

CARTILLA ANTI-ALCOHOLICA

por el Doctor **D. MIGUEL CASANET**

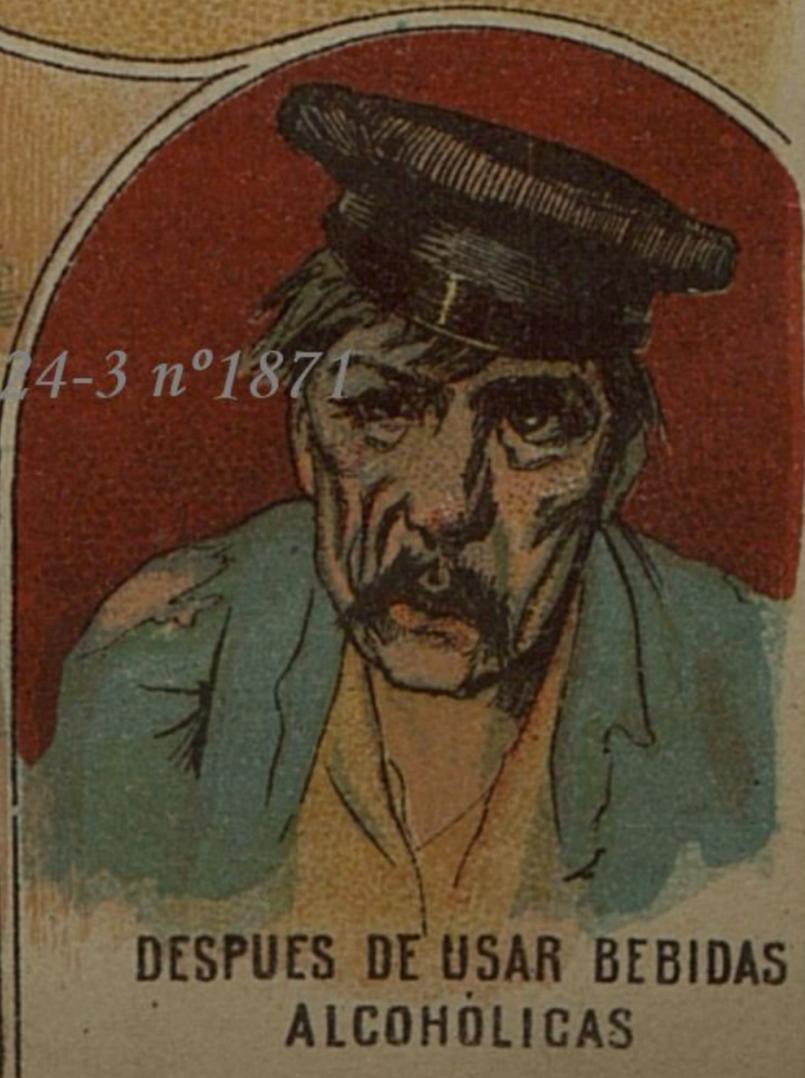


ANTES DE USAR BEBIDAS ALCOHOLICAS.



PÉRDIDA DE LOS BUENOS SENTIMIENTOS

PÉRDIDA DE LA RAZÓN



DESPUES DE USAR BEBIDAS ALCOHOLICAS

UVA. BHS. LEG. 14-3 n°1871

Cartilla Anti-alcohólica

UVA. BHSC. LEG. 24-3 n°1871

HTCA

U/Bc LEG 24-3 n°1871



1>0 0 0 0 6 4 2 5 9 4

Publicaciones del Autor

El corsé como prenda anti-higiénica, La Patria, 1882.

Preocupaciones Médicas.—Terapéutica vulgar, Siglo Médico, años 1895 y 1898.

Úlcera del duodeno, Revista de especialidades Médicas, 1901.

Un caso de tétanos traumático curado por el suero normal equino, Revista de Especialidades Médicas, 1901.

Contribución al estudio etiológico del mareo, Revista de especialidades Médicas, año 1903.

La higiene en Tetuán, Nuevo Madrid, 1904.

Pensamientos, Máximas y Consejos anti-alcohólicos, Folleto de 18 páginas en 8.º, 1905.

UVA BHSC. LEG.24-3 n°1871

CARTILLA

Anti-alcohólica

Libro que debe servir de lectura
en las escuelas de primera y segunda enseñanza,
liceos, asilos, cuarteles,
cárceles y penitenciarías, etc., etc.,
ilustrado con fotograbados,
por el doctor

D. MIGUEL CASAÑET

Antiguo interno de los Hospitales de Madrid

*Dime lo que bebes y te diré lo
que serás.*

*El que vive en el vino, en el agua
muere.*

UVA. BHSC. LEG. 24-3 n°1871

MADRID

Tipografía Española

Ramales, 6 y Amnistía, 12

—
1905

Á MIS QUERIDOS HIJOS

¡Leed con detenimiento estas páginas y apartaros con horror de ese feo vicio, origen de tantos desastres, de tantos infortunios, de tantas lágrimas!

M. C.

Madrid, 1905.

UVA. BHSC. LEG.24-3 nº1871

PROLOGO

Cruzada de civilización y de progreso es la lucha anti-alcohólica emprendida por todas las naciones que se han percatado del enemigo que les rodea y que, insidiosamente, va apoderándose de la salud del individuo, de la tranquilidad del hogar y del bienestar y prosperidad de los pueblos: el alcoholismo.

Deber de todo hombre es conocer los peligros á que se expone entregándose á la pasión de beber, para que, conociéndolos, pueda apartarse á tiempo de ese mónstruo que tiende á hacerse dueño del mundo entero.

Poniendo de manifiesto los errores y preocupaciones que, por desgracia, todavía existen acerca de este asunto, é indicando los medios para combatirlos, se hace, según nuestro modo leal de pensar, obra de progreso y civilización, y, en este concepto, queda justificada la publicación de este trabajo, dedicado especialmente á los niños, y que no tiene otro mérito que la buena intención de

El Autor.



CAPITULO PRIMERO

Lo que se bebe

*«Luchar contra el alcoholismo
es luchar contra la tuberculosis.»*

M. C.

De las diferentes bebidas

Las dos terceras partes de los tejidos de que se compone el cuerpo humano están compuestos de agua. El hombre pierde al día, por término medio, tres kilogramos de agua, y las bebidas sirven para reparar esta pérdida de líquido. La bebida natural é indispensable es el agua; ésta es la única que los animales consumen, cuyo cuerpo está constituido de modo análogo al nuestro; además es la única bebida que á través de los siglos el hombre ha venido usando, antes de fabricar las bebidas fermentadas y destiladas.

Además del agua, el hombre hace uso de otra clase de bebidas fabricadas por él mismo, y se dividen en dos grupos: *bebidas fermentadas* y *be-*

bidas destiladas; además existen las *azucaradas* ó *aromatizadas*, tales como el café, té, mate, las gaseosas y diferentes jarabes: las fermentadas y destiladas, todas contienen alcohol, en más ó menos cantidad.

Bebidas fermentadas

Depositados los racimos de la uva convenientemente prensados en un recipiente apropiado, resulta un líquido que se llama *mosto*, en cuyo líquido tiene lugar, transcurridos algunos días, un trabajo químico importante, llamado *fermentación*.

El azúcar del zumo de uva desaparece, dando lugar á un gas *ácido carbónico*, que se desprende del líquido formando pequeñas burbujas, y á un producto nuevo, el *alcohol*, que queda en lugar del mosto mezclado al mismo líquido, y constituyendo este líquido el vino, propiamente dicho. Una fermentación análoga tiene lugar con el zumo de manzana, convirtiéndolo en sidra; con el de pera, en perada; con el de cebada y lúpulo, en cerveza, etc.

Bebidas destiladas

Al calentar en un recipiente una cantidad de bebida fermentada, el alcohol se evapora, y si se obliga á pasar á este vapor por un tubo largo, en espiral y frío, al enfriarse este vapor vuelve al estado líquido, pudiéndose recoger el alcohol separado de la bebida.

El aparato que para esta operación se emplea se denomina *alambique*.

Esta operación se llama *destilación*, y el líquido obtenido es el *alcohol destilado*. Se puede obtener este alcohol del vino, de la sidra y de otros productos, tales como los frutos: cerezas, manzanas, peras, remolacha; de los granos: arroz, cebada, trigo, etc.; de la patata, nabo; de los residuos de la fabricación del vino, sidra, de las maderas, etc., recibiendo, según su origen, los conocidos nombres de *aguardiente*, *cognac*, *rom*, *kirsch*, *kummel*, *ajenjo*, *bitter*, etc., etc.

De la destilación del vino no se forma ni se obtiene más que un solo alcohol; pero de diferentes productos, diferentes alcoholes, que varían según se obtengan al principio, al medio ó al fin de la operación. Los alcoholes destilados obtenidos del vino, de la sidra, de los granos, etc., son parecidos.

Los alcoholes todos son tóxicos

La palabra *tóxico* quiere decir *ponzoña*, *veneno*. Así el arsénico, la belladona, el alcohol, son productos tóxicos. Los hechos que á diario relatan los periódicos, nos demuestran las muertes fulminantes de los individuos que beben grandes cantidades de alcohol.

En efecto: hace algún tiempo que un joven cayó muerto, después de haber bebido doce copitas de rom.

Recientemente, un obrero, muerto en condicio-

nes análogas — sino que en este caso se trataba de doce copas de aguardiente—que ingirió sin des-

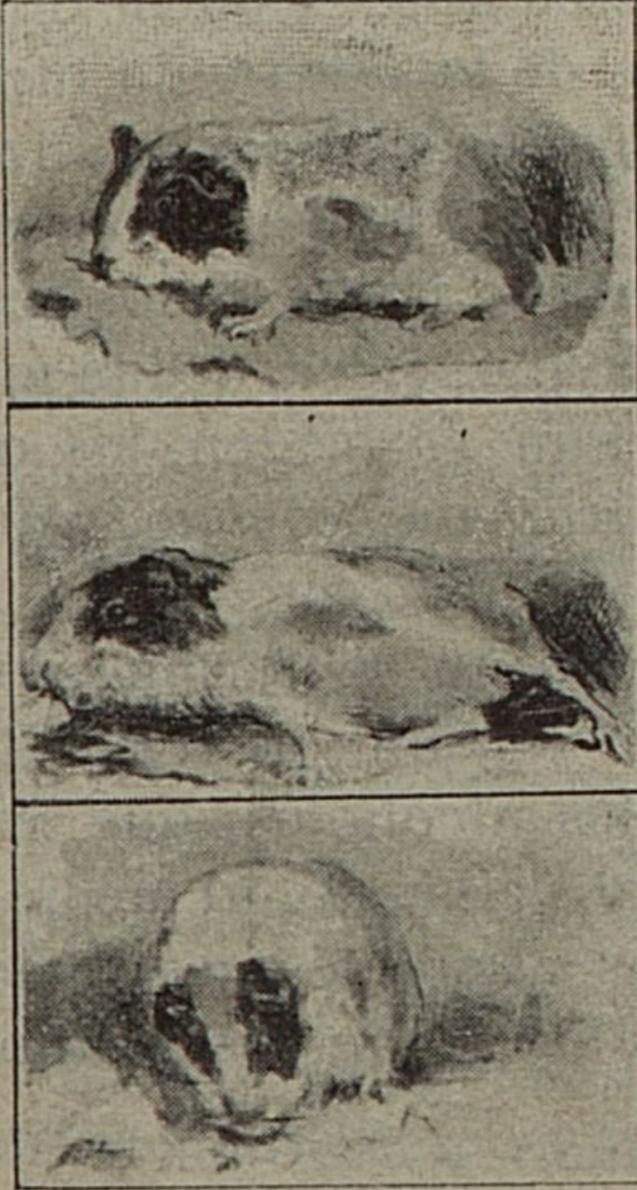


Figura 1.^a

Inyectado un centímetro cúbico de alcohol vínico en un conejo de indias, produce un acceso de embriaguez que termina pronto y no deja rastro.

cansar copa tras copa, á la séptima comenzó á tambalearse; pero excitado por sus camaradas, arremete con las cinco restantes, y cae desplomado y muerto.

Dos niños de cuatro y cinco años, y una niña, hallándose solos en su domicilio se apoderan de una botella de aguardiente y otra de cognac, que los parientes, bastante descuidados, dejaron á su alcance; los dos muchachos beben sólo una parte; la niña reusa beber; al poco rato vuelven sus padres, hallándose muertos á los niños.

Aun no hace dos meses, fui llamado en la noche, y con urgencia, para ver á un niño como de unos cuatro años, el cual hallábase presa de unos ataques nerviosos tan intensos (eclampsia), que temí fueran inútiles los auxilios de la ciencia.

