









# HIGIENE



O MODO DE CONSERVAR LA SALUD Y PROLONGAR LA VIDA MUCHOS AÑOS



POR EL

**Doctor Manuel de la Vega y Arango**

Médico de la Muy Noble y Muy Leal Ciudad de Segovia

PRIMERA EDICION

---

---

SEGOVIA. — IMP. DE CARLOS MARTIN



# HIGIENE



O MODO DE CONSERVAR LA SA-  
LUD Y PROLONGAR LA VIDA MU-  
CHOS AÑOS

POR EL

**Doctor Manuel de la Vega y Arango**

**Médico de la Muy Noble y Muy Leal Ciudad de Segovia**

PRIMERA EDICION

---

---

SEGOVIA. — IMP. DE CARLOS MARTIN

# HIGIENE

—

Ó MODO DE CONSERVAR LA SA-  
LUD Y PROLONGAR LA VIDA MIL-  
CHOS AÑOS

ES PROPIEDAD  
DEL AUTOR

Doctor Manuel de la Vega y Aranda  
Médico de la Real Junta y Real Consult. de Segovia

PRIMERA EDICIÓN

SEGUNDA - P. DE CARLOS MARTÍN



## AL LECTOR

Higiene, se titula este libro; él, enseña que vale más prevenir que curar. Para que el hombre se conserve sano, es de todo punto necesario que practique la higiene. Necesita más de los consejos higiénicos que de los farmacéuticos; las drogas sólo son necesarias cuando hay enfermedad y no siempre. Hay enfermedades que se curan sólo con un buen régimen y poniendo en práctica los consejos higiénicos. He visto pulmonías que se han curado con agua sola y estancia en el lecho. Un catedrático que yo tuve, nos decía a los alumnos: «No son necesarios, señores, los medicamentos para curar ciertas pulmonías francas. Yo mismo, he tenido hace poco un enfermo con una pulmonía, que se curó con agua azucara-

da, leche templada y cama. En la pulmonía, la enfermedad está en el pulmón; el peligro, en el corazón; cuando este marcha bien y no tiene alteraciones en su ritmo, podemos estar tranquilos, y la pulmonía evolucionará con regularidad y al séptimo día hará crisis favorable y se declarará la convalecencia».

Lo que digo de la pulmonía, puede decirse también de otras enfermedades, pero la pulmonía, es especialmente la enfermedad que mejor obedece a un régimen espectante. Tengan entendido los médicos, que entre la pulmonía y el médico, hay un enfermo. Si éste es robusto, hará reaccionar a la enfermedad en siete días sin complicación alguna, pero si tiene alguna tara hereditaria y sencillamente es débil, para eso está la digital y otros medicamentos que se harán indispensables lo mismo que los tónicos cardíacos.

Ahora, en esos enfermos de extraordinaria robustez, en esos individuos sanguíneos, no habrá más remedio que emplear la sangría que les salvará casi con seguridad.

Exemplo vulnere quot sanguine scire poset. Ancha herida, que salga bien la sangre. No podemos ser exclusivistas ni tampoco sectarios; hay un aforismo que expresa bien con claridad la conducta del médico en ciertas pulmonías y que le he visto siempre confirmado en mi práctica de veinte años; dice así: quia perineumonia frenitis ledale; esto es, si en la pulmonía sobreviene el delirio, la muerte. Esto sucede casi siempre, puedo asegurarlo.

Y nada más ahora. Sigamos las prácticas sabias de la higiene, sometámonos a sus cánones y veremos con claridad ineludible que la higiene se basta para salir triunfante de todo linaje de enfermedades; ella sola es suficiente

para que se realicen en el organismo reacciones bienhechoras.

¡Higiene, higiene e higiene! Ella sola basta, repito; ella triunfará.

Hay pulmonías que el vulgo llama ocultas; para el médico avisado no hay nada oculto; la auscultación le dirá de lo que se trata. Esas pulmonías mal llamadas ocultas que son muy frecuentes en los viejos, eran las que decía el gran Trousseau que son perros que muerden sin ladrar; esas, digo, hay que tratarlas con especial cuidado; esas no entran en el campo de la higiene, están dentro de la patología, pertenecen a una jurisdicción muy distinta.

Nada más he de advertir al lector de este libro. Que Dios quiera que por someterse a la higiene, vivan luengos años en santa paz y se mueran de reviejos. Amén.

