

GUANACASTE:

Liberia
Carrillo
Santa Cruz
Nicoya
Cañas
Bagaces
Abangares

UNION

REVISTA QUINCENAL

PROPAGANDA:

Agricultura
Ganadería
Industria
Higiene
Alcoholismo
(Pedagogía, etc.)
Ciencia y Arte

Fundador:

A. ALVAREZ HURTADO

Redactores:

CLIMACO PEREZ y SALVADOR VILLAR

AÑO I

República de Centro América, Costa Rica, Agosto 15 de 1920

No. 8

EGÉRICO FAERRON SUÁREZ

La Ciudad Blanca lo vió nacer en agosto de 1875.

Don Federico Faerron y doña Ana Suárez de Faerron fueron sus progenitores.

Hizo los primeros estudios en las escuelas públicas de Liberia, y como resultó alumno distinguido, le fué adjudicada una beca en el Liceo de Costa Rica, beca que más adelante renunció, para continuar los estudios del bachillerato. En el Liceo reveló Egérico el talento que poseía, especialmente para el ramo de las ciencias. En matemáticas era verdaderamente notable. Sus profesores y los condiscípulos le reconocían dotes excepcionales en dicha materia. Una vez que obtuvo con brillantez el diploma de Bachiller en Ciencias y Letras, emprendió estudios de agrimensura que culminaron felizmente con la obtención del título de Licenciado Geómetra o Ingeniero Topógrafo. Al mismo tiempo que hacía estos estudios profesionales aprovechaba las clases de artillería que daba la escuela entonces establecida, en donde reveló su rara disposición para esta ciencia. Más de una vez recibió las calurosas felicitaciones de sus profesores y camaradas por el



DON EGÉRICO FAERRON SUÁREZ

acierto en los ejercicios del tiro al blanco. Siguió perfeccionándose y puede decirse que era ya un artillero aventajado.

Una vez coronadas sus nobles y legítimas aspiraciones de preparación cultural, retornó al Guanacaste, su provincia natal, en donde desplegó, con gran entusiasmo, sus actividades y aptitudes de diversa índole, ya ejerciendo su profesión, ya en el desempeño de importantes cargos gubernativos y locales.

Egérico laboró con provecho como Presidente municipal; y como Inspector de Escuelas de la provincia, hizo todo cuanto le fué posible en bien del progreso escolar de aquella región. Tenía en preparación una obra de matemáticas que desgraciadamente quedó sin concluir con motivo de su prematura muerte aca-

cida en 1901, víctima de la epidemia de fiebre amarilla que azotó entonces sin piedad a la ciudad de Liberia.

Egérico poseía condiciones morales e intelectuales poco comunes. Era una risueña promesa para el porvenir. Hombre de nervios equilibrados, afrontaba el peligro con serenidad. Caballeroso, franco y noble en sus actos;

leal y afectuoso en la amistad de tal manera que muchas veces sacrificaba el propio interés en favor de sus amigos por cuya suerte luchaba y se preocupaba sinceramente. Así se explica que hiciera brotar en el corazón de sus camaradas profundos sentimientos de cariño y gratitud hacia él. Egérico era persona de pronta y segura resolución; de intenciones diáfanas y, como su espíritu vivía limpio de sombras y era recto y altivo, llevaba siempre asimismo, la mirada y la frente levantadas. Tenía alma fuerte, capaz de la abnegación y el sacrificio y al mismo tiempo vibraba y se enternecía al contacto de todo lo conmovedor y lo bello.

El Guanacaste perdió con su sentidísima desaparición, un luchador sincero en favor de los ideales de justicia, fraternidad y progreso; un hijo amoroso que de seguro habría influido benéficamente en la marcha de aquella infortunada provincia.

TRABAJOS RACIALES

Calle de Recoletos, 1º, Madrid.