No hallaba la causa que pudiera haber dado motivo á este cuadro tan aterrador, hasta que, aproximándome á la boca del niño, creí percibir olor á aguardiente; comuniqué mi sospecha á la familia, y entonces me confesaron que, en su ausencia, debió el niño apoderarse de una botella que contendría como unos tres cortadillos de aguardiente, la cual me presentaron vacía; el niño estuvo gravísimo; pero por fin se llegó á dominar la situación.

Hechos como estos pudiéramos citar por centenares; pero nos abstenemos por no alargar más este capítulo.

Para cometer hechos como los dos primeramente cita-

dos, es preciso que se haya perdido todo sentido moral, toda dignidad; con esto queda probado que el alcohol es un veneno violento; además,



Figura 2.^a

Conejo de indias al cual se le ha inyectado cinco centímetros cúbicos de alcohol amílico ó industrial, el cual le produce convulsiones, parálisis y por último la muerte en brevísimo plazo.

también queda probado, con las experiencias que se han llevado á cabo en los conejillos de Indias, la toxicidad del alcohol. En efecto: se les hace beber á la fuerza una pequeña cucharada de aguardiente, ó se les inyecta bajo la piel cinco centímetros cúbicos, y el pobre animal, después de violentos sobresaltos ó convulsiones, muere instantáneamente. (Véanse las figuras 1.^a y 2.^a, páginas 10 y 11.)

Los alcoholes no son venenos igualmente violentos; algunos son dos, tres, y hasta siete veces más tóxicos que otros. Los bebedores nos demuestran la verdad de este aserto; así vemos que en los bebedores de aguardiente, por ejemplo, el mal producido es más grande y más rápido que en los del vino. Para que estos datos resultaran más exactos, se han experimentado los efectos del alcohol sobre los animales, habiendo confirmado estas experiencias de un modo claro y terminante que tal alcohol es dos ó tres ó más veces más tóxico que tal otro; y las numerosas experiencias hechas y comprobadas por eminentes médicos, sobre todo por Dujardin-Beaumont, Audigé, Joffroy y Serveaux, nos dicen que los principales alcoholes pueden clasificarse del modo siguiente, comenzando por los más tóxicos: 1.º, alcohol de vino; 2.º, alcohol de orujo de uva, manzana, pera, etc.; 3.º, alcohol de granos, melazas, etc., y 4.º, alcohol de patata.

Rectificación

Cuando se destila el vino, por ejemplo, no sólo se obtiene el alcohol llamado vínico puro, que es el menos perjudicial, el menos tóxico de las bebidas que hemos citado, sino este mezclado con otros alcoholes más tóxicos que se forman, sobre todo al comienzo y fin de la operación.

Para separar estos malos alcoholes se procede á nuevas operaciones, que se denominan *rectificación*; pero esta rectificación es muy costosa, y, para evitarse nuevos gastos, los fabricantes prefieren abstenerse y entregan al comercio el alcohol, tal cual se ha obtenido del alambique. El alcohol bien rectificado es poco agradable al paladar, y de aquí que le adicionen los *aromas*, *bouquets*, *esencias*, etc., substancias todas ellas muy perjudiciales, con objeto de hacerlo más agradable.

¿Es bebida higiénica el vino?

El vino natural, es decir, el zumo de uva fermentado, al cual no se haya añadido ningún producto extraño, es una bebida inofensiva, á condición de usarlo en cantidad moderada, pero aun así y todo es necesario mezclarlo con agua; en estas condiciones el vino puede considerarse como una bebida higiénica.

Si el consumo del vino se hace en cantidades exageradas y sin adición de agua, puede ocasionar graves enfermedades, sobre todo, si es un vino fuerte en alcohol. (Los vinos ligeros son

los que contienen de 5 á 7 por 100 de alcohol; los fuertes contienen 9 y 10, y hasta 15 por 100; los vinos de licor, Madera, Málaga, etc., contienen hasta 25 por 100.)

Si, además, el bebedor de vino bebe también los alcoholes destilados, la acción tóxica del alcohol contenido en el vino se une á la acción tóxica del alcohol destilado, y contribuye al mal ocasionado por este, y que más adelante estudiaremos: lo mismo diremos de la cerveza y de la sidra.

Vino natural y vino adulterado

Desgraciadamente, la venta del vino natural es bien rara. Casi todos los vinos están sujetos á las manipulaciones comerciales que les dan esas propiedades singularmente tóxicas. Las dos principales son el *aguado* y el *encabezado*.

En aquellos vinos que tienen el color rojo muy intenso, el comerciante adiciona el agua en gran cantidad, haciendo con esto de una cuba dos. El vino así mezclado, resulta mucho más claro, pero ha perdido la fuerza en alcohol, y su gusto es bastante más insípido; entonces, para que este vino vuelva á tener la misma fuerza que antes de adicionarle el agua, lo vuelve á mezclar con cierta cantidad de alcohol destilado, y he aquí el vino: esta última operación es la que se llama el *encabezado*. Cuando los vinos son pobres de alcohol, se les aumenta éste con el fin de que puedan soportar largos transportes.

De esta manera, el consumidor cree beber vino natural bueno; pero lo que bebe es una mezcla perjudicial, que puede causar, y causa, todos los males que produce el alcohol destilado.

También existen otros procedimientos para adulterar los vinos, colorearlos y perfumarlos, etc.: el ácido tártrico, ácido acético, tanino, salicilato de sosa, ácido sulfúrico, plata, alumbre, cobre, sal, etc., etc., son sustancias que nada de común tienen con el zumo de uva, y son utilizadas para falsificar y adulterar los vinos. También se fabrica vino de pasas, y vino sin uva. Sofisticaciones análogas existen para la cerveza.

El alcohol, el salicilato de sosa, la nuez vómica, el ácido pícrico, la estrignina, el opio, etc., son productos empleados para conservar ó colorear la cerveza, no escapando tampoco la sidra á estas perjudiciales manipulaciones.

Aceites, esencias, bouquets

Bajo este nombre existen unos productos, también artificiales, que la química proporciona, para dotar á los vinos de inferior calidad de un sabor especial, como sucede con los famosos de Borgoña y de Burdeos; de esta manera se facilita la venta de los vinos que contienen gran cantidad de alcohol malo, y así es como se bebe una abominable droga con el gusto enmascarado, en lugar de beber una buena y sana bebida.

Estas perjudicialísimas prácticas hacen que las bebidas, inofensivas cuando son naturales y usadas sin exceso, produzcan, cuando están mezcladas con estas substancias que acabamos de enumerar, las terribles enfermedades que estudiaremos más adelante.

Lo mismo sucede con los alcoholes de granos, con el rom y el cognac. La mayor parte de estas esencias, de estos bouquets, son excesivamente tóxicos. Un solo centígramo de un bouquet de cognac, inyectado debajo de la piel de un perro de Terranova, es suficiente para matarle en once minutos.

Las esencias son productos concentrados, obtenidos por la destilación de ciertas plantas ó por ciertas preparaciones químicas, y se destinan á realzar, por su perfume, diferentes espirituosos, y sobre todo los aperitivos.

Las principales esencias son:

1.^a El *furfurol*, producto químico que se encuentra á menudo en los alcoholes no rectificad^{os}, sobre todo de un modo notable en los alcoholes de granos, dando, por su presencia, á los líquidos, un gusto más fino y agradable. Este perjudicial producto ha sido experimentado por *Laborde* en los conejos, los cuales son atacados por violentos accesos de epilepsia, caracterizados por convulsiones y sobresaltos violentos, seguidos de muerte.

2.^a Esencia de *reina de los prados*. Así llamada porque se obtiene por la destilación de la

planta llamada *reina de los prados*, producto que da al *bitter* y al *vermouth* ese gusto particular amargo que tanto agrada al bebedor. Esta esencia produce convulsiones.

3.^a El *salicinato de metilo*, producto químico que se mezcla á los diversos aperitivos. Substancia que produce convulsiones parecidas en sus accesos á los del *tétanos* (enfermedad que produce rigidez, tensión convulsiva de los músculos).

4.^a *La esencia de noyó*, producto que el doctor *Laborde* marca con unos efectos terribles; á los conejos y perros sobre los que experimentó les produjo violentas convulsiones tetánicas. Tan perjudicial es este producto, que basta sólo aspirar sus vapores para sentirse inmediatamente molesto durante algunos días. Esta peligrosa esencia, á base de *ácido prúsico* (el más violento de todos los venenos conocidos) está contenida en los licores de *noyó*, *kirsch*, etc.

Cúmplenos, pues, llamar muy seriamente la atención acerca del grave peligro que encierran para los bebedores todos los aperitivos que hemos citado y que el vulgo cree infundadamente despiertan el apetito, cuando en realidad lo que hacen es disminuirlo y producir gravísimas enfermedades.

Esencia de ajeno

Producto que merece mención especial, por más que su uso no sea tan general en España como lo es en Francia.

La *esencia de ajenjo* se obtiene por la destilación de la planta así llamada. Para fabricar el licor del mismo nombre, se asocian las esencias de anís, de menta, de melisa, etc. (*Maynau y Laborde.*)

Las propiedades de la esencia de ajenjo, son de las más terribles.

Es verdaderamente terrorífico ver los efectos producidos por esta substancia cuando se la inyecta experimentalmente á un animal.

El terror, la alucinación, los ataques convulsivos, los sobresaltos violentos, la muerte, en fin, al cabo de algunos minutos: tales son los fenómenos que se suceden.

Estos mismos fenómenos son los que se producen en el hombre que, desprovisto de la fuerza de voluntad necesaria, se entrega á la tentación que le ofrece la perniciosa bebida verde.

Las demás esencias de *anís*, de *menta*, etc., que ya hemos citado y que se utilizan para fabricar el licor de ajenjo, tienen propiedades estupeficientes (embrutecimiento) uniéndose á las que posee la de ajenjo.

UVA. BHSC. LEG. 24-3 n°1871

Las mejores bebidas

La mejor bebida, sin género alguno de duda, es el agua.

Muchos cientos de hombres viven sin beber alcohol ni bebidas fermentadas.

Los animales cuyo cuerpo hállase formado de

órganos comparables á los nuestros, no beben más que agua.

A pesar de haber indicado que la mejor bebida es el agua, conviene saber que no todas las aguas son puras, que la mejor es la de manantial.

Dos medios existen para purificar el agua que sospechemos no está pura: ó cociéndola ó filtrándola; en tiempos de epidemia se pueden destruir todos los gérmenes que contenga, haciéndola cocer.

El hombre en sana salud, puede hacer uso moderado de las bebidas fermentadas, mezclándolas en proporciones convenientes, como dos partes de agua y una de bebida.

España produce muy buenos vinos, los cuales, tomados en pequeñas cantidades y mezclados con agua, constituyen excelentes bebidas; pero, por desgracia, los bebedores prefieren las bebidas mezcladas con todas aquellas substancias peligrosas, sin tener en cuenta los perjuicios que por sus efectos se determinan en el organismo.

La *cerveza* y la *sidra* naturales, también son buenas bebidas, así como el *café*, el *tè*, que tampoco contienen alcohol.





CAPITULO II

Influencia del alcohol sobre la salud

Embriaguez y alcoholismo

La embriaguez es un envenenamiento agudo, pero temporal, estado especial en que se encuentra el individuo que ha bebido una cantidad exagerada de bebidas alcohólicas. La embriaguez puede ser ligera, si el abuso ha sido pequeño; grave, si la cantidad ingerida ha sido grande, y puede sobrevenir la muerte instantánea.

Los efectos de la embriaguez se disipan, en los casos ordinarios, después de un día ó dos, sin dejar rastro ó señal. Pero cuando el individuo se embriaga frecuentemente, cuando se repite, concluye por determinar una enfermedad especial crónica, es decir, que dura mucho más tiempo que la embriaguez y que se llama *alcoholismo* ó envenenamiento crónico.

Ya sea la embriaguez rara ó frecuente, siempre pone al hombre en un estado de degradación comparable al animal, puesto que, como éste, há-

llase privado de razón. En efecto: bajo la influencia de la ingestión demasiado abundante de una bebida alcohólica, sobreviene una excitación general; la fuerza muscular se aumenta; los ojos brillan; la cara aparece resplandeciente, animada; se fruncen las cejas; el valor es intrépido; la sensibilidad se exalta y sobreviene un sentimiento de vértigo, agradable al principio, penoso después; la vista se oscurece, ó bien se produce la *diplopia* (ver los objetos dobles) acompañada de zumbidos de oídos; después los sentidos se embotan; la marcha se hace incierta y vacilante; la palabra se embaraza; las ideas, confusas y abundantes, se presentan en desorden. A las inspiraciones de un espíritu estimulado sucede una charla incoherente, discursos sin enlace; después las ideas disminuyen, y á veces no queda más que una idea fija; el carácter, al principio alegre y jocoso, se vuelve susceptible, desconfiado é irascible; los juicios pierden su precisión, resultan incompletos y audaces; cada uno descubre entonces sus costumbres con candor, y su carácter; de aquí el proverbio latino *in vino veritas*. Sin embargo, la concepción delirante no está siempre en relación con el estado del ánimo de los individuos, pues se ven con frecuencia hombres tímidos que cambian de carácter y se vuelven pendencieros, malvados, etcétera. Los movimientos pierden su precisión; los ojos oscurecidos, se vuelven huraños; la marcha incierta, con sacudidas, titubeante, aca-

ba por resultar imposible, y el desgraciado bebedor cae sin poderse levantar.