EL AUTOR

# H I G I E N E

---



**M**EJOR es prevenir, que curar. ¡Qué duda cabe! La higiene, tuvo siempre partidarios; habiendo higiene, no hay patología. Los antiguos así lo comprendieron. La vida del hombre, no es tan corta como algunos creen.

Ya lo dijo Séneca: *Vitem brevem, non accepimus, set facimu.* El gran Hipócrates, el anciano de Crós, poseía conocimientos inmensos de medicina y decía que el hombre es susceptible de vivir cien años.

Los modernos, también dan importancia grande a la higiene. Monlau dice terminantemente: «Respire un aire puro; mantenga limpias todas las partes del cuerpo; sea sobrio en la comida y bebida; haga el correspondiente ejercicio; huya de las pasiones y cuen-

te con que así, sin necesidad de remedios ni preservativos, vivirá sano y largos años. Fidebeve tu longo tempore vives.

Yo, como médico, en el tiempo que ejercí la medicina, que fueron veinte años, di muchos consejos higiénicos, por estar firmemente persuadido de que la higiene, es la que evita enfermedades casi siempre y sin casi.

Unos versos muy propagados que han llegado a la popularidad y que son de un médico anónimo, vienen a confirmar lo que digo: Hélos aquí:

Vida honesta y arreglada,  
hacerse pocos remedios  
y tratar por todos medios,  
de no alterarse por nada.  
La comida, moderada,  
ejercicio y distracción,  
no tener nunca aprensión,  
salir al campo algún rato,  
poco encierro, mucho trato,  
y continua ocupación.



Son una verdadera síntesis de higiene; ellos bastan por sí, para orientar su vida en términos que no necesite del médico nunca.

Sucede a veces, que por olvido de la higiene, cae el hombre enfermo. En este caso no hay más remedio que ponerse en manos del médico, del sacerdote, de la ciencia de curar, del hombre sensato y de consejo prudente.

La ciencia de curar, es sublime, porque ella es la que enseña al hombre a someterse a sus sabias disposiciones cuando ha perdido y se ha quebrantado la salud. El médico, cura unas veces, alivia muchas, y consuela siempre; esto es indudable y así lo prueba la experiencia.

Claro es, que cuando se cae enfermo, hay que obedecer ciegamente al médico y no hay otro remedio si se ha de recobrar la salud.

Ya lo dijo Hipócrates: *Vitu brevis, ans longa, accasio preceps, experiencia Falax, judicium difficile. Oportet autem, non modo*

se ipsum exhibere que oportet facientem, sed etiam egrum, set presentes, set exurna\* Que quiere decir traducido al castellano: La vida es corta, el arte largo, la ocasión fugitiva, la experiencia falaz, el juicio dificultoso. No basta que el médico haga por su parte lo que debe de hacer, si por la suya no concurren al mismo objeto el enfermo, los asistentes y demás circunstancias exteriores. Esto, textualmente dice el repetido Hipócrates en el primero de sus sabios aforismos de fama universal.

La célebre Escuela salernitana, tiene una serie de aforismos, que encantan; todos ellos, saturados de experiencia y que concurren a prevenir las enfermedades. Esta Escuela de Salerno, que data del siglo iv, fué muy célebre no solo en Italia, sino en todo el mundo. Deleitan y tranquilizan a la vez, son sentencias de mérito grande, todas ellas llevan el sello de la más depurada experiencia.



Su latín, no es elegante ciertamente, pero sí sabios los consejos que dá en el idioma del Lacio, aunque profanado; latín macarrónico.

Tertatur sapiens quoad Deus omnipotens  
Jundavits Physicam; prudens hie Sigurat  
illam. Nune oritur, moritur statim, sub humo  
sepolitur. Sub pede calcatur, vermibus esca  
datur. Huic succurratus, quoad bene quis dic  
tatur. Vitam prolongat, sed non Medicina  
perennat. Sed prius est sanitan, quam sit  
curatio moslu. Ars primitus surgat in cem  
ram, quo magis vigea tis. Qui vult longepum  
perducere in avum. Mature fiat moribus ante  
senex. Senes natura, si velis esse dici. He  
aquí la traducción: Dios creó la Medicina  
en beneficio del hombre. El hombre, dura  
poco, nace y empieza ya a morir; muere, lo  
entierran, lo pisan y se convierte en pasto  
de gusanos. Darle reglas higiénicas, es alar  
gar sus días. Entiéndase empero, que la hi  
giene hace la vida duradera, pero no peren-

ne. Alarga su vida, quien conserva su salud. Primero y mejor es preservar que curar. El arte combate las causas de enfermedad, acudiendo desde luego a las que más poderosamente obran en cada individuo. Hágase tempranamente viejo por sus costumbres y cordura, el que quiera que lo llamen muy viejo.

