



principios salutaes da hygiene, dever-se-hia procurar favorecer a actividade nutritiva desenvolvida durante o crescimento.

Que é que se faz de ordinario? Precisamente o contrario.

Encerrada no convento ou em um pensionato, sub mettida a um trabalho continuo, tendo para supportar a fadiga uma nutrição de má qualidade, a moça da sociedade recebe em geral uma educação intellectual e artistica bastante completa, uma educação moral mais ou menos cuidada, ao passo que se despreza a sua educação physica.

E assim que se obtem pequenos prodigios cujos conhecimentos em geographia, historia, litteratura, sciencias naturaes, linguas vivas, piano e canto, surpreendem e encantam a aquelles que não reflectem quão caros sahem semelhantes dotes.

Deitar-se cedo, levantar-se cedo, com um intervalo de nove a dez horas de repouso, necessario a reparação das forças.

Proceder quotidianamente a uma longa toilette, banhos geraes, com sabão, massagens e fricções.

Fazer longas caminhadas, ao ar livre e exercicios gymnasticos. Nutrir-se de um modo sã e sufficiente, evitando as massas, as comidas demasiado cruas, o alcool, o café, tudo quanto possa ser indigesto e susceptivel de fadiga para o estomago ou de excitação para o systema nervoso. Emfim, não se retirar da mesa, como se vê muitas vezes, depois de haver feito uma refeição inutil, sob o ponto de vista de nutrição.

Quanto ao que diz respeito ao trabalho evitar a fadiga, nunca estudar durante as digestões, reservar para essas horas trabalhos menos absoventes.

Por isso, ansiosa pelo desejado dia que era de ha muito toda a preocupação de sua existencia, ergue-ra-se muito cedo ainda do leito onde passava a noite ante-gosando as delicias d'aquelle venturoso enlace.

E já o sol ia alto quando na curva da longa e poeirenta estrada do Martinho assomavam os cavalheiros, entre os quaes viaha o noivo, radiante de alegria, certo de que o esperava ansiosamente a mais formosa de todas as filhas d'aquella terra.

Donacila teve um estremecimento de alegria quando lhe annunciaram a chegada do seu querido Antonio Lopes, e já prompta para a partida entrou na sala onde os convidados reunidos esperavam o momento de segirem em demanda da capellinha de São Sebastião.

E pelos caminhos arenosos cobertos de cardeiras rodavam os pesados carros de bois, todos enfeitados



A' JANELLA

Os pequenos prodigios tem os olhos com olheiras, os labios brancos; são pallidos, mesquinhos; seus movimentos tornam-se langorosos, os musculos não tem flexibilidade alguma, os pulmões não sabem respirar, o estomago não digere, a pelle funciona mal.

Além disso, se, apesar dos erros de educação, a physiologia retoma o seu lugar e os seus direitos e a obra da maternidade se manifesta, a mãe não quer ou algumas vezes não pôde alimentar seu filho: os seios, incompletamente desenvolvidos, seccam depressa, incapazes de fornecer uma secreção abundante e de boa qualidade physiologica.

A educação da moça, como se vê, deve attender muito ao seu futuro de mãe.

Uma outra correlação existe entre taes defeitos e as desordens do systema nervoso que apparecem, em seguida: o *surmenage* intellectual e a falta de exercicio physicos que dão sempre causa aos *detractés*.

Por pouco que hereditariades moribidas existam nas familias, tal systema de educação pol-as ha em evidencia, infallivelmente, servir-lhes-ha de auxilium em uma tarefa que pouco custará a cumprir; e é justamente na época da puberdade que se veem explodir manifestações de estados pathologicos como a chloro-anemia, a tuberculose, etc...

E' o sentimento da fragilidade physica da moça que nos deve guiar na maneira de creal-a, como o de sua fragilidade moral no modo de instrull-a.

Como então deve viver a moça? A moça deve ter uma vida calma e regular

Emfim, entregar-se o mais tarde possivel, á vida mundana, que é deprimente e enervante, e pela qual a mulher se submete a todos as espécies de incommodos que retardam seu desenvolvimento.

Mas se semelhante modo de vida não produz resultado, na idade dos dezesseis annos, por occasião da puberdade, mostrando-se anemica e fatigada, deverá ser submettida por um lapso de tempo mais ou menos longo a um certo regimen hygienico.

(Continua).

DR. VOCCAIRE.