Cierto estado de *analgesia* (1) y de anestesia (2) sucede á la exaltación de la sensibilidad; la inteligencia se aniquila, y en último extremo sobreviene un estado de colapso más ó menos profundo, con relajación de los esfínteres y dilatación de las pupilas. Durante este estado, la respiración se acelera, su ritmo se modifica, y la cantidad de ácido carbónico que debe exhalarse, disminuye; más tarde se hace lenta, se entorpece, resulta estertorosa, y se produce una verdadera asfixia.

El alcoholismo se produce en el hombre bebedor, sin que la embriaguez se presente, puesto que el daño se produce insidiosamente. Así que todo individuo que hace uso habitual, continuo, de bebidas alcohólicas, puede adquirir el alcoholismo sin haberse embriagado una sola vez.

La copita tomada todas las mañanas en ayunas, es lo suficiente para adquirir el estado de alcoholismo.

El hombre razonable débese abstener en un todo del uso de todos aquellos líquidos que el comercio sin conciencia, pero dotado de gran avaricia, le facilita, y que son capaces de perturbar y anular las facultades humanas. Todo aquel que ignore los nefastos efectos del alcohol

(1) Insensibilidad para el dolor.

(2) Privación de la sensibilidad.

es hasta cierto punto dispensable, mas no el que, conociéndolo, sigue haciendo uso de esas *drogas* llamadas bebidas.

Efectos del alcohol sobre el estómago, hígado y riñones

La sensación de ardor, de quemadura, que al pasar por la garganta produce el alcohol, debe servir como de aviso, como saludable advertencia al bebedor. Si el alcohol quema la garganta, al pasar, mucho más irrita aún la fina pared del estómago, donde permanece más tiempo.

La acción es tanto más irritante cuanto más vacío está el estómago: cuando está en ayunas. La copita de aguardiente que la mayoría de los obreros toman diariamente y que han dado en decir que es para *matar el gusanillo*, es de lo más perjudicial que se conoce. Si el hecho se renueva frecuentemente, si se hace habitual, la pared del estómago se congestiona, es decir, que la sangre afluye en los pequeños vasos, lo rojizo del estómago indica la inflamación. Los jugos necesarios á la digestión disminuyen, las digestiones se hacen mal, la inflamación aumenta, la pared del estómago se coarruga, se retrae; el estómago se hace incapaz para digerir: esto constituye las *gastritis*, que quiere decir *inflamación de estómago*.

El enfermo siente una sensación de ardor, de quemadura, dentro del estómago, y, sobre todo por las mañanas, tiene vómitos llamados *pituita*

de los bebedores, y que ellos llaman impropia-mente *bilis*, pérdida del apetito, digestiones lentas, penosas, y dolores violentos. El alcohol puede atacar las paredes del estómago hasta el punto de perforarle; se afecta de una escoriación profunda incurable, llamada *úlceras del estómago*. Es la gastritis ulcerosa (véase fig. 3.^a), caracteri-

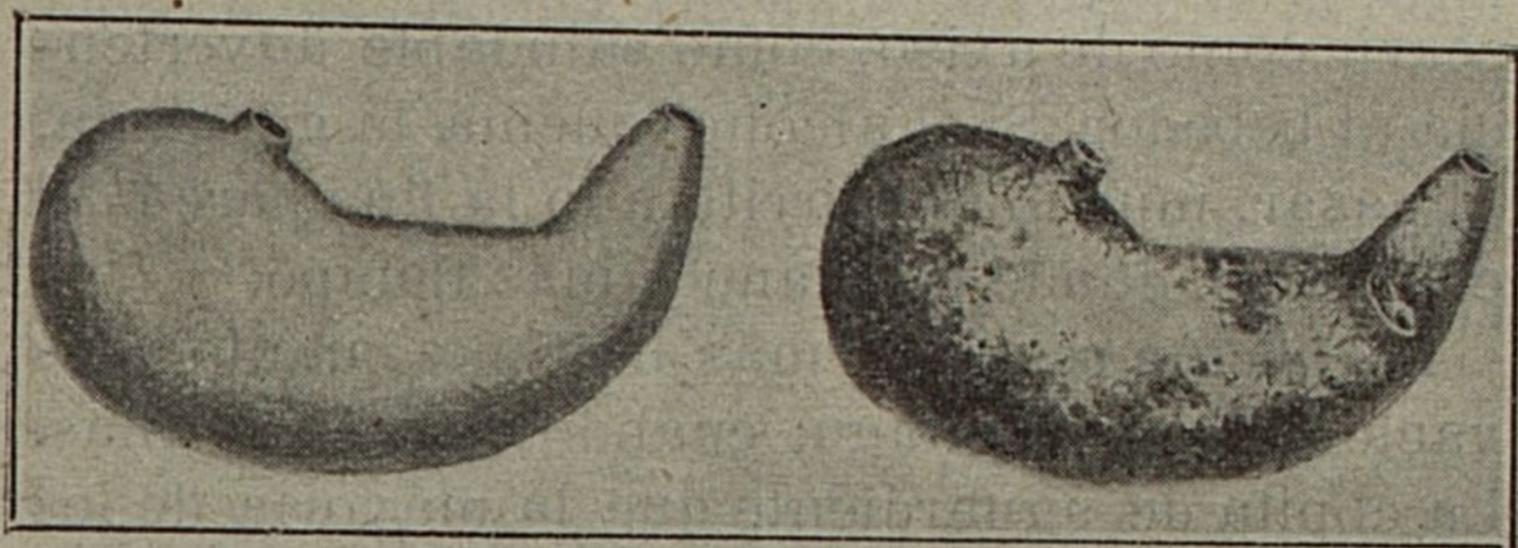


Figura 3.^a

Estómago sano.

Estómago alcohólico. *Gastritis ulcerosa*. A la derecha del grabado se aprecia la ulceración.

zada por violentos dolores y vómitos de sangre.

Llegado á este estado el enfermo, que no puede digerir nada, no tarda en morir aniquilado, agotado.

Los grandes bebedores de cerveza, sidra ó vino, suelen tener el estómago inflado, es decir, dilatado por estos líquidos, y de ello resulta la llamada *dilatación de estómago*.

El alcohol no permanece mucho tiempo en el intestino; sin embargo también produce en

ocasiones inflamación y ulceración, como en el estómago.

Los aficionados á los alcohólicos afirman que el alcohol alegra, que abre el apetito, que facilita la digestión; pero no hay nada más falso. El alcohol, en ciertos casos de enfermedades del estómago, puede ser útil á título de medicamento, por sus propiedades excitantes; pero todo aquel

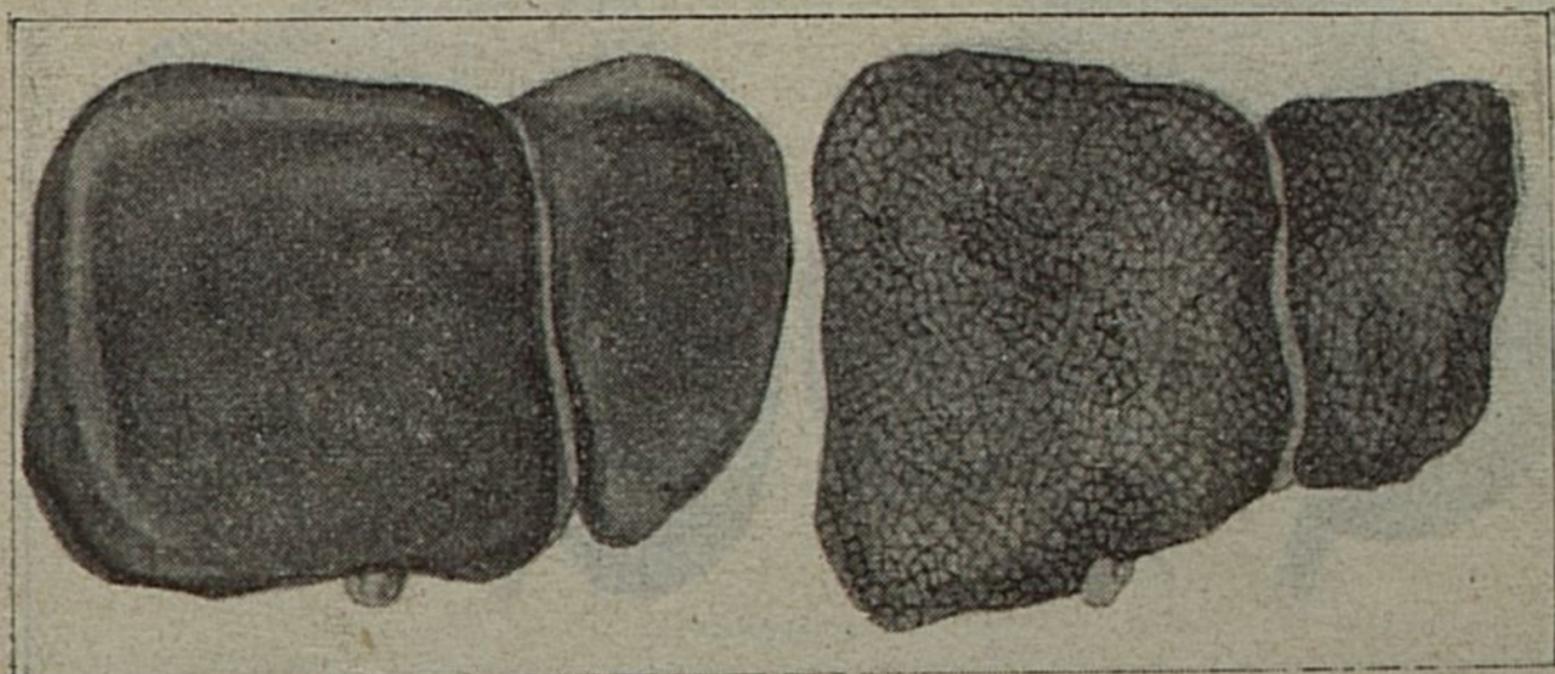


Figura 4.^a

Hígado sano.

Hígado alcohólico.

que se basa sobre este hecho y tome diariamente el alcohol, más tarde ó más temprano sentirá sus perniciosos efectos.

Un medicamento no está destinado á uso habitual, sino á un uso pasajero y excepcional.

La verdad de todo esto es que el alcohol es un verdadero obstáculo, haciendo, por su presencia, más lenta la digestión normal, hallándose esto

comprobado por gran número de experiencias hechas en el hombre y en los animales.

El hígado y los riñones también se congestionan. El hígado es un órgano que lucha contra los tóxicos, lucha contra el alcohol; pero á un trabajo continuo y exagerado, responde congestionándose, inflamándose: de aquí que contraiga graves enfermedades, formación de pus, dilata-

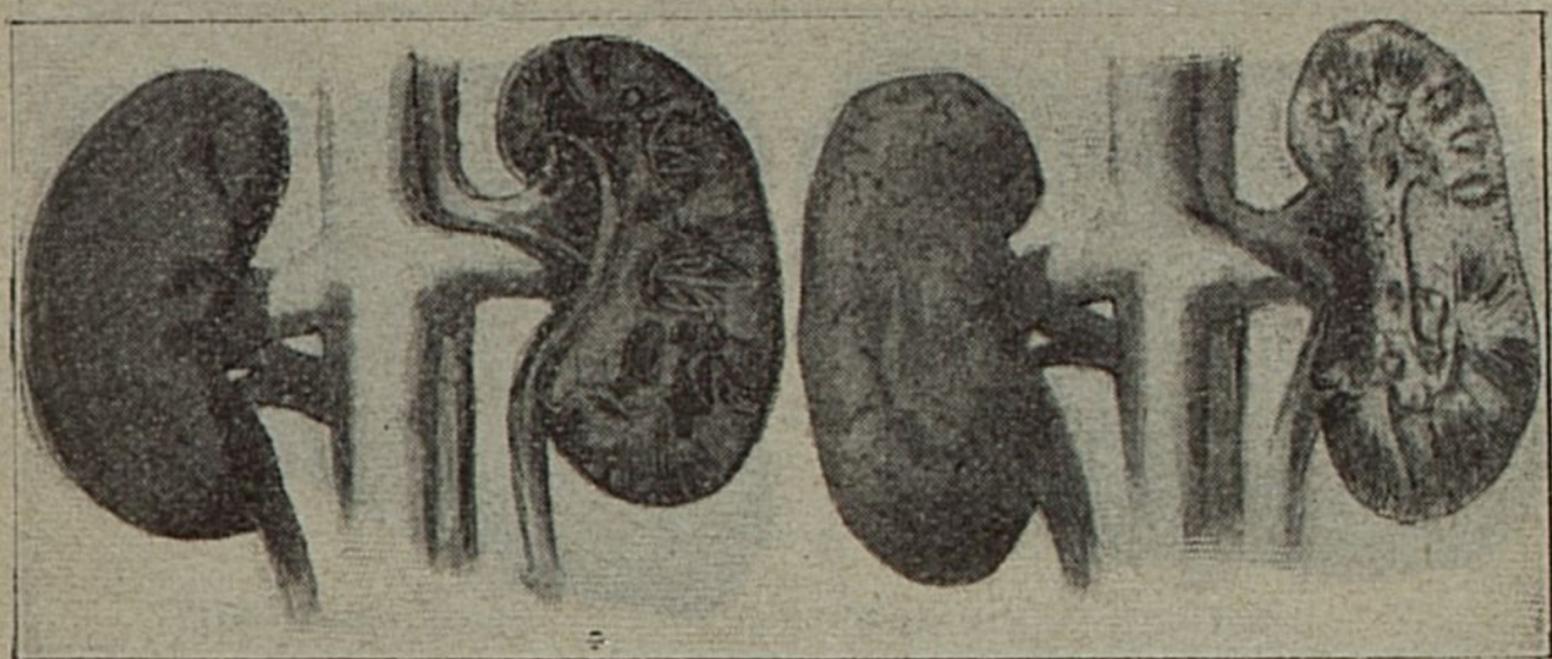


Figura 5.^a

Riñón sano.