Marcial, el de los epigramas, trae un epigrama dirigido a su sobrino que es muy digno de notarse: Hele aquí:

Ad Julium Martialem.

Vitam quo facium beatiorem, jucundisumi  
Martialis hoc sunt: Res non parva labore,  
Sed velicta: Non ingratus ager, focus perennas  
Sis nunquam, togaresa, mens quieta;  
Vires ingonua, salubre corpus; Pendens  
simplicitas, pares anici: lonvietur faciles, sine  
arte mensa. No non ebria sed soluta curis.  
Non tristis toru, altarnen pudieses. Somnus  
qui faciet breves tenebras; Qual sis esse ve-

lis, nihilque malis; Summuen nee metuas diem, nee optes.

La traducción es como sigue:

Las cosas que nos pueden dar la vida, en este mundo alegre y descansada. Yo las diré: quien quiera a Dios las pida. Moderada hacienda no ganada con trabajos ni cargos de conciencia; Mas de padres y abuelos heredada. Heredades, que acuden sin falencia; con vino y pan y fruta, y tanta leña. Que tenga siempre el fuego suficiencia. No fea, más graciosa y casta dueña: Vino, que no emborrache, más que contente. Y sueño que la noche haga pequeña. Pleito, ninguno, y ánimo inocente: Hidalgas fuerzas, cuerpo entero y sano. Poca membien tratada gente. Mesa sin arte y el comer temprano. Raro vestir iguales amistades y saber conservar el trato humano. No buscar grandes cortes ni ciudades, donde se vive con engaño y arte y son muy ordinarias las maldades. Mas pueblo chico y puesto en

buena parte. De fértil suelo y cielo bien templado. De gente conversable y que no harte. Vivir contento siempre de su estado. Dignidad popular no procuralla. Servir a Dios alegre y descansado. La muerte, ni temella, ni buscalla.

Esto es primoroso, llena el espíritu de bienestar, se solaza el alma al leerlo.

Los antiguos, tenían cosas muy buenas, sabían entender la vida, la disfrutaban patriarcalmente y sus aforismos higiénicos tenían espíritu práctico.

Preciso es convenir en que la higiene es, sin duda alguna, indispensable.

En cuanto a la virtud de las yerbas medicinales, hacían la apología de alguna de ellas. La salvia llamada yerba de la salud y de la vida, era una planta muy recomendada y hay un aforismo latino respecto a ella, que dice: *¿Cum moriatur homo qui salvia crescit in horto? ¿Cómo se muere el hombre creciendo la salvia en el huerto?*

Oh, ya lo creo que es cierto esto! La salvia es una yerba admirable para el hombre. Es tónico del corazón, estomacal, desinfectante, intestinal y aperitiva. En infusión acuosa, se toma como el té. Es abundante en las faldas de la Sierra y se encuentra en mucha profusión allí.

El momórdica elaterium, es cosa probada que tiene especial indicación en la ictericia que no es consecuencia de lesión orgánica del hígado. Se llama también pepinillo del diablo. Se coge uno de esos pepinillos, se aplica a la nariz y en seguida empiezan a caer dos cañas por ambas aberturas nasales, que limpia toda la bilis. Yo, que escribo esto, lo apliqué una vez a una pobre mujer que estaba toda amarilla; vino a quejarse y llorando. La dije: No llore V. mujer, que va usted a curarse en seguida.

Así fué, la buena mujer, por consejo mío, se fué en seguida como yo le dije a la huerta del Parral, de aquí de Segovia, y subió unos

pepinillos, se los aplicó a la nariz y curada en el momento. La pobre, se deshacía en darme gracias y yo le dije: déselas usted a Dios que ha criado estas plantas. Se quedó limpia completamente de su ictericia. Aún vive, y siempre que me ve, me dice: Doctor, ¿se acuerda usted de cuando me recetó aquello de la huerta del Parral, qué bien me probó? ¡Ya lo creo que me acuerdo, contesté yo! Bueno, pues que sirva esto de lección a los ictericos sin lesión orgánica del hígado.