Donacila

A madrugada mostrava apenas os primeiros clarões d'aquelle dia calido de Outubro, quando o velho Rangel Paes, pensativo e mudo, tomava o rumo da roça grande para não assistir o que elle chamava — o enterro das suas illusões.

No entanto, em casa, a azafama era enorme. Desde a noite passada ninguém dormira ainda, entregues todos aos preparativos dos esponsaes que se deviam realizar n'aquelle dia.

Donacila, a flor das moças de toda a redondeza da freguezia do Tahy da Praia; Donacila, a formosa ser-tanção de dezesseis annos que sabia prender os corações de todos os mancebos que porventura pudessem vel-a, ia afinal realizar os seus sonhos ardentes de donzela.

de flores sylvestres e folhagem cheirosa de canella. Atraz, os cavalheiros seguiam pacientemente a mo-rosa marcha do comboio, enquanto o noivo pallido de emoção, atirava olhares chammejantes á encantadora noiva, cuja belleza avultava-se extraordinariamente dentro da sua singella toilette de setimeta lavrada.

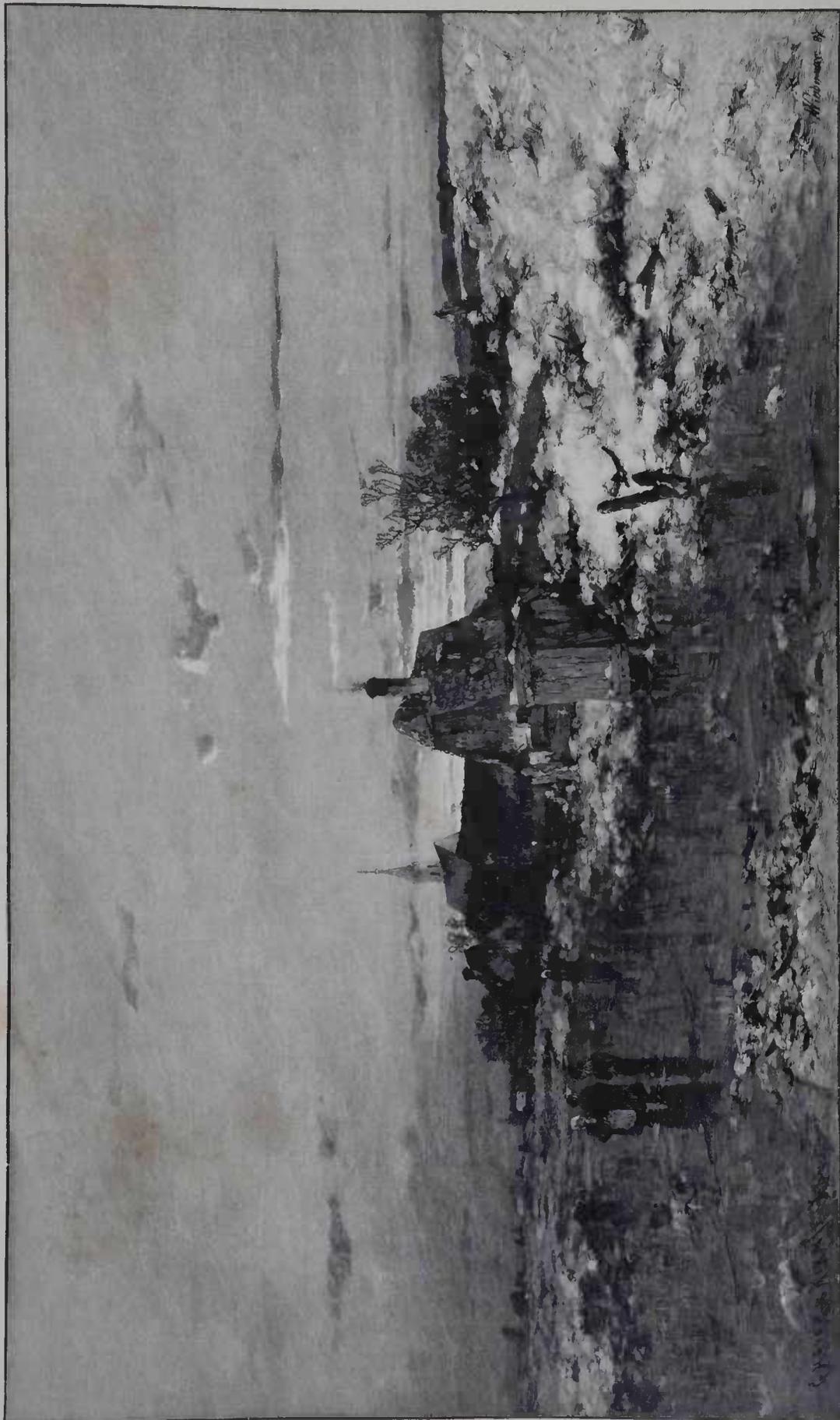
Um zumbido continuo de cigarras povoava o espaço banhado por aquelle ardente sol de estio, e as ovelhas, abrigadas á sombra dos bardos copados de matricas e de arceiras, olhavam silenciosamente aquelle prestito que se ia perdendo na extensão longinqua dos campos.