Riñón alcohólico.

ción, alteraciones profundas (*cirrosis de los bebedores*, etc., etc.). (Véase fig. 4.^a pág. 25.)

El bebedor no advierte la gravedad de su estado, porque, como toda intoxicación, ésta tiene lugar de una manera insidiosa, pero constante, y además porque dice beber á pequeñas copas; más tarde este abuso da lugar á enfermedades que han de ser de muy difícil tratamiento; estas enfermedades se presentan en los hombres, mujeres y niños.

El Dr. Chauffard cita el caso de un niño al que suministraron, desde la edad de seis meses, dos cucharadas de cerveza fuerte por día, y desde diez y nueve meses, una cucharada pequeña de ginebra, muriendo de *cirrosis alcohólica*. (Véase fig. 4.^a, pág. 25.) Lancereaux atribuye al abuso

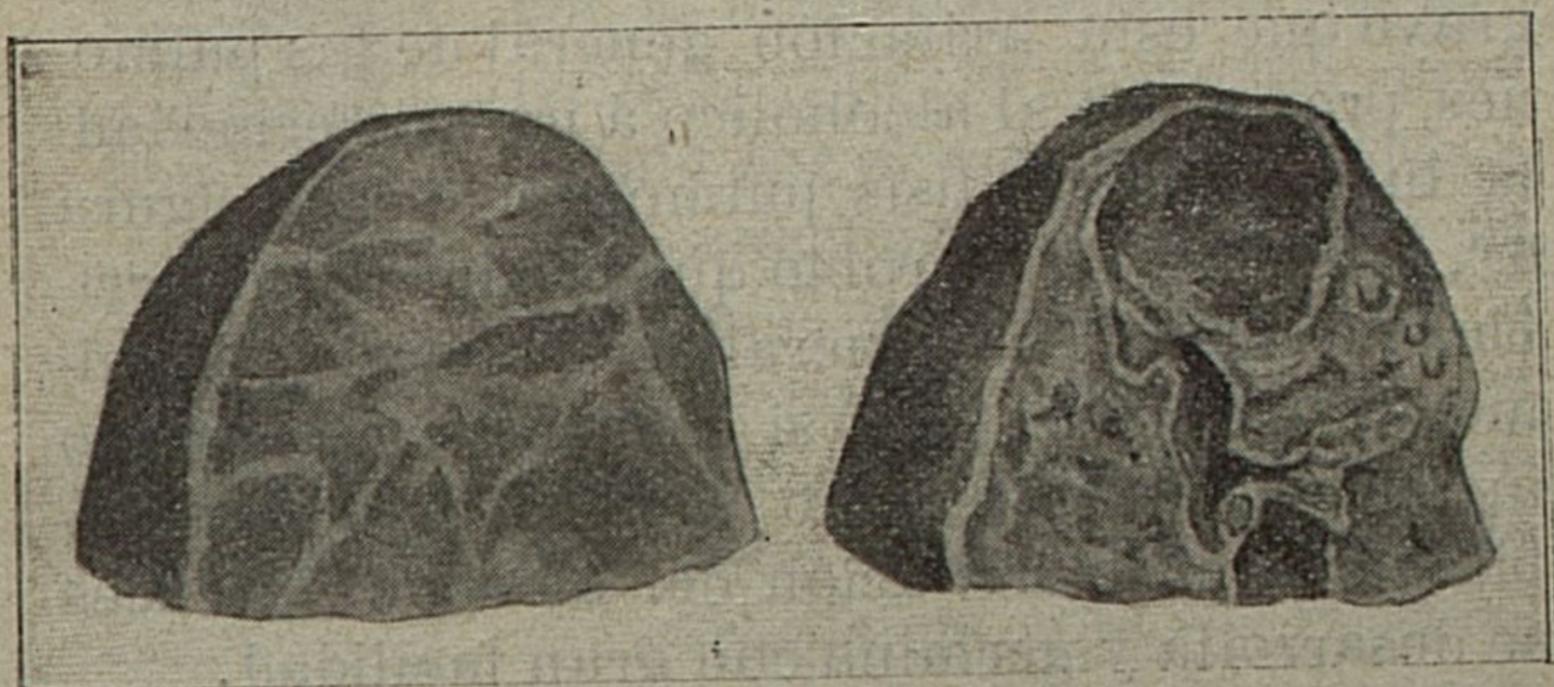


Figura 6.^a

Trozo de pulmón sano.

Trozo de pulmón con tuberculosis pulmonar.

del vino la mayoría de los casos de *cirrosis alcohólica*.

Atravesando los riñones, el alcohol excita estos órganos que, como el hígado, se congestionan e inflaman. El riñón se puede dilatar y retraer, según los individuos. (Véase figura 5.^a, pág. 26.)

Efectos del alcohol sobre los pulmones, los vasos sanguíneos y el corazón

El aliento de los bebedores hállase impregnado de alcohol, señal de que sus pulmones lo contie-

nen. El alcohol produce la inflamación de las vías respiratorias, de la laringe—dando ese timbre ronco, especial, de la voz del bebedor, que le es tan característica—de la traquea, de los bronquios y del tejido pulmonar. El bebedor está sujeto á padecer, y con frecuencia padece, reuma, bronquitis y fluxiones de pecho; pero, mucho más grave que esta irritación general de los pulmones, predispone al alcohólico á una enfermedad: la tuberculosis ó tisis pulmonar. (Véase figura 6.^a, pág. 27.) El microbio que produce esta terrible enfermedad, es generalmente estéril en pulmones vigorosos, pero si encuentra un terreno incapaz de resistir, como son los pulmones debilitados por la irritación del alcohol, entonces se desarrolla y germina con gran facilidad.

El alcohol irrita los vasos que sirven para el transporte de la sangre de una á otra parte de nuestro cuerpo, endureciéndoles, haciéndoles perder su elasticidad y haciéndoles friables, es decir, fácilmente quebradizos y dilatables. Este fenómeno, que no se produce en las personas sóbrias sino en edad avanzada, en la vejez, en los bebedores se produce con facilidad y prematuramente, y entonces se dice que tiene vasos de viejo.

De aquí resulta que en diferentes sitios de la pared arterial se presentan, en forma de pequeñas ampollas, unas dilataciones llamadas *aneurismas* (veáse fig. 7.^a, pág. 29); estas dilataciones, estos sacos, estos aneurismas, se pueden romper; la sangre se difunde; esto es: la rotura de un

aneurisma, incurable, sobre todo cuando tiene lugar en el cerebro. Pueden producirse en el corazón ó muy cerca de él, en las arterias que nacen del mismo, y todos son mortales rápidamente.

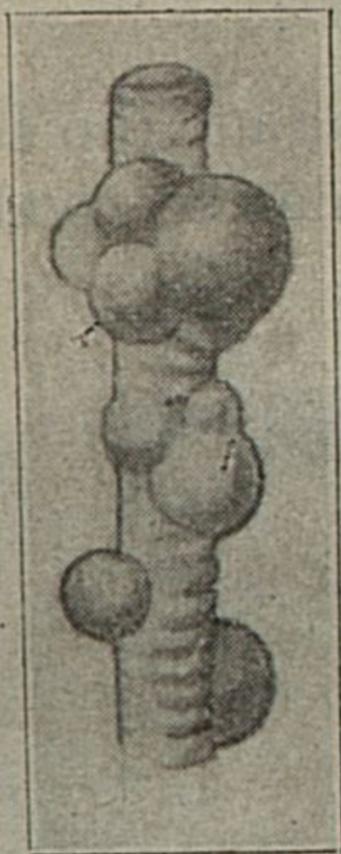


Figura 7.ª

Arteria con dilataciones llamadas aneurismas.

Otro daño amenaza al bebedor: por el estado enfermo de sus arterias y por la irritación producida por el alcohol, el corazón está sometido á un aumento de trabajo, á un verdadero exceso.

Como consecuencia de esto, se aumenta de tamaño, constituyendo lo que se llama la *hipertrofia del corazón*: de aquí las congestiones; las piernas se hinchan por dificultad de la circulación, el enfermo padece de *hidropesía*. El corazón está invadido de sustancias inútiles que estorban su funcionamiento, recubierto é infiltrado de una considerable cantidad de grasa, *corazón graso de los bebedores*. (Véase figura 8.ª, página 30.)

El alcohol y el cerebro

Por todos es conocida la perniciosa influencia del alcohol sobre el cerebro, sitio de la inteligencia. En efecto, es el órgano que más vivamente se resiente de la acción del alcohol. El hombre ébrio ha perdido momentáneamente la razón, la

embriaguez es una locura corta; pero esta locura es más ó menos grande, según la cantidad y la toxicidad del alcohol consumido, presentando alteraciones ligeras de la inteligencia ó pérdida completa de la misma.

Este miserable estado del embriagado ¿no servirá de ejemplo para evitar que jamás se apode-

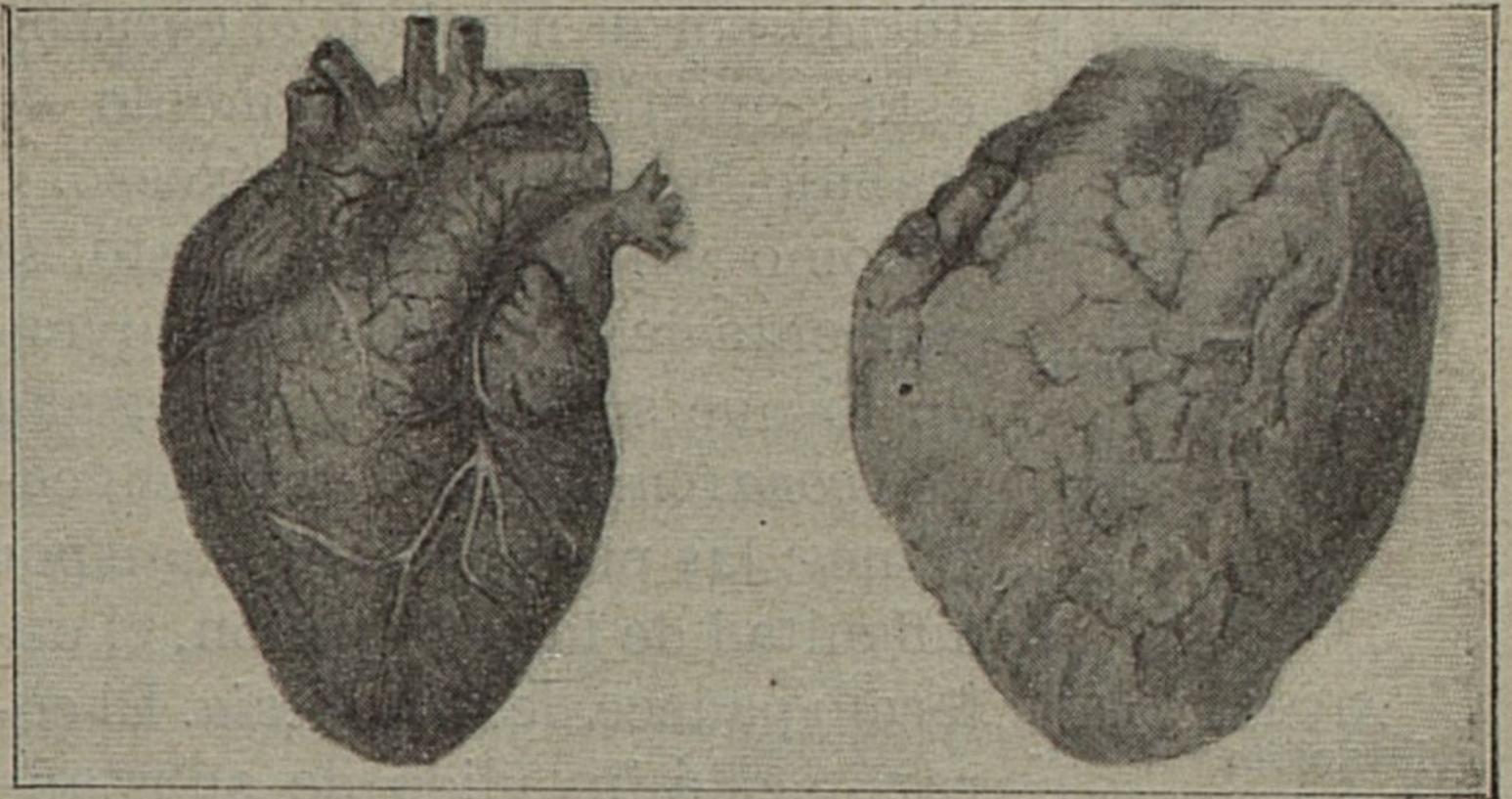


Figura 8.^a

Corazón normal.