La convallaria mayalis, es otro medicamento admirable, tónico del corazón, como la digital, pero con la ventaja inmensa, de que es completamente inocente y no se acumula en el organismo; puede usarse años y años, sin que produzca la más pequeña alteración. Se usa el extracto flúido de convallaria mayalis, y se toman diez gotas de este extracto antes de comer y otras diez antes de cenar. ¡Mano de Santo!

Aquí se vé que la medicación sencilla

es cosa de eficaz resultado siempre.

Pocos medicamentos y buenos, hágase una selección de ellos, y no se empleen jamás medicaciones peligrosas, armas de dos filos, como yo las llamo.

El inmenso doctor Laguna, antiguo médico segoviano del siglo XIII, que hizo los comentarios al libro de Dioscorides de Anazarbeo, acerca de la materia medicinal y venenos mortíferos, describió infinidad de plantas y muchas de ellas, las dibujó de su mano en la obra inmortal a que aludo. Tiene allí, descripciones maravillosas, que le llenan a uno de satisfacción y complacencia.

Había aquí en Segovia cuando yo era muy niño, un buen varón que se llamaba D. Francisco Nieto, hombre que no tenía carrera alguna, era un gran latino ciceroniano, un latín, elegante con hipérbaton; estudió con los frailes de San Francisco de Segovia. Era hermano de D. Román Nieto, canónigo de la Catedral de Segovia. Pues bien, este hombre

original, era un gran herbolario. En llegando la risueña primavera, cogía un saquito y se iba por los alrededores de Segovia a coger plantas medicinales que traía a la acreditadísima botica de D. Miguel y D. Mariano Llovet; estos señores, que eran dos farmacéuticos concienzudos y cultos, apreciaban mucho al Sr. Nieto, que entraba en casa de los señores Llovet, como en su casa propia. ¡Mucho valía D. Francisco Nieto! Y luego, era muy humilde. Sabía más que muchos doctores hinchados y fatuos. Yo recuerdo mucho de él y le traté; tenía un genio muy vivo, le gustaban mucho los pájaros y tenía en su casa jilgueros, pardillos, codornices y calandrios que les enseñaba la marcha real. Algunas veces, los muchachos, le hacíamos rabiarse al pobre hombre. ¡Lástima que estos seres hayan desaparecido del mundo por ley de la vida! El señor Nieto, era además un filósofo consumado; tanto los autores latinos como los clásicos, les tenía al dedillo. Pudiera muy



bien haber dado conferencias sobre cualquiera de esos autores, que le eran muy familiares.

Vivió en una casa de la Canongía Vieja con su hermano D. Román, que era suya; hoy, esa casa, es del que esto escribe, que con mucho gusto la pone a disposición de los lectores. Está en la esquina de la calle de las Carmelitas Descalzas, y tiene el número uno. Hay en ella un arco. Perdónenme los pacientes lectores les haya entretenido con estas digresiones, pero me han parecido oportunas. Olvida decir, que el hermano de D. Francisco Nieto, D. Román, canónigo de la Catedral de Segovia, fué grandísimo latino, quizá el mejor del obispado y eso que había sacerdotes peritísimos en la lengua del Lacio, sabia por excelencia y que debiera ser la lengua universal; es la lengua sabia por antonomasia y los grandes teólogos y apolo-gistas, han sido también grandes litinos.

D. Tomás Baeza, segoviano ilustre, y Deán que fué de la Catedral de Segovia,

apreciaba mucho a los hermanos Nieto; decía que eras dos sabios, cada uno por su estilo. Sus conocimientos, eran inmensos y su trato, sencillo y deleitable. Se conquistaban las simpatías de los que hablaban con ellos. ¡Dios les tenga en su gloria!

