
El Derecho español en sus relaciones con la Iglesia (1902), obra premiada. (4.^a edición, 1917), 5 pesetas.
El Obispo San Capitón (1903), obra premiada.

LIBROS DEL AUTOR, SIENDO PRELADO

- La censura eclesiástica.—Un tomo en 8.^o, 2 pesetas en rústica y 3 en tela.
Los daños del libro.—Un tomo en 8.^o, 3'50 pesetas.
Estudios canónicos.—Un tomo en 8.^o, 3 pesetas en rústica y 4 en tela.
La importancia de la prensa.—Un tomo en 8.^o, 2'50 pesetas en rústica.
De la Diócesis del Sacramento.—Un tomo en 8.^o, pesetas 2'50 en rústica y 3'50 en tela.

- La Cruzada de la Buena Prensa.**—Un tomo en 8.^o, pesetas 3'50 en rústica y 4'50 en tela.
- Sermones.**—En 8.^o, 4 pesetas en rústica y 5 en tela.
- Injusticias del Estado español.**—En 8.^o, 6 pesetas en rústica y 7 en tela.
- El Clero en la política.**—Un tomo en 8.^o, 3'50 pesetas en rústica y 4'50 en tela.
- El Presupuesto del Clero.**—Un tomo en 4.^o de cerca de 400 páginas, 1 peseta en rústica y 2 en tela.
- San Froilán de Lugo (siglo IX).**—Un tomo en 8.^o, 3'50 pesetas en rústica y 4'50 en tela.
- Vida póstuma de un santo.**—Un tomo en 8.^o, 3 pesetas en rústica.
- Los siete pecados capitales.**—Un tomo en 8.^o, 2'75 pesetas en rústica y 3'75 en tela (impreso en Alemania).
- Por la Iglesia española.**—Un tomo en 8.^o mayor, 5 pesetas en rústica y 6 en tela.
- Sádaba.**—Un tomo en 8.^o, 2 pesetas en rústica.
- Los trabajadores en el periodismo católico.**—Un tomo en 8.^o, 5 pesetas en rústica y 6 en tela.
- La Vida de la Virgen.**—Un tomo en 8.^o, 3 pesetas en rústica y 4 en tela.
- La lucha contra la usura.**—2 pesetas, en tela.
- El culto de María.**—4 pesetas.
- Las mentiras del alcohol.**



Srta. Santina Rovera, (Coruña), un premio temporal de 1.000 pesetas anuales, en honra de sus finados. Divisibles en dos ó más premios en caso necesario.

Srta. María del Pilar Rovera, (Coruña), un premio temporal de 1.000 pesetas anuales, en honra de sus finados. Divisibles en dos ó más premios en caso necesario.

Sr. D. Narciso Nores Salgado, Marín (Pontevedra), un premio temporal de 500 pesetas.

Sra. D.^a María Teresa Ventoso, Icod (Canarias), un premio temporal de 125 pesetas anuales, en memoria de sus parientes difuntos.

Excma. Sra. Condesa de Sietefuentes, Icod (Canarias), un premio temporal de 200 pesetas anuales.

Sr. D. José Tartiere, Oviedo, un premio temporal de 200 pesetas anuales.

Sres. Domecq, Jerez de la Frontera, un premio de 500 pesetas anuales.

Sra. D.^a Teresa Ballester, Viuda de Martí, (Barcelona), un premio temporal de 500 pesetas, en memoria de su esposo D. José M.^a Martí y Coll.

Sr. D. José M.^a de Saracho, (Bilbao), un premio temporal de 100 pesetas anuales.

Excmo. é Iltmo. Sr. D. Antolin López Peláez, Arzobispo de Tarragona, un premio temporal de 500 pesetas anuales.

Srtas. Maria Benito Torres (Madrid), Teresa García Benito (Avila) y María Jiménez Benito (Avila) tres premios de 350 ptas., 300 ptas. y 350 ptas. respectivamente, en memoria de su abuela difunta la Excma. Sra. Doña Teresa Domínguez de Benito.

Preciso es rendir á estos excelentes católicos, á estos buenos españoles, el homenaje de nuestra admiración, pidiendo á Dios que fructifique su nobilísimo ejemplo.



Las ediciones económicas publicadas á expensas
de la OBRA SOCIAL DE LOS PREMIOS PERSO-
NALES Y FOMENTO DE LECTURAS GRATUÍ-
TAS, no se venden, se regalan á los numerosos
miembros del PATRONATO SOCIAL DE BUE-
NAS LECTURAS en proporción á los concursos
que prestan á esta obra de sana divulgación, para
que nuestros asociados, á su vez, las repartan al
pueblo gratuitamente y contribuyan todos en la
medida de sus fuerzas á la elevación de la cultu-
ra nacional, moralizando el alimento intelectual
= = de nuestros compatriotas. = =

3215

ΣΣ

III.—LAS MENTIRAS DEL ALCOHOL.—

Antolín Gómez Peláez.

ΣΣ