Corazón graso de los bebedores.

re de nosotros el pernicioso vicio de la embriaguez?

El ébrio no es un hombre, es un bruto incapaz de razonar y expuesto á todos los excesos del furor y de la locura. No reiros del hombre ébrio; es un enfermo, un loco. Acordáos de su triste ejemplo, y que os sirva para preservaros siempre y en toda ocasión de la pasión por el alcohol.

Esta locura, resultante de la embriaguez, puede hacerse crónica, es decir, permanente, en el bebedor empedernido, en el alcohólico. Los licorres de esencias que ya hemos citado, como el *ajenjo*, el *bitter*, el *vermouth* y, en general, todos los alcoholes mal rectificadas, pueden dar lugar

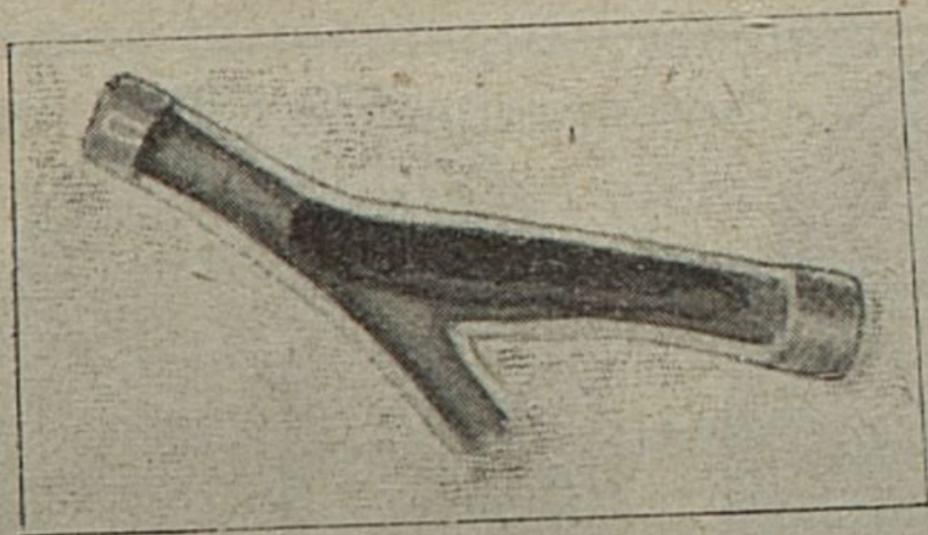


Figura 9.^a

Trozo de arteria conteniendo en su interior un coágulo de sangre que la obstruye.

enemigos imaginarios (*delirio de persecución*), y, en fin, está predispuesto al *delirium tremens*, ataque de epilepsia, ataque horrible que tuerce todo el cuerpo del hombre en una horrorosa convulsión.

Los accidentes que acabamos de indicar, fácilmente se comprenderán, cuando sepan que el cerebro, como el hígado, se empapa, por así decirlo, como una esponja, del alcohol consumido. En efecto, destilando el cerebro de un alcohólico, privado tres días antes de morir de todo alcohol, se recogió el que había bebido en días anteriores; hecho que prueba de una manera clara y termi-

á estas alteraciones graves en el cerebro y en todo el sistema nervioso. El bebedor de estas sustancias está sujeto al temblor de las manos, al delirio, se cree perseguido por

nante que el alcohol se acumula en el cerebro, que allí permanece.

Además, este órgano está amenazado de dos enfermedades graves, si se tiene en cuenta el mal estado de los vasos sanguíneos del bebedor; ya hemos dicho que las arterias de los alcoholí-

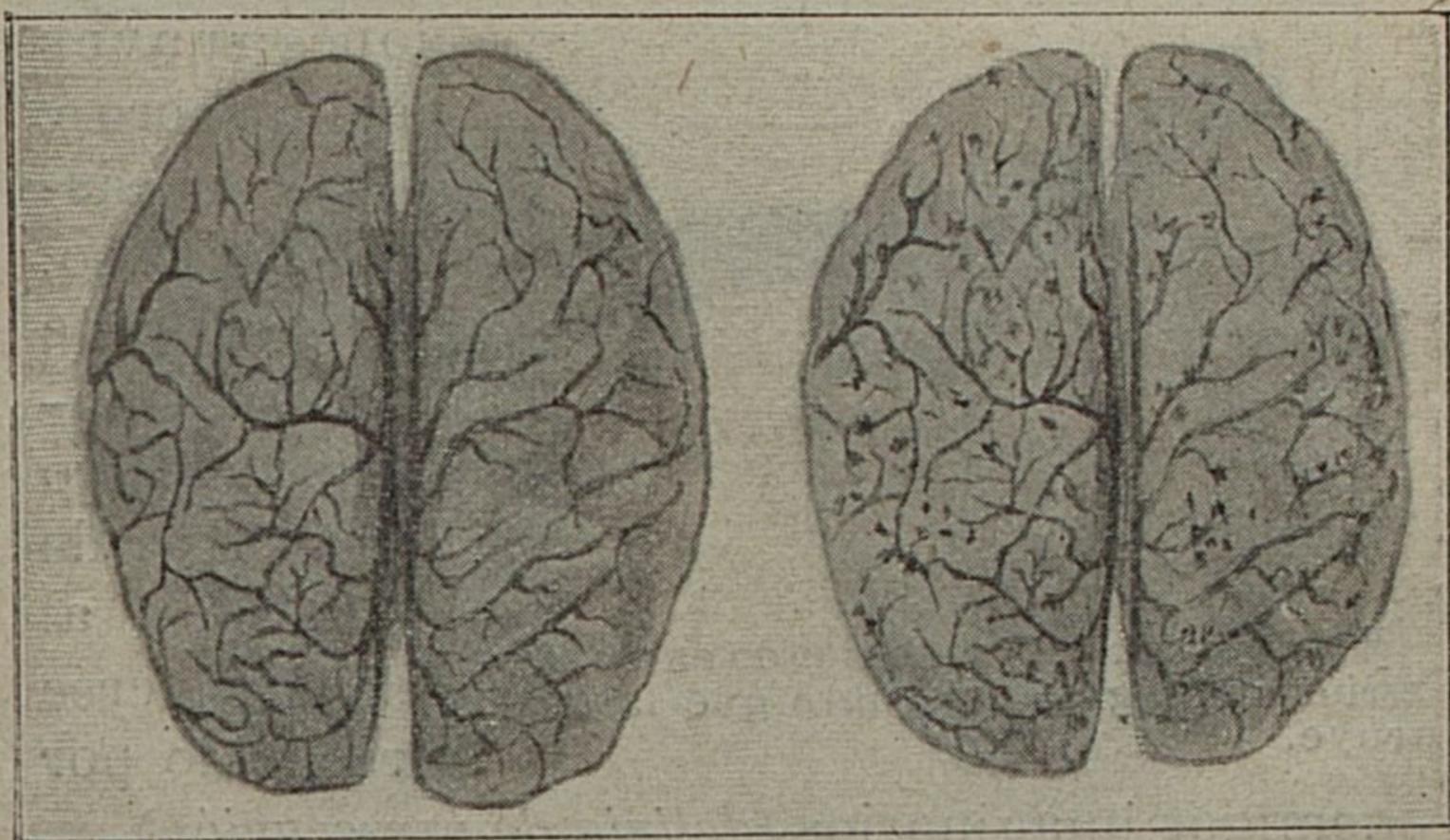


Figura 10.

Cerebro sano.

Cerebro afecto de meningitis alcohólica.

cos están sujetas á padecer aneurismas y que pueden ser obstruidas por coágulos de sangre. (Véase figura 9.^a, pág. 31.)

Los numerosos vasos que se ramifican en el cerebro, están expuestos en el bebedor á estas dos enfermedades que conducen al ataque de apoplejía, á la parálisis y á la muerte. Si un coágulo de sangre viene á obstruir una arteria

del cerebro, la sangre no penetra ni en esta arteria ni en sus ramificaciones; no estando, pues, nutrida, se destruye, se reblandece, este es el *reblandecimiento cerebral* que produce la parálisis, la pérdida parcial de la inteligencia, de la memoria y del uso de la palabra. Adicionando á todo esto la meningitis alcohólica (véase figura 10, pág. 32), inflamación muy grave, y casi siempre mortal, de las membranas que envuelven al cerebro, tendremos completo el siniestro cuadro patológico del bebedor.

Acción paralizante del alcohol

Aparte de los accidentes que hemos señalado, el alcohol es para el cerebro, como para todo el sistema nervioso, un paralizante, un verdadero anestésico; en efecto, obscurece el dolor, lo mitiga, priva al hombre, en totalidad ó en parte, de la facultad de sentir y obra como el cloroformo. Así, cuando el cloroformo no puede ser empleado para practicar una operación quirúrgica, entonces se recurre al alcohol, al rom, etc., por sus propiedades anestésicas.

El alcohol anula, paraliza el sistema nervioso, la sensibilidad. Este hecho importante nos servirá para explicar el origen y la causa de las preocupaciones ó errores que circulan entre los aficionados al alcohol, al decir que éste tiene propiedades fortificantes y tónicas.

La inteligencia y el alcohol

Por el uso del alcohol, aun á pequeñas dosis

hállase retardado el trabajo intelectual, disminuída la inteligencia.

Pequeñas cantidades de alcohol son suficientes para producir alteraciones en la inteligencia, en la memoria, olvido de asuntos importantes, de nombres que le son muy conocidos y familiares. El bebedor, al principio no se da cuenta de las alteraciones y modificaciones que experimenta, como por ejemplo: los cálculos le parecen más penosos y difíciles y recomienza varias veces la operación, con el fin de comprobar si están bien hechos, se extraña de las dificultades que encuentra en su trabajo, que antes de beber le era tan sencillo, no dándose cuenta del por qué de esta transformación, de esta parexia, y no cree sea debida al alcohol.

Más tarde sobreviene el enervamiento producido por el trabajo intelectual, la impaciencia, la cólera sin motivo. Estas cóleras ó furoros pueden ir seguidas de actos de violencia que el bebedor sentirá profundamente haberlos cometido una vez vuelto en sí.

Este hombre, ordinariamente dócil, sufre cambios profundos en su carácter, que no piensa ni puede atribuir á su verdadera causa.

Todo esto nos explica el por qué de la existencia de criminales en los alcohólicos. El alcohol ataca la voluntad y hace que el bebedor no pueda resistir al deseo de beber, y de aquí que cometa los actos perjudiciales que hemos señalado. Estos efectos son tanto más intensos, tanto

más pronunciados cuanto mayor es la cantidad de alcohol bebido; pero fatalmente se producen en todos los bebedores.

Por esta excitación, por este enervamiento que produce el alcohol, creen los bebedores que éste aumenta las capacidades intelectuales y el espíritu: ¡nada más erróneo! El hombre verdaderamente sano de juicio y de voluntad es aquel que se abstiene totalmente.

La fuerza muscular y el alcohol

Constantemente oímos decir que *el alcohol es un líquido fortificante*; pero nada hay tan falso, y nos será bastante fácil probarlo.

Este crasísimo error hállase fundado sobre premisas falsas.

El trabajo muscular continuo es seguido de una sensación de fatiga, de cansancio. ¿Quién nos da esta sensación? El sistema nervioso. ¿Y qué nos dice? Descansa, para que recuperes tus gastadas fuerzas, para que tus músculos, en parte usados, recobren el vigor, destreza y fuerza necesarios. Nuestro cuerpo se gasta, y se repara continuamente mediante el reposo y la alimentación. No se debe aumentar el trabajo cuando la saludable advertencia se deja sentir, por la fatiga, puesto que lo contrario sería abusar de estas fuerzas, y resultaría perjudicial á la salud.