Don Tomás Baeza, me contaba también anécdotas de otros segovianos originales. Don Fray Tiburcio Arribas, fraile franciscano enclaustrado, que era hombre enérgico y simpático. Cuando la terrible epidemia del cólera morbo asiático, había pueblos en esta provincia, invadidos por el terrible mal; no andaban por la calle más que los médicos y los sacerdotes administrando los unos, medicamentos oportunos, y los otros, los Santos Sacramentos. Pues bien, en el pueblo de Escalona, los vecinos que sobrevivieron a la epidemia estaban anonadados, cobardes y aplanados. Fray Tiburcio, llevó un tamborilero y un dulzainero, que empezaron a tocar, despertando a aquellas pobres gentes de su

letargo, mandó encender lumbre de llama en las cocinas y levantó el espíritu de los vecinos. Algunos de los pocos viejos que quedan en aquel pueblo, recuerdan con cariñosa simpatía a Fray Tiburcio, de santa memoria. ¿Y esto es higiene, hay en este rasgo mérito? Si yo hubiera sido Gobierno, doy a Fray Tiburcio, no solo la Gran Cruz de Beneficencia (que se la dieron) sino todas las cruces habidas y por haber. El, como su padre San Francisco, el pobrecillo de Asís, tenía bastante con adorar la gran Cruz de Jesucristo que es en la que nos redimió y nos salvará si nosotros nos abrazamos a ella con espíritu de piedad y penitencia.

El doctor D. Tomás Baeza, Deán de la Catedral de Segovia y el cultísimo también D. Carlos de Lecea, me contaban muchas cosas de Fray Tiburcio; era un hombre original; el más furibundo enemigo de los frailes, le hubiera querido; atraía; era hombre con ángel, como dicen en Andalucía. Fray

Tiburcio hubiera sido un gran gobernante, no digo otro Cisneros, porque como Fray Francisco Ximénez de Cisneros, no ha habido más que uno, y éste, superó a todos los gobernantes que en el mundo han sido. No, no ha habido ni habrá por luengos que sean los siglos un gobernante como el humildísimo y sapientísimo y sublime Fray Francisco Ximénez de Cisneros. ¡Gloria a tan insigne patrio, gloria al gran Cisneros!

Otras muchas cosas me contaron mis respetables y sapientes D. Tomás Baeza y don Carlos de Lecea, y yo, me extasiaba oyéndoles, y yo sentía también orgullo de ser segoviano. ¡Gloria también a Segovia, cuna de tantos santos, guerreros y sabios! ¡Gloria a los grandes hombres de Segovia y su provincia! ¡Gloria así mismo a tantos médicos ilustres como aquí hubo, desde Laguna al doctor D. Pedro González de Velasco, fundador del Museo Antropológico de Madrid! ¡Y gloria, por último, al doctor D. Eusebio Caste-

lo Serra, director del Hospital de San Juan de Dios de Madrid y Presidente dignísimo de la Real Academia de Medicina de Madrid!

Gloria además a todos los médicos que honraron la medicina en Segovia y su provincia. Amén.

Y ahora, sigamos diciendo que la higiene es mejor que la patología; la primera, evita enfermedades, la segunda, las estudia; así pues, quedémonos con la higiene que es una gran señora y ella sola se basta para andar por el mundo haciendo bien, y evitando enfermedades.

El segoviano Fray Tiburcio Arribas, tenía gracias singulares; él fundó la Inclusa de Segovia y decía repitiendo un verso que oyó de muchacho:

El hombre, inventó la inclusa  
para los hijos de nadie;  
las fieras, no tienen eso,  
porque todas tienen padres.

¡Pobres incluseros! ¡Qué hubiera sido de

ellos si no hubiera habido un Fray Tiburcio Arribas! Fué un buen militar, estuvo en la guerra y allí demostró su valor y su temple. ¡Buena memoria dejó el buen Fray Tiburcio! ¡Cómo se le conocía que era Franciscano! ¡Qué austero era, qué fervoroso! También fué predicador y el Doctor D. Ildefonso Rodríguez y Fernández, le oyó predicar varias veces en San Francisco de Segovia y también mi querido amigo y caballeroso coronel de Artillería, D. Tomás Sanz, que fué digno alcalde de Segovia hace pocos años.

Algunos otros segovianos, hicieron cosas dignas de enconio. No quiero extenderme más, por no hacer interminable este librejito, pero en cartera quedan, y alguna vez puede que les exhume para ejemplo de los segovianos presentes y futuros, pues conviene conocerlas para imitarlas. D. Carlos Lecea, me habló también varias veces del Padre Higuera y el Padre Quintana, religiosos enclaustrados que fueron después el primero,

capellán de las monjas de San Antonio el Real, y el segundo, de las de Santa Isabel de Segovia. Ambos, eran dos venerables varones, fueron franciscanos. De D. Fray Claudio, Fray Antonio Sancho, decía que no sólo eran piadosos sino sabios, sobre todo el primero que era un dechado de sabiduría; en la Orden, llegó a ser padre maestro, título que equivalía a doctor.