Señor don Antonio Alvarez Hurtado

Puntarenas

Muy señor mío:

Fué iniciativa venturosa, es ya práctica arraigada y extendida, la que nos une para recordación y celebración anual del descubrimiento de América, en fiesta que inspira el amor a la raza, y que, procurando darle satisfacción, suscita nuevas relaciones y torna más estrechos los vínculos de amor entre los pueblos de la gran comunidad que tiene, por su rango, lugar de verdadera primacía en la Historia.

Responde nuestra Sociedad a esta significación y al nombre que lleva, cuando, con medios y recursos escasos, interpreta y aviva el natural y espontáneo sentir de las gentes que allá en el Centro y Sur de América, como acá, en la Península, enalteciendo la idea iberoamericana, rememoran el origen común. En él está para todos lo primero, lo más íntimo, lo más definidor del carácter; unidad de raza que se mostró fecunda dando nueva vida, vida propia, a tantos seres colectivos que, afirmando su existencia libre, independiente, comprenden en cuánto grado son deudores al originario pensamiento; una, como la idea, la expresión del lenguaje, de riquísimas manifestaciones, que tanto ha honrado y servido, que tanto habrá de honrar y servir a la civilización universal.

Los quebrantos y mermas que la civilización sufre, las consecuencias de la conmoción general, honda y extensa, nos alcanzan en grado menor que a otros pueblos. Porque a los hispanoamericanos tocó la mejor parte, se nos imponen ahora, y para lo futuro, obligaciones que son colectivas, que sólo cumpliremos procurando inteligencia mayor, correspondiéndole las voluntades, llegando a una íntima comunicación espiritual. Es la obra de todos; sin esa constante propulsión y colaboración social, no podrán cumplir su misión los Poderes públicos en el modo principalísimo que a ellos toca.

No concebimos la Fiesta de la Raza como mero solaz de los espíritus, aunque por tal valga, en su elevación, cuando les invita, periódicamente, a renovar promesas y decisiones, que aseguren el común esfuerzo, la general participación en vida de trabajo; modo único de que halle mayores desenvolvimientos la raza, mostrándose digna de sí propia, de su pasado glorioso, la que tanto ensanchó los mundos, la que hizo más todavía cristianizándolos, la que así está obligada a proseguir la historia, recogiendo frutos que correspondan a semejantes promesas.

En estas horas críticas no hemos de hacer alto en el camino sino el momento indispensable para que la contemplación de lo retrospectivo nos conforte y estimule; reconocidos en justicia, y por los más autorizados, aquellos extraordinarios merecimientos, antes contradichos, con que honraron y benefician a la Humanidad los pueblos hispanoamericanos. Desconocer tales bienes, fué malquerer de la voluntad ajena, lo fué también de la torpeza propia, pues durante mucho tiempo, olvidamos los deberes recíprocos, y, por consecuencia, lejos de adelantar y perfeccionarse la mutua relación, se suscitaron daños, no extintos aún, que perdurarán si no se ahogan los gérmenes viciosos, si no se cortan las divisiones, si no se atajan las competencias entre los pueblos americanos de la gran familia hispana. Es primordial deber nuestro, sintiendo y preconizando en España el interés de los pueblos de América, propugnar por cuanto signifique pacificación, cooperando a los arbitrios que la proporcionen, realizando aspiración de tratadistas americanos, eminentes en la definición y exposición del derecho internacional. ¡Cuánto pueden significar esos individuales empeños, transmitidos a las asociaciones que los propague formando estado general de opinión, conciencia colectiva!

Cuando los amores patrios se suman y

elevan, depurándose en el amor a la raza, la representación y celebración de las glorias pasadas, ha de contar sobre todo como representación de glorias nuevas. Tal es el sentir de que la «Unión Ibero-Americana» recibe constantes muestras; albricias confortadoras del ánimo, que le muevan a procurar con afán mayor el cumplimiento de sus nobilísimos fines; ellos se simbolizan y representan en la fiesta internacional del 12 de Octubre, aniversario y conmemoración del descubrimiento de América.