¿Qué hace el alcohol? Suprime esta advertencia salutífera, el consejo que nos da el sistema nervioso; continuamos el trabajo, pero fatigamos á

nuestros músculos con exageración, y cometemos un exceso, con detrimento, con menoscabo de nuestra salud, y haciendo como aquel mecánico que quita el freno á la máquina, la cual marchará, pero á costa de grandes peligros.

En este caso, el alcohol no da aumento de fuerza, sino sólo ilusión de fuerza, resultando como cierto que el alcohol es un estorbo, una rémora, una causa de agotamiento, por impedir la reparación de fuerzas.

El alcohol produce sobre el hombre el efecto de un latigazo al caballo, mediante el cual, acelera su marcha de una manera brusca para más tarde, y por efecto de este trabajo, rendirse nuevamente; ser objeto de otro latigazo, y así sucesivamente; el alcohol no da fuerzas, solamente produce una excitación pasajera, seguida de una depresión (abatimiento, pérdida de fuerzas, etc.), inevitable y aprovechada para producir una nueva excitación, del mismo modo que el ya citado latigazo. El hábito no tarda en imponerse, y el hombre no puede pasar sin beber.

Todo trabajador, todo hombre que, habituado á ciertas dosis diarias de alcohol, quiera hacer un ensayo formal, serio y enérgico de la supresión total de las bebidas alcohólicas, no tardará en convencerse que es mucho más fuerte que nunca, y podrá juzgar del error en que se encontraba.

Este error está, por desgracia, tan arraigado, que no sólo parientes y deudos, sino los mismos padres llegan al extremo de dar pequeñas dosis

de alcohol á los niños, *para que se fortifiquen*, según ellos; resultando por esto que los niños sucumben á la meningitis, á las convulsiones, á la cirrosis, á la enteritis (inflamación del intestino), etc. (1):

Gran número de hechos prueban que en lugar de fortificar, lo que en realidad hace es debilitar.

Los distintos *sports*, carreras de caballos, ciclismo, natación, etc., también prueban que el alcohol obra sobre la fuerza muscular debilitándola.

El frío y el alcohol

Otro de los crasísimos errores de los bebedores, es el creer que el *vino da calor*.

Los bebedores tienen generalmente la cara enrojecida después de haber bebido, fenómeno que tiene lugar porque la sangre se acumula en los pequeños vasos de la piel; esta sangre lleva una parte del calor del cuerpo á la superficie de la piel; este calor, cuando el aire es frío, se pierde en la atmósfera, y de este modo resta calor al interior del cuerpo, resultando por esto una pérdida de calor, de lo que se deduce que el *alcohol es causa de enfriamiento*. En invierno, sobre todo, es cuando más abusan de los alcohólicos los bebedores: de aquí el mayor número de congestiones. El Dr. Legrain dice: «Cuanto más frío hace, tanto más debéis absteneros de los alcohólicos». Por estas propiedades perjudiciales del alcohol,

(1) Véase *Pensamientos, máximas y consejos anti-alcohólicos*, del mismo autor, 1905.

en las temperaturas frías, es por lo que el intrépido explorador *Nansen*, se ha guardado muy bien de llevar en su expedición al Polo Norte ninguna bebida alcohólica, habiendo regresado de este atrevido viaje en buen estado de salud todos los que le acompañaron.

¿Es un alimento el alcohol?

Alimento es toda substancia que, introducida en el estómago, mediante la digestión, sirva ó sea capaz de formar tejidos análogos de nuestro cuerpo á la par que suministre calor. Así, el pan, la carne, las legumbres que comemos, forman los músculos, huesos, cartilagos ó ternillas, etc., etc., de nuestro cuerpo.

Algunas experiencias (sobre todo las llevadas á cabo por Atwater y Benedict) han demostrado que quizás el alcohol posea algunas de estas propiedades, considerando, sin embargo, que el uso del alcohol es muy perjudicial, y afirman que la ración diaria de un hombre debe ser sólo de un litro de vino ligero, cantidad que yo la considero excesiva.

Ya hemos manifestado que el uso moderado de las bebidas fermentadas no causa perjuicios. Pero ¿el alcohol es, propiamente hablando, un alimento? Eso, de ningún modo: es más medicamento que alimento; y me fundo para hacer esta afirmación:

1.º Todo aquel que temporalmente bebe alcohol, hácese borracho. Ningún alimento produce la embriaguez.

2.º Cuando un hombre no tiene hambre ni sed no desea comer ni beber más. Un bebedor al fin de la comida ó á cualquier hora, hállase siempre dispuesto á tomar una ó más copitas. El alcohol, lejos de disminuir este deseo, lo aumenta. Todo alimento que no sacie, no es verdadero alimento.

3.º Los verdaderos alimentos no engendran en el hombre violentas pasiones que le conducen al crimen, al suicidio, ó á la locura, como sucede con el alcohol; y

4.º El uso habitual de los verdaderos alimentos entretienen y sostienen el buen estado del organismo, mientras que el uso habitual del alcohol deteriora y destruye todos los órganos.

Creo, pues, que con todas estas razones, no es posible dar al alcohol el nombre de alimento; es un falso alimento, es un alimento ponzoñoso, y por los males incalculables que produce, permiten afirmar que es más bien una ponzoña, un veneno.

Las enfermedades contagiosas y el alcohol

Todos cuantos detalles dejamos consignados, nos dicen que los efectos del alcohol sobre nuestro organismo, le coloca en un estado especial de debilidad, de agotamiento, de inferioridad, de poca resistencia; resultando que el bebedor de alcohol está fácilmente predispuesto á contraer las enfermedades contagiosas.

Estas enfermedades se producen por seres vivos infinitamente pequeños, visibles sola-

mente al microscopio, y se llaman *microbios*.

Entre estas enfermedades están la *difteria*, *cólera* y, sobre todo, la tuberculosis, que ella sola mata en España más de cuarenta mil personas.

Para resistir á todos estos maléficos gérmenes que nos rodean y que penetran en nuestro organismo, ya por el aire que respiramos, ya por la piel, ya mezclados con los alimentos, es de necesidad que estemos robustos y con buena salud. Las gentes débiles ofrecen á los microbios un terreno favorable á su desarrollo, es decir, que su organismo no es capaz de resistir á estos gérmenes que en él se instalan y producen esas terribles enfermedades, casi siempre mortales.

El cuerpo del bebedor es un terreno eminentemente favorable á los microbios, á causa de la debilidad producida por el alcohol. Por esta razón, los alcohólicos son los que en gran número proporcionan mayor cantidad de víctimas de las enfermedades contagiosas; ellos son los primeros invadidos en las epidemias de cólera, de fiebre tifoidea, y sobre todo, por la tuberculosis, estando reconocido hoy que el 75 por 100 de los alcohólicos mueren de tuberculosis.

Así que beber alcoholes es exponerse voluntariamente á ser víctima de enfermedades contagiosas, sobre todo la tuberculosis ó tisis pulmonar.

La salud y el alcohol

Llamamos enfermedades inflamatorias las que son producidas por el resultado de una inflama-

ción, es decir, una irritación de un órgano ó de varios. El alcohólico es un hombre que gasta prematuramente sus órganos, que los envejece antes de llegar á la edad que les corresponde. Lancereaux ha dicho muy bien *que el alcoholismo es una vejez prematura*. Un alcohólico de cuarenta años, por ejemplo, puede tener, y tiene, sus vasos sanguíneos tan gastados como uno de sesenta.

A menudo el bebedor se cree fuerte, pero sus órganos son minados insidiosamente por la ponzoña, aunque aparentemente tenga aspecto de salud, llegando un día en que la enfermedad se declara cruel, grave: entonces reclama los auxilios de la ciencia y se dispone á seguir las reglas de la higiene; pero resulta demasiado tarde, y el bebedor es vencido por el mal. Los allegados del alcohólico ignoran frecuentemente la verdadera causa de la muerte; mas el médico, que ha analizado bien las causas, sabe que ésta es el alcoholismo. El bebedor no se afecta á la vez de todas las enfermedades que hemos citado: tan sólo basta una de ellas para hacerle morir.

Tal órgano es más débil que tal otro, y aquél que sea más susceptible también será el más violentamente atacado; así vemos que, mientras Pedro, alcohólico, muere de una gastritis, Juan muere de una cirrosis del hígado ó de una hipertrofia del corazón, y que Antonio será invadido por la tuberculosis. ¿Qué nos puede importar la clase de enfermedad si el resultado es siempre

la muerte? Además, si comparamos los hombres entre sí, encontraremos que tampoco tienen el mismo vigor ni la misma resistencia á las enfermedades y al alcoholismo: un bebedor muere después de diez años de excesos, y en cambio otro no fallece hasta después de quince años, y por último, otro sucumbe á los cinco. Un bebedor puede excepcionalmente llegar á hacerse viejo, mientras que otros diez desaparecen en la flor de la edad.

Locura grande es decir que *el alcohol no abrevia la vida* porque tal individuo, que bebía todos los días, ha llegado á una edad avanzada sin haber estado enfermo; ó lo que es igual, que el cólera no ofrece ningún cuidado, porque Alfonso, que lo ha padecido, se encuentra hoy muy bien como el cólera, como la guerra, el alcoholismo puede dejar, por excepción, libres á algunos individuos; pero, en cambio, millares no tienen más destino que la tumba.

También conviene hacer constar que una enfermedad, ordinariamente benigna en los sobrios, en el bebedor adquiere una gravedad extraordinaria. Una bronquitis, por ejemplo, determina la muerte de un bebedor, á causa del mal estado de sus órganos, y, en cambio, se obtiene la curación con facilidad en las personas sobrias; lo mismo digo de las operaciones quirúrgicas, que son seguidas de resultados funestos en los alcohólicos, mientras que en los sobrios se obtienen mucho más satisfactorios; asimismo

sabemos también lo difícil que es producir la anestesia con el cloroformo á los sujetos alcohólicos.

Mortalidad y alcohol

Probado está que los que se abstienen totalmente de las bebidas alcohólicas, viven más tiempo que los bebedores, aun aquellos que se tienen por moderados. En este concepto, las compañías de seguros sobre la vida, han comprobado que realizan importantes beneficios sobre los que se abstienen, rebajándolos la prima del seguro.

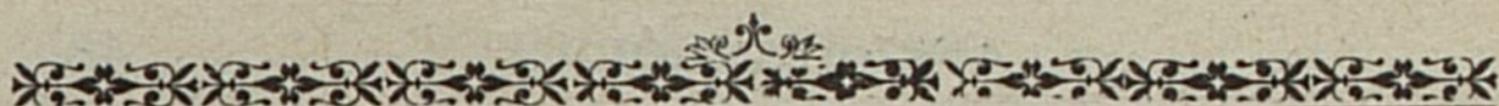
Las cifras que siguen nos demuestran la verdad de lo que decimos, y lo que debemos hacer con la higiene.

Sobre 100 muertes previstas en los sobrios, hubo 72 muertes.

Sobre 100 muertes previstas en los bebedores, hubo 97 muertes.

El número de suicidios está en razón directa del consumo del alcohol; las muertes accidentales guardan también la misma proporción; tres días existen en la semana que se marcan por el mayor número de estos accidentes, y son: los sábados, días festivos ó domingos, y los lunes.

Los efectos del alcohol pueden resumirse diciendo que el *alcoholismo es una enfermedad que debilita y gasta los órganos y la inteligencia, abreviando la existencia.*



CAPITULO III

La familia y el alcohol

El hombre que vuelve de su trabajo, sin detenerse en la taberna, experimenta una gran satisfacción al verse rodeado de su familia y al entregarse al reposo que le es tan necesario para reponer sus gastadas fuerzas.

La mujer, sus hijos, todos acuden presurosos y le rodean: la primera para consolarle, los segundos para colmarle de caricias. Una buena sopa caliente, una comida bien aderezada, que come con apetito, repara sus fuerzas. La limpieza, la alegría, reina en el interior de aquella morada, que no será muy lujosa, pero que no carecerá de lo necesario. Esta vida de familia sencilla, pero sana, reporta á todos la salud física y la satisfacción moral.