A essa hora entre os mandiocaes do sitio da Passagem, o velho Rangel Paes, compungido e magoado, maldizia aquella mão que se ia fazer contra sua expressa vontade, mão grado Donacila, sua filha primogenita, visse sempre satisfeitos todos os seus desejos, apenas esboçados áquelle honrado velho.

Chinha a tarde quando voltou o festivo bando trazendo para sempre unidos aquelles dons sérios que se amavam ardentemente.

Moças da vizinhança, reunidas em casa do velho Paes, esperavam, numidos de cestas cheias de rosas desfolhadas, que os noivos entrassem, e profusamente atravam-lhes as aromaticas petalas

E no meio d'aquelle indescriptivel alegria, entre os abraços e os parabens que os conjuges recebiam, ia o tempo correndo apressadamente até que as primeiras estellas boidaram aquelle ceo de primissimo verão.



O PÔR DO SOL.

Começou então o baile que fôra anunciado pelos primeiros accordes da sanfona do Nereu, um eximio tocador de harmonica que era admirado e querido em toda aquella redondeza.

Os pares cruzavam estonteadamente pela sala emquanto os noivos, n'um idylho prolongado, conservavam-se sentados permutando olhares cheios de amor e de ventura.

A' meia-noite annunciavam a ceia, e noivos e convidados encaminharam-se para o interior da casa, onde a mesa, fartamente provida, desenhava o appetite d'aquella gente, cansada da fadiga que a dança provocava.

Terminada a refeição voltavam todos á sala, e o Antonio Lopes, mais animado pelo vinho, tentou com a noiva, dançar uma valsa que a sanfona do Nereu gemia convidativamente.

E quando os noivos, unidos e felizes, ao terminar a valsa pareciam mostrar a todos a sua ventura, ouviu-se uma detonação terrivel e Donacilla, ferida em pleuro coração, tombara redondamente morta sem soltar si quer um gemido.

Um panico indescriptivel invadiu os convidados, e todos reunidos junto ao cadaver da formosa sertaneja, lamentavam aquella desgraça que não podiam comprehendêr.

No entanto, enquanto passava-se esta scena dolorosa, fóra, beirando as janellas lateraes da casa, alguem deixava transparecer na physionomia horrivel-

mente desfigurada, uma alegria feroz, alegria de tigre que se subjugava a sua presa sob a pata possante que impiedosamente a esmagava.

Era o Chico Trindade, um lenheiro de Candêos, que tinha por Donacilla a mais desenfreada paixão e a quem ella detestava pelos seus maos habitos de bebedor e jogador.

Não conseguindo nunca a menor attenção d'aquella que jurara ser sua, recusando-se ella a uma união impossivel com aquelle cuja vida era uma verdadeira serie de desgastamentos, como uma vingança terrivel premeditou o Chico Trindade aquelle crime monstruoso, para que outro não pudesse gozar o amor d'aquella por quem sentia-se disposto até ao sacrificio da propria existencia.

O corpo de Donacilla foi collocado sobre uma mesa no centro d'aquella sala, onde ha pouco entregavam-se á mais ruidosa de todas as alegrias.

Dentro de suas vestes de noiva, admiravelmente bella, Donacilla tinha esboçado um sorriso divino, enquanto no seio, que momentos antes arfava cheio de amor, via-se desenhado um filete rubro que o seu sangue coagulado ali deixara impresso.

Em volta do improvisado catafalco, todos reunidos no mais religioso silencio entreolhavam-se cheios de espanto e piedade, e ahí foram surpreendidos pelos primeiros clarões do dia que se approximava.