A través de la distancia y del tiempo, el pensar y sentir común, expresado en común lenguaje, une a los habitantes del nuevo continente y a los del viejo solar. ¡Que Dios fecunde los designios de ventura en que abundamos, para que por su virtud y con nuevos motivos, haya sucesivamente de celebrarse la Fiesta de la Raza, como verdadera fiesta de la Humanidad.

Reiterando en este llamamiento los argumentos, las mociones, muy autorizadas, del que durante muchos años fué Presidente dignísimo de la «Unión Ibero-Americana», Excmo. Señor Don Faustino Rodríguez San Pedro, como sucesor suyo, especialísimamente necesitado de todas las cooperaciones, me ofrezco de usted atento a. s. s. q. b. s. m.,

El Presidente,

MARQUÉS DE FIGUEROA

Mayo, 1920.

EDUCACION ECONOMICA

A continuación comenzamos a reproducir un trabajo firmado N. N., publicado en un número de la «Revista de Educación Nacional», de Santiago de Chile. Lo reproducimos porque parece escrito para Costa Rica y demás países nuevos en donde prevalece aún cierto viejo e inconsciente prejuicio de menospreciar los productos nacionales aun cuando sean de buena calidad y precio, y preferir irreflexivamente los productos similares traídos del extranjero. Vibra, en nuestro concepto, en este interesante trabajo, desde el principio hasta el fin, una altísima nota de patriotismo, cordura y sentido práctico. Si queremos contribuir al florecimiento económico de nuestro país, todos los costarricenses, del primero al último, debiéramos practicar deliberadamente las inapreciables sugerencias que contiene este trabajo, en todo cuanto nos sea posible aplicarlas:

«LO QUE DEBE SABER UN CHILENO

Lo que vas a oír no es una revelación; es la repetición de lo que día a día oyes en todas partes, comentado por todos los chilenos. Sin embargo es preciso que leas con toda atención estas páginas para que medites un momento su lectura y comprendas la labor que a ti te espera si quieres llamarte *ciudadano chileno*. No basta haber nacido, en tierra chilena, para llevar ese título; hay que saber llevarlo.

Esta lectura te va a servir para que aprendas la más elemental obligación que tienes y que hasta hoy pareces desconocer en absoluto. Lee con cuidado y medita estas verdades. Haz que también las lean tus amigos y procede después como te dicte tu conciencia.

I

«No las hacen mejores en mi tierra», contestó Benjamín Franklin cuando le preguntaron en Europa por qué no se vestía con las finas telas de los elegantes de la época.

Tú debes ser en esto un Franklin. Traicionas a tu patria cada vez que te haces un vestido de tela extranjera. Sin darte cuenta contribuyes a que Chile no progrese como lo hacen sus vecinos que ya asombran al mundo. Tomas parte activa en la tarea de acelerar el decaimiento y la bancarrota de tu patria.

Fíjate un momento en esto: si compras un artículo extranjero, que también se hace en Chile, desacreditas a tu propio país, confiesas la incapacidad tuya porque es un semejante de tu misma raza el que te ofrece ese artículo que desdeñas; niegas el progreso de Chile, cooperas como mal patriota, al engrandecimiento de otro suelo y de otro pueblo que explota tu falta de amor propio y orgullo de chileno. Prefieres que tu dinero haga la fortuna de un extranjero que *no vive* en tu país, que *no conoce* a tu país, pero que sabe aprovecharse del ningún interés que tienes por tu patria; prefieres dar tu dinero a un extranjero *empobreciendo* a Chile que darlo a otro chileno que al recibirlo *enriquece* a Chile.