El que después del trabajo se encierra en la taberna, hállase descontento de sí mismo, porque gasta parte y á veces todo el jornal necesario á su familia, y porque falta á su deber; esta idea, junto á la perniciosa influencia del alcohol

sobre su cerebro, le hace el carácter irritable; así el regreso á su casa no es esperado con alegría, sino con frialdad y hasta con temor. El alcohol produce sus efectos irritantes sobre su estómago, pierde el apetito, apenas prueba los alimentos que le sirven; su aire feroz, sus accesos de cólera, llevan á su interior la desconfianza y la tristeza. La paga del padre ha quedado entre las garras del tabernero, y la familia carece de lo más necesario. La madre hállase obligada á reducir la ración alimenticia; los vestidos de los niños están hechos girones y falta el dinero para poderlos sustituir. Si la pasión del padre por el alcohol es muy violenta, la situación de la familia es bien triste, la negra miseria será con ella. Las escenas de salvajismo y de brutalidad no se hacen esperar, haciéndose muy horrible la situación de la madre y de los hijos. En su furor, el alcohólico maltrata brutalmente á su mujer, á sus hijos, unas veces con la mano, otras con armas que no hay para qué nombrar, acompañado de interjecciones que no cito por no lastimar los oídos de mis lectores, pero que seguramente estarán en la mente de todos, y por último, llegando hasta el crimen.

Cuando, rendido, abatido por estos excesos, el alcohólico es atacado por alguna de las enfermedades que anteriormente hemos citado, va á morir al hospital, ó á un asilo de dementes, lanzando á su familia á la mayor miseria. Las tintas de este horroroso cuadro se recargan toda-

vía más, si también la madre se entrega á esta funesta pasión, no dando por resultado en la familia del alcohólico más que miseria y desolación.

De la descendencia del alcohólico

Tristísimas son las consideraciones que acabamos de hacer, concernientes á los efectos del alcohol sobre la familia; pero aún es mucho más triste en lo que se refiere á la descendencia. Cuando se hace alguna reflexión á los bebedores acerca de lo perjudicial que le es el uso del alcohol, suelen contestar: «Después de todo, yo no hago ningún daño, y si lo hago es á mí sólo; así, pues, tengo el derecho de hacer lo que me conviene». Esta afirmación es un crasísimo error, puesto que, no sólo se perjudica á sí mismo, sino que también perjudica, y en no poco grado, á sus descendientes. Lannelongue ha dicho que el alcoholismo no sólo es perjudicial á la salud pública, sino que amenaza á la especie, y marca, ó sella de un modo especial, la descendencia del hombre, produciendo en los niños una mortalidad de 90 á 95 por 100, sobre todo en aquellos descendientes de sujetos que abusan del aguardiente, dotando á la sociedad de seres enfermos, enclenques ó de inferior inteligencia: incompletos en su físico y en su moral.

Los desórdenes, á los que se ha dado el nombre de degeneraciones, sobrevienen desde edad temprana, y no sólo se observan en los jóvenes, sino

también en los niños pequeños. Si la pasión por el alcohol ha existido dos generaciones sucesivas; si, sobre todo el padre y la madre, están marcados por la embriaguez, la degeneración de los hijos es fatal. Las lesiones consisten en una suspensión del desarrollo de los órganos, notablemente de los hemisferios cerebrales; ya sea uno sólo de los hemisferios ó los dos (*microcefalia*) pequeña cabeza. El resultado de las alteraciones del cerebro es la epilepsia, que, de tres veces sobre cuatro, es debida á la intemperancia de los parientes, ó la parálisis de una mitad del cuerpo, con atrofia del esqueleto del lado correspondiente.

En otros casos, la cabeza hállase extraordinariamente aumentada de volumen y constituye lo que se llama *hidrocéfalo* (hidropesía del cerebro) debida á la existencia de una gran cantidad de líquido en el cerebro. Estos niños mueren al nacer, ó llevan una vida miserable; sobre dos idiotas, uno es hijo de alcohólico; para la imbecilidad y la demencia, la proporción es igualmente considerable; y para la locura, la herencia da los dos tercios de los casos.

El alcoholismo también origina la sordo-mudez, estrabismo (ojos bizcos), de las deformidades del pie (pie en forma de piña, pie bot contrahecho), del labio leporino ó boca de liebre, y de la ausencia del paladar, ó boca de lobo.

Las estadísticas que se han hecho en diversos países, sobre todo en Normandía, demuestra que

los nacidos masculinos disminuyen, y que la talla también disminuye proporcionalmente al consumo del alcohol.

La escrófula y el raquitismo (véase figura 11)



Figura 11.

Hueso de un raquí-
tico, hijo de alcohó-
lico.

La línea de puntos
indica el hueso sano.

también reconocen como causa el alcoholismo de los parientes. Feré ha hecho curiosísimos experimentos en animales, y ha comprobado que, ya mediante un régimen alcohólico, ya sometiendo los huevos de algunas aves á los vapores del alcohol, en todos ellos ha obtenido las deformaciones que hemos citado.

La embriaguez habitual es considerada por *Lancereaux* como una de las causas predisponentes más frecuentes de la meningitis, y también de las convulsiones; la lactancia por mujer alcohólica puede asimismo producir estos accidentes, aun en los hijos de parientes

sobrios, no estará de más consignar que, so pretexto de aumentar la leche de las nodrizas, gran número de gentes las hacen beber cantidades excesivas de bebidas fermentadas: medio litro por día, y mezclada con agua, es una suficiente ración, y nunca debe aumentarse.

Los descendientes de los alcohólicos son pequeños, débiles, en los primeros años de su vida; de ordinario poco inteligentes, incapaces de grabar las ideas, con cerebros desequilibrados, con tendencia á la vagancia, robo y asesinato; las estadísticas prueban que todos son alcohólicos ó descendientes de alcohólicos. También es muy frecuente en los descendientes de alcohólicos la *dipsomania* ó impulsión á beber; y la cantidad de alcohol que se precisa para producir esa tendencia grave del alcoholismo, es relativamente pequeña: sobre ochocientos ingresados en el hospital, por accidentes alcohólicos, la cuarta parte son hereditarios.

Estudiando las familias de los bebedores, se ha encontrado que en la primera generación la embriaguez no produce más que alteraciones pasajeras, y no suelen dejar huella. Los de la segunda generación, al contrario, sufren accidentes cerebrales graves (parálisis generales, accesos maniáticos); y con respecto á la tercera generación, en general mueren en edad temprana, por convulsiones. La tendencia al alcoholismo se produce desde la primera infancia; por consiguiente, nada de lo que engendra el alcohólico, es de provecho.

Lo que gasta el alcohólico

Reunidos varios bebedores en esos *antros* llamados tabernas, cervecerías, bars, etc., causa

asombro ver cómo se exceden á beber, ofreciéndose mutuamente los unos á los otros.

De una parte las continuas y prolongadas libaciones, y de otra la atmósfera pesada y caliginosa que en estos sitios se respira, hacen que los sentidos se emboten, los instintos de la bestia se despierten, y los que allí se hallan reunidos, lo mismo sienten palpitar su corazón al impulso de la pasión, que latir con ansias de pelea; al propio tiempo son víctimas de una inicua explotación, cobrándoles lo que beben, por duplicado y triplicado; puédense apreciar escenas que repugnan al buen sentido: ya es un individuo que sale dando traspiés, para desocupar la cantidad de líquido que su estómago no pudo contener; ya son dos *guapos* que, con arma en ristre, van á dirimir alguna de tantas cuestiones surgida por los vapores alcohólicos, la mayoría de las veces sin importancia, originándose por este motivo crímenes horrendos.

Ahora bien: suponiendo que un bebedor, aun después de entregar la mayor parte de su jornal á la familia, deje para el gasto de la taberna una peseta por día, cantidad bien pequeña, como se ve, si en lugar de gastar este dinero, arruinar su salud y hasta perder la vida en ocasiones, lo guardase, podría hacer cada año una economía de:

$1 \text{ peseta} \times 365 = 365 \text{ pesetas}$, que, en veinte años, le resultará $365 \times 20 = 7.300 \text{ pesetas}$, suma bastante respetable.

El sobrio que hace economías, sumará y hará producir en cada año, no solamente las 7.300 pesetas, sino que añadirá el 3 por 100, y tendrá más de 11.000 pesetas.

¡Once mil pesetas! He aquí la suma de que puede disponer á los veinte años el hombre económico y sobrio, que guarda una peseta cada día, en lugar de entregársela al tabernero. Esta suma representa una gran tranquilidad y satisfacción, pudiendo disfrutar de una comfortable casa para concluir los días de su vejez.

Alcoholismo en España

Todos los países civilizados se han preocupado de la influencia desastrosa de esa *pandemia* (1) que produce tantos millares de víctimas, que aumenta la criminalidad, que hace crecer el número de locos, que disminuye la riqueza, que aumenta la mortalidad, que degenera la raza y despuebla las poblaciones y que se llama *alcoholismo*. En todos esos países se han hecho estadísticas, con objeto de demostrar la conveniencia y necesidad de las campañas emprendidas contra este mal.

Nada de esto, que sepamos, se ha hecho en España, y en los centros oficiales, á los que nos hemos dirigido, no existen datos verídicos ni de

(1) Enfermedad que ataca á un tiempo á muchos individuos y que depende de una misma causa.

la producción anual de alcohol, ni de la cantidad del mismo importada. Estos datos, con la base de población, nos darían, seguramente, la cantidad fija que por habitante corresponde de alcohol consumido.

Pasando por alto las causas de esta apatía, por no hacer más extenso este trabajo y no considerarlo pertinente al objeto que nos hemos propuesto, sólo diremos que, teniendo en cuenta la gran cantidad de alcohol industrial que se importa, puesto que en 1880 fué 376.000 hectólitros y en 1886 de 1.088.564, del cual 881.630 era alcohol alemán; teniendo también en cuenta que esta importación se ha triplicado en un período de seis años, y si, además de ésto, unimos el producido y fabricado en España, resultará, sin temor á incurrir en exageraciones, que la cantidad de alcohol consumido por habitante es de 2 y medio á 3 litros, con tendencia á aumentar.

El alcohol rinde al Estado, bajo la forma de impuestos, una suma muy respetable; pero con serlo tanto, no basta para cubrir los gastos que se originan por asistencia de hospitales, manicomios, cárceles, presidios y penitenciarías; y si á esto se une la pérdida de trabajo útil que el obrero experimenta, entonces crece de punto este déficit.

El alcohol hace cometer en el estado de embriaguez y en el de alcoholismo crónico, crímenes de todo género, y para formarnos una idea, bastará trazar el cuadro siguiente:

Sobre 100 detenidos por asesinato, hay.....	53	alcohólicos.
Idem íd. por incendio.....	57	íd.
Idem íd. por mendicidad y vagabundos.....	70	íd.
Idem íd. golpes y atentados al pudor.....	90	íd.

Es decir, que los dos tercios de los detenidos son alcohólicos.

Todos los ciudadanos, sean sobrios ó bebedores, sufren, pues, las consecuencias del alcoholismo. Todos los gastos por las estancias en hospitales, cárceles, etc., ocasionados por los alcohólicos, son pagados bajo la forma de impuestos por todos los contribuyentes sin distinción.

Además, estamos expuestos á sufrir los efectos del mal trabajo, de las malas acciones del bebedor, miseria pública, accidentes, perversión de la moralidad, crímenes, malos votos, muertes prematuras, degeneración de la raza, etc., etc., y por esta razón todos estamos obligados á combatir por todos los medios este mal que nos corroe. *UVA. BHSC. LEG. 24-3 n° 1871*

¿Por qué se bebe alcohol?

Una de las principales razones es la ignorancia. Considerable número de individuos creen todavía que el alcohol es un líquido dotado de propiedades bienhechoras que fortifica, que da calor, que ayuda la digestión, que estimula el

apetito. Más adelante hemos probado lo erróneo de estas creencias, la falsedad que encierran.

Otra razón es la influencia del ejemplo y del hábito. En todos sitios vemos beber, en todas partes existen tabernas, cafés, bars, bodegones, restaurants, donde poder intoxicarse (en Madrid solamente existen de las llamadas tabernas, en números redondos, de 2.500 á 3.000, sin contar todas las demás clases de expendedurías y sin contar las clandestinas). Todos, ó la mayoría de los negocios, se ventilan en la taberna, en el café, cervecería, etc. En esos sitios es donde el hábito de beber más que lo ordinario se establece y arraiga; cualquier motivo alegre ó triste de la vida sirve de pretexto para beber, como natalicio, entierro, boda, santos, etc., y en lugar de luchar contra la adversidad con la razón serena, entréganse sin tasa ni medida al alcohol.

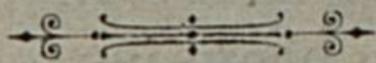
Que el ignorante haga lo que todo el mundo es hasta cierto punto excusable, puesto que desconoce las propiedades perjudiciales del alcohol; mas no aquel que sabiendo que todos los alcoholes son tóxicos, bebe sin tino, por falta de energía, por cobardía, pues cobardía es el no afrontar las situaciones difíciles, las circunstancias adversas de la vida con la razón fría y serena.

Los muchachos beben para imitar á los hombres; se excitan los unos á los otros y no tienen la energía suficiente para resistir los malos consejos y las bromas de sus camaradas.