¡Buenos varones fueron! A los dos, les conocí. Tenían una gran figura, altos y derechos. Sus hábitos, ellos les cortaban, habían aprendido en el Convento. El mejor sastre de trajes talares, no lo haría mejor. Su ama de gobierno la buena Angelita, era limpia como el oro, tenía su modesta casa, de la calle de San Quirce, como una paloma. Veneraba a sus señores y procuraba servirlos con pulcritud. Fué D. Claudio, profesor del Seminario y sinodal examinador de sacerdotes de la Diócesis de Segovia. Los obispos, les consultaban y oían con respeto sus dic-

támenes. Murieron santamente como habían vivido y sin enfermedad, de viejos. Teólogos consumados, Hermenéutica, Teología moral, Cánones, todo, lo sabían, todo, lo dominaban. ¡Respeto a su memoria! Los dos hermanos Sancho, eran Dominicos en este Convento de Santa Cruz de Segovia fundado por los Reyes Católicos D. Fernando y D.<sup>a</sup> Isabel II de santa e imperecedora memoria.

De otros exclaustrados podríamos hablar, pero dejémoslo para otra ocasión. Y claro es que hay que decir que estos venerables varones, practicaron la higiene a maravilla. Nunca estuvieron enfermos a pesar del clima frío de Segovia, tenían un temple orgánico a toda prueba.

En esta ciudad de Segovia, que está más de mil metros sobre el nivel del Mediterráneo, no hay tísicos, los pocos que hay, vienen de fuera. Según los estudios de Germán See, el bacilus de Koc evoluciona con mucha dificultad a más de mil quinientos metros



sobre el nivel del mar. Por eso los sanatorios antituberculosos, deben instalarse en estos sitios a ser posible que estén a cubierto de los aires del Norte y orientados al Mediodía, para hacer la cura de reposo. He aquí una de las enfermedades que mina a la humanidad, pues esta enfermedad, no se cura con drogas. Se cura con aire puro y reposo; este, es el tratamiento que entra de lleno en la higiene. El tuberculoso, es un pobre de naturaleza; por eso debe abstenerse de todo vicio deprimente. Donde el gasto orgánico es mayor que el ingreso, viene la bancarrota fisiológica y es terreno abonado para el desarrollo de los tubérculos. Ningún tuberculoso se cura con drogas, ninguno. Esto es cierto, ciertísimo, y apelo a las estadísticas de los sanatorios.

La tuberculosis, no se hereda, lo que se hereda es la predisposición. Un niño raquíptico, si se le somete a una higiene, se cura, no se hará tuberculoso, aunque sea engendrado

por un padre en el último período de la tuberculosis, de ese azote de la humanidad. Repito, que higiene y nada más que higiene, requiere el tuberculoso, cosa probada, probadísima.

Quede sentado de ahora para siempre, que la higiene, es la mejor arma contra las enfermedades; ella sola se basta; no necesita de nadie; es decir, necesita un acto enérgico de voluntad por parte del que quiera prevenirse contra las enfermedades.

Con la voluntad, se va a todas partes; los abúlicos, no van a ninguna, no siendo a un manicomio.

Será necesaria mucha insensatez para no comprender el gran bien que produce la higiene; menester será tener los sentidos obtundidos, para no comprenderlo. ¿Quién hay que sabiendo donde existe un peligro sea tan majadero que no le huya? ¿Qué persona de sentidos cabales, dejará de conocer esto? Ninguna.

Practiquemos, pues, las sabias disposiciones de la higiene; acojámonos a su protectora influencia; vayamos siempre en su compañía y cantemos muy alto y con voz sonora sus excelencias. Sí, con ella triunfaremos, con ella estaremos sanos; con ella, en fin, recibiremos el premio de nuestra adhesión a tan excelente bienhechora. Gloria, honor y veneración a la higiene protectora, por excelencia, del hombre.



*Se acabó de imprimir este  
libro en la Imprenta de  
Carlos Martín el día  
6 de Agosto del año  
del Señor de 1936*







---

Precio: 2 pesetas