Tú no le tomas el peso a esta profunda verdad que has oído; crees que no vale la pena preocuparte de esas cosas; dices que todo sigue su curso natural y que nada puedes hacer para que se levante tu país a la altura que debe levantarse. Dí, ¿no sientes indignación y vergüenza de ver cómo la civilización ha podido hacer de otros países de la América pueblos grandes, poderosos, que habiendo nacido el mismo día tienen hoy el derecho de mirarle para abajo porque

Chile, por culpa tuya, no es una nación tan adelantada como corresponde a su historia y a sus tradiciones? Dí, ¿no sientes sublevarse tu sangre ardiente al pensar que debes llorar por muchos años esta desgracia de tu patria? ¿No ves que tu país ocupa ya un lugar secundario en el concierto de la América, cuando antes era el privilegiado de la civilización y la fortuna? ¿No escuchas en lo íntimo de tu ser la voz de tu conciencia que te dice que aún es tiempo, que no está todavía perdida la lucha del progreso, que puedes, por supremo esfuerzo, conquistar el elevado puesto que a tu patria reserva el porvenir?

Todo esto lo piensas, pero no tienes el valor suficiente para oponerte a que siga decayendo tu país. Tú eres el obligado a velar por su grandeza, tu debes ayudar a construir el edificio de su progreso, tu debes exigir de los demás que también ayuden. El Gobierno sólo puede obrar dentro de sus atribuciones, su acción tiene que ser limitada. En cambio tú tienes libre acción y extenso campo para proceder. Si el Gobierno está en la imposibilidad de labrar la fortuna privada de los chilenos, tú debes ser protector y ayudar a formar esa fortuna que es la tuya».

¿Cuál será la verdadera fundación de Santa Cruz?

Es un hecho histórico que la verdadera fundación de la simpática villa de Santa Cruz, hoy DIRIÁ, se remonta a los comienzos del siglo XVIII, sirviendo como base de tal tradición la donación hecha de cuatro caballerías de tierra por la señora Bernabela Ramos, viuda de Blas Moraga e hija del Capitán Miguel Ramos, de quien las heredó, a los vecinos de Santa Cruz, con el piadoso fin de que hiciesen una Iglesia a la Imagen del Señor Crucificado, patrón desde aquellos entonces del lugar, a condición de que se le diese a la compareciente Ramos, el terraje necesario para sepultar sus cuerpos y los de su familia en línea legítima hasta la cuarta generación, loable y justificable beneficio por cierto.

Tal, es, lo otorgado por la Ramos en escritura pendiente ante el Subdelegado don Doroteo Reyes, con su sede principal en Nicoya, cabeza del partido y con jurisdicción en sus términos, entre los cuales estaba Santa Cruz y fechada en *la nueva población del se-*

ñor de Esquipulas de Santa Cruz, a 18 de febrero de 1814, visible al folio primero del protocolo llevado por aquel funcionario.

Como se ve, y es fácil de suponer, dada la naturaleza de la donación, que ya entonces existía la *población del Señor de Esquipulas*, de quien han sido siempre, en todos los tiempos, fieles devotos los hijos de Santa Cruz, y que la Ramos no hizo otra cosa más que donar dicha tierra (quizá cumpliendo la última voluntad de su difunto padre o por insinuación del vecindario que reclamaba esa gracia), para el ensanche del poblado, lo que era indudable una verdadera necesidad, respetando siempre su condición principal.

Debemos, pues, buscar el origen de su fundación con anterioridad a esa fecha, y el dato que copiamos podrá tal vez darnoslo:

«En 1772, y a 3 de febrero, siendo Corregidor y Teniente de Capitán General del Partido de Nicoya, don Juan Antonio de la Peña y Medrano, comparecieron ante sus oficios los vecinos ladinos Capitán Manuel José de Icavalceta, Teniente Luis Briceño, Teniente Tomás Suárez, Capitán Paulino Falcón, Teniente José Ramos, los Alféreces Juan de Mora, Manuel Marchena, Calixto Hernández y Jacinto González, el Ayudante Pedro de Rojas, Teniente José Cipriano de Guevara, Cabo de escuadra Juan Antonio Leiva, el Capitán Miguel Ramos (padre de la Bernabela) y el Teniente Juan Dionisio Rosales, por sí y a nombre de los demás, habiéndose mandado por el Superior Gobierno de este Reino, *la población del paraje Diríá*, de esta jurisdicción, se obligan a fabricar a su costa la *Iglesia*, a ornamentarla y mantenerla con la decencia debida y a construir casa real y cárcel en dicho sitio, también a su costa».