Cantavam passáros, e as cigarras começavam surdamente o seu alegre concertio, enquanto para os lados do nascente as nuvens tugiavam-se aos primeiros clarões do sol que ia ascendendo.

E no meio do acceiro da roça grande, onde passa toda a noite pensativo e mudo, o velho Rangal Paratheo á scena tristissima que mais iria despedaçar se coração de pal amoroso, ualidizim intimamente aquella união que elle reputava infeliz.

CESAR MONTEIRO.

Abril de 1897.

Ouvindo-a Cantar

A' ELLA...

Cantaí, senhora, e ride alegremente!

Para vós a existencia é como um dia cheio de luz, de sol resplandecente, cheio de sons e cheio de harmonia.

Jámais sentistes o tristonho pranto do coração carpindo em melodia o soffrimento atroz d'um amor santo.

Nunca soffrestes, pouco embora. Nunca, em vosso peito candido, a desgraça torva e feroz ferrou a garra aduana.

E como um rio que desliza e passa no doce murmúrio da corrente é vossa vida assim cheia de graça.

Cantaí e ride, pois, alegremente!

THEOTONIO D'OLIVEIRA.

AGENCIA DE ASSIGNATURAS

PARA TODOS OS JORNAES

Francezes, portuguezes, Italianos, allemães, inglezes e americanos

JORNAES DE MODAS PARA FAMILIAS

MODISTAS E ALFAIATES

Jornaes Illustrados e de Leitura, Politicos, etc., Revistas Scientificas, de Direito, Medicina, Artes, Industrias, Agricultura, Sport, etc., etc.

AGENTES E REPRESENTANTES DOS PERIODICOS:

- Illustration — Monde Illustré — Mode Illustrée
- Salon de la Mode — Journal des Enfants — Le Printemps
- La Saison — Moda Elegante — La Novità
- Revue des Deux-Mondes — La Nature — Nouvelle Revue
- Illustración Española — Bulletin de Thérapeutique
- Semaine Médicale — The Lancet
- Illustrated London News — Graphic
- Ueber Land und Meer — Leipziger Ill. Zeitung
- Harpers Weekly — Gartenlaube
- Illustration Eurodenne — Der Bazar — Scientific American
- Young Ladies Journal — Illustrazione Italiana
- A Leitura — Revue Suisse — des Echo, etc., etc., etc.

o CATALOGO COM PREÇOS DE ASSIGNATURAS ENVIAR-SE A QUEM O PEDIR

LIVRARIA A. LAVIGNASSE F.º & C.

Successores de H. LOMBAERTS

7 Rua dos Ourives 7

RIO DE JANEIRO

**PILULAS DE BLANCARD**

APPROVADAS PELA ACADEMIA DE MEDICINA DE PARIS

Resumem todas as Propriedades do IODO e do FERRO.

40 Rua Bonaparte PARIS



Estas Pilulas são de uma efficacia maravilhosa contra a *Anemia*, *Chlorose* e todos os casos em que se trata de combater a *Pobreza do Sangue*.



**Espartilhos de M<sup>es</sup> de VERTUS Sœurs**

Forma modificada para as **Modas de Paris,**

Sobre tudo evitar as **Contrefações** Exigir a **medalha de garantia.**

**MANUAES DA ESTAÇÃO**

I

**Preparo do vestuario para Senhoras**

**TRATADO COMPLETO** explicando minuciosamente o trabalho desde a tomada das medidas, preparo dos moldes, córte, costura, até o enfeite e acabamento do vestido e mantos para senhoras

**ILLUSTRADO COM 400 GRAVURAS**

1 magnifico vol. de 200 pags.

PREÇO

Brochado... 7\$000 | Encadernado. 8\$500

Pelo correio mais 500 rs.

A' venda na livraria A. Lavignasse F.º & C., Successores de H. LOMBAERTS

nas agencias da «Estação».

Livraria A. Lavignasse F.º & C.

LIVROS IMPRESSOS DAS OFFICINAS DE CASA e A VENDA NA MESMA.

Qualquer das seguintes obras é enviada pelo correio para fóra da Capital Federal, mediante o augmento de 500 rs.