Otra de las razones es la debilidad de los be-

bedores que carecen de fuerza de voluntad para renunciar á su pasión: *El que ha bebido beberá*, dice el proverbio. El que bebe ó comienza á beber alcohol se siente atraído por el perjudicial liquido, y tanto más se deja llevar cuanto más fuerte es la pasión por el alcohol. Cuanto más antiguo es el hábito más difícil es desembarazarse; pero si se quiere, siempre se puede renunciar á esta pasión.

Todo aquel que no tiene energía para renunciar á consumir un líquido que sabe le es muy perjudicial, que malgasta el tiempo y el dinero en la taberna, su salud, la de sus hijos, llevando la intranquilidad á su familia, que se deja arrastrar por sus malas inclinaciones, no merece el nombre de hombre.





CAPÍTULO IV

Deberes de los españoles

Medios para combatir el alcoholismo

Todos estamos obligados á combatir el alcoholismo: los particulares, los gobiernos, los municipios, puesto que á todos llega la perniciosa influencia de esta que podemos considerar como verdadera *plaga*.

Los gobiernos, promulgando leyes y haciéndolas cumplir, para que todas las bebidas alcohólicas sean *rectificadas*, evitando de este modo que se expendan esos brevajes que con diferentes nombres, y más ó menos llamativos, son ingeridos, produciendo todos los males que ya hemos citado. Obligar á todos los fabricantes de alcohol á no expender más que bebidas refinadas; tal vez se nos objete que los países inmediatos podrán traer á nuestro mercado alcoholes de mala calidad en competencia con los nuestros, á lo que contestaremos que una vez adoptado por un

ríamos á la libertad de comercio; pero á esto diremos que en este sentido también se ataca á la libertad de comercio cuando se niega montar una industria que no llena todas las condiciones higiénicas que se requieren, y también existe obstáculo á la libertad de comercio cuando algún establecimiento sujeto á una severa reglamentación, se considera como un mal necesario, y se cierra á la menor infracción.

Donde quiera que el hombre vive en sociedad, existen esa clase de trabas, y el interés particular debe posponerse al interés general.

Las tabernas y toda clase de expendedurías de bebidas alcohólicas deben cerrarse á una hora determinada de la noche; suprimir totalmente todos los veladores ó mesas, banquetas, y, sobre todo, prohibir el juego de cualquier clase que éste sea; prohibir igualmente vender vino ni ninguna otra clase de bebida á todo sujeto que se halle embriagado, y sobre todo á los menores de quince años; suprimir la venta al fiado y la de los comestibles.

Teniendo en cuenta que la ignorancia y el mal ejemplo son las causas más frecuentes del alcoholismo, los gobiernos están obligados á extender cada vez más la instrucción, haciéndola obligatoria, forzosa y gratuita, aumentando las escuelas de adultos, creando bibliotecas, excitando á las conferencias prácticas donde se hiciesen conocer los gravísimos perjuicios del alcoholismo, colocar en todas las escuelas cua-

dros ó carteles que representen los funestos efectos del alcohol, la publicación de folletos, cartillas, etc., al alcance de los obreros; aumentar el impuesto de estas bebidas y rebajar el de aquellas que, como el café, té, etc., son de un uso más general y más higiénico.

Crear una policía especial sanitaria encargada de vigilar que todas las sustancias alimenticias sean de buena calidad, y perseguir sin contemplación de ningún género todas las adulteraciones.

La iniciativa privada, en unión de las autoridades, también podría ejercer su influencia organizando sociedades llamadas de *templanza*, creando premios, instituyendo Bancos ó Cajas de ahorro, casas especiales á modo de cooperativas donde se vendiesen buenas y baratas las sustancias alimenticias; crear establecimientos de bebidas higiénicas, caldo, café, té, etc.; cocinas económicas, cafés de *templanza*, donde no se vendiera ninguna clase de bebida alcohólica.

Los maestros y jefes de taller por su parte, no deben admitir al trabajo á todo obrero que se halle embriagado, por el peligro en que éste puede colocarse y por el que puede hacer correr á los demás; tampoco deben admitir á ningún obrero que falte á su trabajo el lunes de cada semana, á menos que lo justifique en forma; prohibir á sus encargados que expendan ninguna clase de bebidas, y sobre todo no consentir de ningún modo paguen el jornal del obrero en la taberna.

En lo que se refiere á las penalidades que habría de sufrir el sujeto embriagado y sujetos industriales que contraviniesen á lo legislado sobre esta materia, no hacemos ninguna indicación por considerarlas ajenas á nuestro propósito.

Las medidas que quedan enumeradas, son las que á nuestro juicio pueden y deben implantarse para dar la batalla formal y decisiva al que desde luego podemos llamar *desastre ó plaga nacional*: el *alcoholismo*, origen de degeneración y de miseria.

Conocemos todo el mal, que es grandísimo, y debemos emplear todas nuestras energías para atajarle y vencerle. *El alcoholismo es un gravísimo peligro para España*; despuebla al país, disminuye las fuerzas físicas é intelectuales por los destrozos que causa en el cuerpo y el cerebro, conduce á la miseria, y hoy España necesita más que nunca de ciudadanos vigorosos é instruídos, si quiere recuperar su poderío perdido; de lo contrario, continuando como hasta la fecha, nada tendría de particular que cualquier día fuéramos sorprendidos con otro desastre parecido ó mayor que el últimamente sufrido, haciendo que España desapareciese como tal potencia.

Todos los países de Europa han emprendido ya la lucha contra ese enemigo, y uno de ellos, Noruega, ha obtenido resultados maravillosos por su constancia y energía. En efecto, en trein-

ta y seis años de lucha constante, ha conseguido hacer decrecer el consumo del alcohol de diez litros á tres por habitante: allí no existe más que una taberna por cada 22.000 habitantes: la población ha aumentado en una tercera parte, la cifra de las condenas ha disminuído casi en una mitad, la cifra de los asilados ó de los que viven de la caridad también ha descendido, la fortuna pública ha aumentado en una quinta parte. ¡Sobberbio ejemplo, digno de imitarse!

Todo esto que ha realizado Noruega, ¿no podemos realizarlo los españoles? Sin género alguno de duda. ¿Qué necesitamos para ello? Bien poca cosa: *Voluntad y sólo voluntad.*

He llegado al término de este pequeño trabajo. Si habéis leído con atención y cariño este librito, os habréis convencido de las verdades que le informan, que, sintetizadas, son: *el alcoholismo es el azote mayor de la humanidad, que es curable, y sobre todo evitable, y que debéis absteneros en absoluto del alcohol destilado:* para esto se hace preciso que la educación que con él recibáis se extienda á más allá de la escuela, que la tengáis presente en todas las diversas situaciones de vuestra vida; que en el taller, que en la Universidad, que en el seno de vuestra familia, que en el círculo de vuestras amistades, en fin, en cualquier lugar y momento, propaguéis esta enseñanza, haciéndola popular, siendo tema preferente de vuestras conversaciones.

A vuestro esfuerzo se unirá el del Estado, que

no puede ni debe mostrarse indiferente á esta campaña, cuya importancia higiénica y social no hay por qué encarecer, y todos unidos lograremos hacer desaparecer la mayor calamidad del siglo, que arruina á la nación, que aumenta la criminalidad, locura, vagancia y mendicidad, que produce la degeneración de la raza y despuebla á la nación: *el alcoholismo*.

En España, por fortuna, ha comenzado la afición á estos importantísimos estudios, como lo prueba el hallarse funcionando la llamada *Liga contra la tuberculosis*; del mismo modo y con objeto análogo, pudiera y debiera organizarse otra denominada *Liga contra el alcoholismo*, como complemento á esta misma enseñanza, pues luchar contra el alcoholismo es luchar contra la tuberculosis.

FIN

UVA. BHSC. LEG. 24-3 n° 1871

INDICE

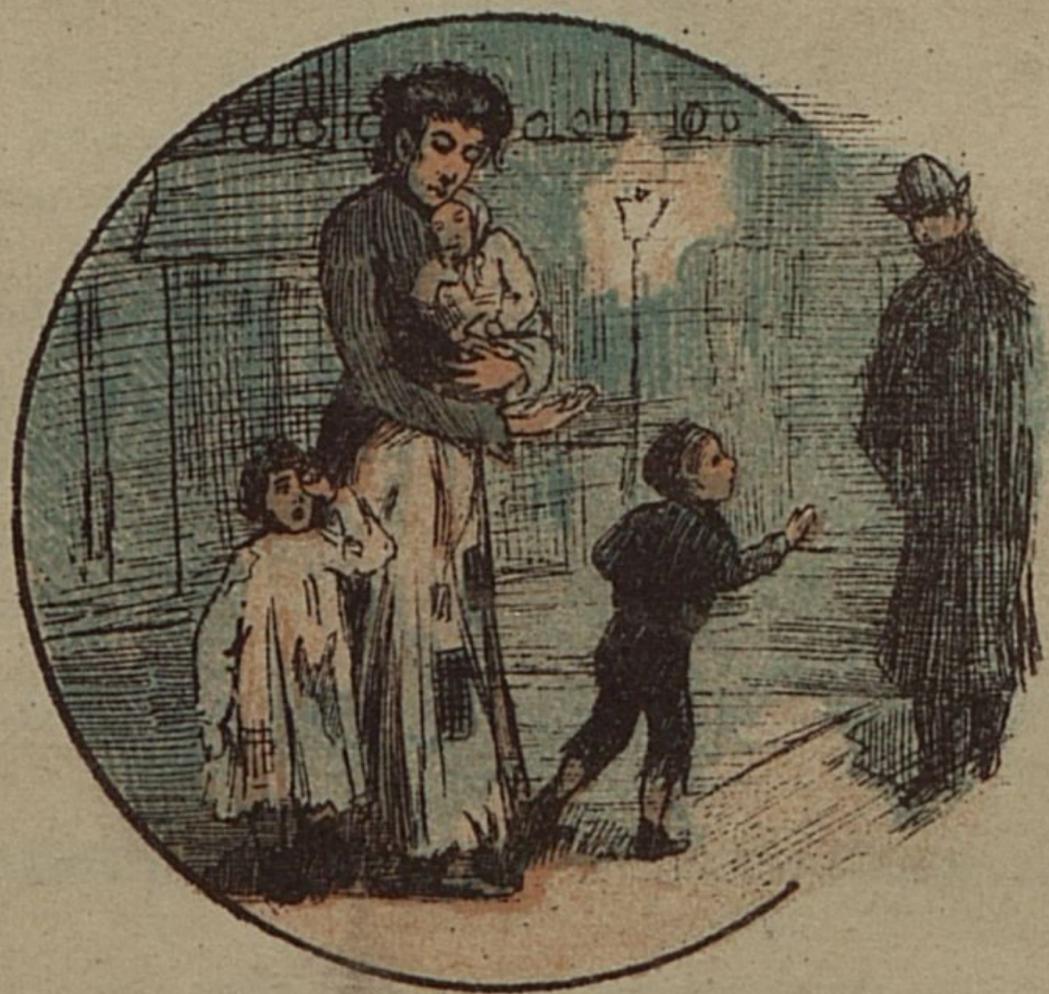
	<u>Páginas.</u>
Prólogo.....	5
CAPÍTULO I.—LO QUE SE BEBE	
De las diferentes bebidas.....	7
Bebidas fermentadas.....	8
Bebidas destiladas.....	8
Los alcoholes todos son tóxicos.....	9
Rectificación.....	12
¿Es bebida higiénica el vino?.....	13
Vino natural y vino adulterado.....	14
Aceites, esencias, <i>bouquets</i>	15
Esencia de ajenjo.....	17
Las mejores bebidas.....	18
CAPÍTULO II.—INFLUENCIA DEL ALCOHOL SOBRE LA SALUD	
Embriaguez y alcoholismo.....	20
Efectos del alcohol sobre el estómago, hí- gado y riñones.....	23

	<u>Páginas.</u>
Efectos del alcohol sobre los pulmones, los vasos sanguíneos y el corazón.....	27
El alcohol y el cerebro.....	29
Acción paralizante del alcohol.....	33
La inteligencia y el alcohol.....	33
La fuerza muscular y el alcohol.....	35
El frío y el alcohol.....	37
¿Es un alimento el alcohol?.....	38
Las enfermedades contagiosas y el alcohol.	39
La salud y el alcohol.....	40
Mortalidad y alcohol.....	43
 CAPÍTULO III.—LA FAMILIA Y EL ALCOHOL	
De la descendencia del alcohólico.....	46
Lo que gasta el alcohólico.....	49
Alcoholismo en España.....	51
¿Por qué se bebe alcohol?.....	53
 CAPÍTULO IV. — DEBERES DE LOS ESPA- ÑOLES	
Medios para combatir el alcoholismo.....	56

UVA. BHSC. LEG. 24-3 n° 1871

EL ALCOHOLISMO

CONDUCE Á LA MISERIA



UVA. BHSC. LEG. 24-3 n°1871

Precio 1 peseta.