¡Felices tiempos de espíritu patriótico y de fe religiosa que ya no vuelven!

De modo que es lógico suponer que ya en esta fecha Diríá tenía sus pobladores de alguna importancia y que para perfeccionar su fundación de manera estable, exigió el Gobierno español, muy de acuerdo con su sistema de administración y con las costumbres legendarias de aquellos tiempos, la construcción tanto de la Iglesia como de la real casa y cárcel, símbolos al igual de las justicias divina y humana, tan proclamados por todos sus actos por los soberanos españoles durante la época oscura del coloniaje.

Posteriormente, en 1777, y ante el Corregidor de Nicoya, don José Antonio Reyes, a 24 de noviembre, comparecen el dicho Capitán Miguel Ramos y su mujer Juana Sequei-

ra, vendiendo a Claudia Espinosa 6 caballerías de tierra en el sitio de *Santa Cruz*, por \$ 150-00.

Hay otro dato que nos habla con anterioridad a esas fechas de Santa Cruz o Diriá; es el expediente número 11 del legajo número 2 del Alcalde Ordinario de Cartago don José Escalante Paniagua, del año 1678, en que consta que el día 4 de agosto compareció el Sargento Mayor don Sebastián de Sandoval Golfín, Alférez Mayor y Alcalde Ordinario, encomendero en segunda vida en los pueblos de Tucurrique y de Diriá de la de Nicaragua, en mérito a que Su Majestad le ha confirmado dicho cargo de Alférez Mayor, renuncia a la encomienda de Diriá, con todos los caídos para que se aplique a la fortificación de esta

y que perteneció, bajo la dominación española, a Nicaragua y posteriormente a Costa Rica.

Creemos, pues, con sobrado fundamento histórico, que Diriá o Santa Cruz, fué oficialmente fundada en 1772; que las encomiendas con sus caseríos estaban establecidas en dicho pueblo con anterioridad a esa fecha y finalmente que, no habiéndose podido cumplir con el compromiso adquirido por los vecinos de hacer la Iglesia a su debido tiempo, sino hasta 1814 o con el objeto de consagrarla y ponerla bajo la advocación del Señor de Esquipulas, la señora Bernabela Ramos ratificando los deseos de su difunta padre o guiada por los suyos propios, hizo la donación a que nos referimos.

Sin tratar de menoscabar en lo más mínimo



IGLESIA DE BAGACES

provincia o a otros gastos del real servicio. Son los caídos de 8 años, los cuales se han cobrado y metido en la Real Caja de Granada.

Con este último dato podemos sacar en conclusión, primero: que el dicho Sandoval Golfín fué encomendero en esa fecha del pueblo de Diriá y que las tales encomiendas aparejaron siempre la existencia de un caserío o poblado más o menos numeroso; segundo: que Diriá pertenecía al territorio de Nicaragua.

Como no tenemos noticia de que exista alguna población que lleve igual nombre en nuestra vecina, es racional suponer que esa renuncia de encomienda se refiera al pueblo de Diriá actual, el que perteneció antes a Nicoya, confirmando nuestra tesis su proximidad a este último poblado del que debió formarse seguramente, por ser más antigua

los legítimos blasones de cultura y del progreso, que muy bien reconocemos, de la gentil Santa Cruz, que con orgullo ostenta, ni de empañar con estas líneas el espíritu religioso y de desinterés de su fundadora señora Ramos, pensamos que dicha población cuenta alrededor de *siglo y medio* de vida, tan bien aprovechados en el desenvolvimiento y riqueza de sus fuerzas civilizadoras que la llevarán en no muy lejano futuro, por su posición especial, a realizar un risueño porvenir.

Pero aún nos queda la duda siempre, ¿será esa su verdadera fundación?

