

ECOS JUVENILES

PERIÓDICO ESCOLAR

ÓRGANO DEL COLEGIO VILARET

SALE EL PRIMER DOMINGO DE CADA MES

REDACCION: Marina, 6

Administrador:
DOMINGO BOSCH, Provincial, 15

No se devuelven los originales

SUMARIO

Breves consideraciones sobre un punto de Fisiología respiratorio, por el Dr. Fausto Berini.—*Otra conferencia*, por Modesto Puig.—*Contraste*, por José Cruz.—*Una visita á Santa Petlaya*, por Elena Tolosá.—*Cançó del breçol*, per Ignasi Iglesias.—*Una de las principales causas del malestar de la humanidad*, por Joaquin Cristiá.—*Una lección*, por Vicenta Vidal.—*Palique*, por P. V.—*Quisicosas*.

BREVES CONSIDERACIONES SOBRE UN PUNTO DE FISIOLÓGIA RESPIRATORIO

(Escrito expresamente para *Écos Juveniles*)

Si la instrucción es precisa y la educación indispensable para que el hombre pueda vivir en sociedad, haciéndose digno de ella y contribuyendo cada uno de sus individuos á aportar su grano de arena al edificio de la civilización, menos necesario y de todo punto indispensable es que todos, grandes y pequeños, conozcan, cuando menos, lo más esencial de la Higiene. Hay un aforismo médico que dice: *mas vale prevenir que curar*. Á este fin atiende preferentemente la Higiene.

El hombre, poniéndose en ventajosas condiciones para evitar las enfermedades y aunando sus esfuerzos para lograr la mayor suma de energías físicas posible, adquiere una potencialidad tal, que se traduce por un equilibrio estable entre las energías orgánicas y las del intelecto. Si por una causa cualquiera menguan aquellas, forzosamente ha de resentirse el último. Podrá, si se quiere, no dar señal inmediata, pero á la larga, vendrá sin duda alguna el cansancio y consecutivamente la perturbación de la función.

De modo que todo lo que sea dar energías al cuerpo, todo lo que tienda á sostener su vitalidad fisiológica, será un estímulo directo para la inteligencia.