JUAN R. VÍQUEZ SEGREDA

Lagarto de Santa Cruz, julio de 1920.

Pozos artesianos

Para la provincia de Guanacaste, árida y seca en el verano, las aguas surgentes serían una riqueza que apenas se puede imaginar: agua potable para las poblaciones y pastos verdes en invierno y verano! Inmensas extensiones de terreno estériles y abandonadas en los Estados Unidos, son hoy emporios de riqueza agrícola, debido única y exclusivamente a los pozos artesianos.

Las condiciones excepcionales de la provincia del Guanacaste motivaron el decreto del Congreso que, bajo el número 14, se emitió en junio de 1912. Dice así:

«Art. 1.º—Facúltase al Poder Ejecutivo para que del Erario Público invierta hasta diez mil colones en proveer de agua potable por medio de aeromotores, a los vecindarios de Veintisiete de Abril, Santa Rosa, Huacas, Portegolpe, Tempate y Arenal del cantón de Santa Cruz; San Blas del cantón de Carrillo y Corralillo del cantón de Nicoya, de la Provincia de Guanacaste.

»Art. 2.º—Asimismo facúltase para que, previos los estudios geológicos de las zonas

acuíferas del país, invierta del Tesoro Público hasta veinticinco mil colones en maquinarias y utensilios para emprender los trabajos de pozos artesianos».

Considerando ambos sistemas desde el punto de vista práctico, es notorio que los aeromotores son poco estables, suelen ser destruidos por fuertes vientos, como ha sucedido en algunos ensayos en el mismo Guanacaste. Estos aparatos están, además, expuestos a deterioros e imperfecciones. Los pozos artesianos, por el contrario, son de larga duración, existen en los países donde se han construido hace siglos, suministrando agua en abundancia (hasta mil litros por minuto), transformando regiones antes estériles, en emporios de riqueza.

El día que se tenga abierto el primer pozo de agua artesiano, la iniciativa particular se encargará por su propio interés de proseguir los trabajos en diversos lugares.

(Fragmento de un importante trabajo de don Anastasio Alfaro, publicado en el N.º 1 del «Boletín de Fomento» que en 1914 veía la luz en esta capital)



Motor para extraer agua potable en el Guanacaste.

Consejos higiénicos elementales, pero muy interesantes, para el pueblo

Previa consulta de buenas obras y entendidos facultativos, nos proponemos dar una serie de consejos prácticos de higiene preventiva, al parecer simples e insignificantes, pero que en realidad son de inmensa importancia para la conservación de la salud, tesoro preciosísimo cuyo valor inestimable no lo apreciamos lo suficiente hasta cuando lo hemos perdido, ya sea por ignorancia o por desidia.

Vale más precaver o prevenir mediante la práctica de sencillas reglas higiénicas, que tener más tarde que curar o remediar, máxime cuando sabemos perfectamente que muchas enfermedades que se contraen, son incurables, penosas y fatales.

SOBRE LA ALIMENTACION

I.—*La condición primordial para inmunizar, hasta donde es posible nuestro organismo contra el contagio de enfermedades, es tratar de conservarnos fuertes mediante buena alimentación, buena agua, aire puro y disciplina y constancia en el trabajo; y a la vez evitar*

los vicios debilitadores, los excesos de toda clase y la vagancia.

Un organismo fuerte, con bastante sangre y vitalidad se defiende sólo casi siempre de los gérmenes infecciosos, los cuales penetran muchas veces por las diferentes vías sin causar daño alguno, porque son vencidos y destruidos en el interior. Un organismo anémico y débil o en estado de convalecencia, en cambio, es un campo abonado y propicio para el amplio desarrollo de dichos gérmenes. Esto no quiere decir que las personas fuertes no necesitan de practicar las reglas de higiene preventiva. La experiencia demuestra que todos sin excepción, cuales más cuales menos, tenemos necesidad de emplear dichas defensas.

II.—*El alimento cotidiano del adulto, para que sea apropiado y completo, debe contener carne sana, leche o sus derivados, huevos, granos o cereales, verduras y frutas.*

Las dos últimas no deben faltar, son indispensables para refrescar el estómago e intestinos y evitar el reumatismo y estreñimiento. Una alimentación compuesta sólo de carne, leche y huevos no es sana; una alimentación compuesta sólo de sustancias vegetales es insuficiente, pues sería preciso tomarlas en cantidades tales, que el tubo digestivo no podría digerir.

Comer menos de lo indispensable y comer con exceso son dos cosas inconvenientes, pero lo último es peor todavía. La estadística registra defunciones y casos de dispepsias y otras graves enfermedades del tubo digestivo, en número considerable, debido a hartazgos imprudentes. El sentido común y la higiene aconsejan comer moderadamente, con intervalos de algunas horas y sólo cuando hay apetito.

III.—*Es preciso lavar bien la superficie exterior de las frutas antes de comerlas.*

A muchas personas de cierta cultura las hemos visto recoger del suelo frutas y acto continuo llevárselas a la boca. Esto parece increíble. Sabido es que el suelo es asiento de infinidad de gérmenes infecciosos de tuberculosis, disentería, anquilostomiasis, solitaria, lombrices, etc., etc., especialmente el suelo de los solares en donde hay excusados a flor de tierra que, al inundarse durante el invierno, mandan hacia afuera, debajo de los árboles frutales, los restos de inmundicias que contienen muchas veces los gérmenes mencionados.

Toda fruta, así mismo, debe comerse en

su madurez plena para evitar dolencias intestinales. Aguacates, bananos, zapotes y otras frutas, cuando se comen antes de madurarse bien, acarrear enfermedades graves y peligrosas indigestiones.

IV.—*Cosa de capital importancia es comer lentamente para poder masticar y digerir bien los alimentos.*

Mientras más se mastiquen los alimentos la saliva los penetra mejor transformando ciertas partes, y así bajan ya en las condiciones necesarias para ser disueltos por los jugos del estómago e intestinos. Si la masticación es rápida e imperfecta los pedazos duros de alimentos que echamos al interior, al no poder ser disueltos, son perdidos para nuestra nutrición y aun más, son a menudo causa de irritaciones e indigestiones: el estómago se congestiona por el recargo indebido de trabajo a que se le obliga.

Sucede también que cuando masticamos con cuidado podemos evitar que pasen pedacitos de huesos, semillas y otros cuerpos extraños capaces de causarnos serias dolencias intestinales. Y como con una dentadura enferma y deficiente no es posible una buena masticación, es indispensable tratar de conservar la limpia y sana, en estado de hacer un trabajo perfecto. Los dientes o muelas que se empiezan a picar es preciso calzarlos en seguida para lograr conservarlos. Cada pieza de nuestra dentadura equivale para nosotros un valor inmenso; cada pieza que se inutiliza por descuido o mal entendida economía, representa una pérdida irreparable de consideración.

V.—*Es preciso tener el espíritu tranquilo y alegre durante las comidas para hacer una buena digestión; y si es posible, no practicar ejercicios ni trabajos fuertes durante la primera hora de digestión. No conviene comer cuando estemos fatigados.*

Las inquietudes, preocupaciones, altercados y todo género de disgustos, influyen pésimamente en la digestión y es necesario evitarlos a todo trance, al tiempo de comer, o acto continuo después de haberlo hecho. Cuando estemos bajo el peso de una pena moral lo mejor es tomar alimentos ligeros o no tomarlos. El buen humor es una salsa excelente que no debe faltar durante las comidas.

Todos podemos calcular más o menos la cantidad de alimento que nuestro aparato digestivo es capaz de digerir, así como cuáles son los que le conviene y los que no. Oblí-

garlo imprudentemente a realizar un trabajo superior a sus fuerzas da origen a descomposiciones anormales y enfermedades del estómago. Cada máquina, cada órgano tiene un límite en cuanto al trabajo que es capaz de llevar a cabo.

Cuando estamos fatigados por motivo de una larga jornada o de un trabajo rudo cualquiera, sentimos muy poco apetito; y es que la naturaleza, sabia como siempre en sus manifestaciones, nos prescribe que no debemos comer cuando nuestro organismo está fatigado. La ciencia nos demuestra que en ese momento la sangre no está en buenas condiciones para contribuir a realizar una conveniente digestión. Por consiguiente, la higiene aconseja una media hora de reposo, por lo menos, antes de sentarnos a tomar los alimentos.

SALVADOR VILLAR

Un acuerdo de la Sociedad Cooperativa de Arenal

Señor don Antonio Alvarez H.

San José.

Muy señor mío:

Con todo respeto me permito transcribir a Ud. el acuerdo hecho por la Directiva de la Sociedad Cooperativa Agrícola de este lugar en el artículo 5º de la sesión 1ª celebrada a las cuatro de la tarde del día diez y nueve de los corrientes, que dice así:

«Póngase en su conocimiento el nombramiento de Socio Honorario a don Antonio Alvarez Hurtado, tan pronto como sea posible».

Dejo así cumplido el deseo de la Directiva y en espera de su grata contestación, me suscribo de Ud. muy atto. y s. servidor,

CIRILO PERAZA V.,
Srio.

Arenal, 26 de julio de 1920.

UNIÓN, en nombre de su fundador contesta a los entusiastas hijos del Arenal, que acepta agradecido ese honor y que estará siempre dispuesto a colaborar en lo que le sea posible por la prosperidad de esa Sociedad.

Perseverancia y no desmayar nunca!

Labor Municipal de Nicoya

(MINUTA)

Se nombró una Junta Sanitaria compuesta por los señores, Jefe Político, don Blas Casimiro Cárdenas; el Alcalde, don Abel Her-

nández; Cura, don José de Jesús Ortiz; Inspector de Escuela, don Felipe Díaz Vidaurre; don Francisco Isauro Briceño, Higinio Vega, Rafael Herra y Esteban Vásquez, los cinco primeros propietarios y los otros suplentes.

Vista la resolución del Alcalde de que no fué puesta en forma legal la denuncia contra el señor Manuel Aguilar Arrieta, por ofensas contra la Municipalidad, se acordó: requerir al Jefe Político, para que en su calidad de fiscal se apersona de acuerdo con el Art. 92 de las Ordenanzas Municipales. Conforme la Ley del Ministerio Público, los Agentes Fiscales son los apoderados de las Corporaciones.

A moción del Síndico Fonseca, se excita al Jefe Político para que revise los trabajos que se emprenden en el puente sobre la Quebrada Los Camarones,—de Puerto Humo,—porque dejan mucho que desear.

Se mandaron colocar varios postes para el alumbrado en Puerto Humo y se autorizó el gasto.

Se comisiona al diputado Alberto Flores para que active el finiquito de las cuentas del ex-tesorero Alberto Caravaca; y al Apoderado General de este Cuerpo, Lic. Pedro Iglesias, que active el cobro de las cuentas de los señores Rafael Calero, Celim Guevara y Jenaro Bonilla, por exportación de ganado y para que sustituya dicho Poder General en don Francisco I. Briceño.

El Jefe Político queda autorizado para proponerle a don Higinio Vega Orozco las clases de telegrafía para el aprendizaje de varios jóvenes de esta ciudad, y el Secretario de esta Corporación para que llame la atención del Regidor Gonzalo Mora García acerca de la puntualidad en asistir a las sesiones.

Se pagan varias cuentas menudas, y se le encarga al Jefe Político trabajar para que sea elevada a la categoría de Agencia Principal de Policía, la de Puerto Humo.

Sesión ordinaria del 1º de julio de 1920.

Ramón Tenorio V.—Gonzalo Mora G.—
Mercedes Jiménez.

PÁNFILO VIDAURRE
Secretario.