**Le Érésil**, Dangers de sa situation politique et économique; moyens de les conjurer. Lettre à son fils par le Dr. L. P. de Lacerda Werneck, ouvrage posthume revu par F. P. de Lacerda Werneck, un vol. br. .... 18\$00

**Compendio de musica**, por M. J. Teixeira, professor de musica vocal no Instituto Nacional, 1 vol. br. .... 18\$00

**Formulario therapeutico** de medicamentos novos e antigos, com a descripção das molestias em que são applicados, pelo Dr. Theodoro Reichert, 1 vol. de 400 pag. br. 4\$8, etc. .... 5\$000

**Higiene e educação** physica da infancia, do nascimento até aos 12 annos. Trabalho premiado pela sociedade franceza de hygiene e annotado por um distincto clinico brasileiro, 1 vol. br. .... 18\$00

**Guia pratico**, contendo: systema metrico de cimal, pesos e medidas de varios paizes, moedas metalicas e lidenurias, com tabellas de cambio (edição para o commercio), 1 vol. br. .... 2\$000

**A Almanjarra**, comedia em 2 actos, por Arthur Azevedo, 1 vol. .... 8\$00

**Nhó-nhó**, comedia de Hennequin, versão livre de Arthur Azevedo, 1 vol. br. .... 1\$000

**Tu, só tu**, puro amor! comedia por Machado de Assis; adição especial, tirada a 100 exemplares numerados, da comedia escripta especialmente para os festejos do tricentenario de Camões 4 vol. br. .... 5\$000

**Vulgaridades de arte**. A arte e o artista. O poeta e o artista, por F. J. Bethencourt da Silva, edição luxuosa e de tiragem limitada, 4 vol. br. .... 2\$000

**Mariposas**, poesia de Moraes Silva, com uma introdução de Alberto de Oliveira, 1 v. .... 2\$000

**A liberdade** ingleza desmascarada, por J. J. Duquemin, traduzido do francez, 1 v. br. .... 2\$000

7, RUA DOS OURIVES, 7

**Cravos Pretos do Rosto**

(COMÉDONES)

**EAU PASTOR**

Efficacissima e de todo inofensiva; faz, desaparecer os **CRAVOS PRETOS DO ROSTO**, que se manifestam nas azas do nariz, na testa, nas faces e são occasionados pelos **DEMODOX**, esses parasitas são contagiosos; manchar, salpicam e furam a tez.



**DEMODOX** Visto com o microscopio

NOTA — A grande acção da EAU PASTOR hoje universalmente empregada, fez com que apparecessem alguns ruins productos similares, sem efficacia alguma e que convém evitar com o maior cuidado.

Deposito: PHARMACIE DE LA TOUR

66, RUE DE LA POMPE, PARIS

Encontra-se na mesma Pharmacia:

**Vinaigre Pastor** O melhor vinagre para tonificar, unico que purifica e torna alva a cutis sem causar irritação.

**Savon Pastor** de extracto de farello concentrado. Este sabão é superior a todos os sabões de Perfumarias pela maciez que dá a pelle.

### CHRONIQUETA

Não esperem as minhas formosas leitoras que lhes falle neste ligeiro artigo dos acontecimentos da Capital Federal. Estou em Poços de Caldas, cerca de 1.200 metros acima do nivel do mar, e a muitas leguas dessa fomalha absurda, que teve boa temperatura em Março e tem calor suffocante em abril.

Não posso, portanto, falar-lhes de *Moema*, assumpto que seria muito cabido neste periodico, porque esse drama é producção de uma das mais talentosas escriptoras brasileiras, a infeliz C. G. que infelizmente ja não pode escrever outro.

Quanto perdeu a nossa litteratura com a morte dessa pobre moça, que mal deu ao paiz as primicias do seu notavel talento, foi acabar na America do Norte, longe dos cuidados da familia, longe de nos que lhe quem umos tanto!

Não posso tambem comparecer ás brilhantes festas que se preparam para a recepção da esquadra chilena, e cuja noticia tem despertado o mais vivo enthusiasmo em todas as classes sociais.

Em quanto as litoraes gozarem os bailes, as illuminações os pic-nics, etc., eu estarei recolhido ao meu quartinho de hotel, porque vou cedo para os lençoes, como todo o baignante que se respeita. Eu prefiro *baignante a aquatico*, que é o termo consagrado nestas paragens.

Em compensação, de manhãsinha estou de pé, admirando as festas das montanhas do ceo, mais sumptuosas, mais solennes que todas quantas brotarem da imaginação dos meus collegas de imprensa.

Não dia em que a esquadra chilena ancorar na incomparavel bahia de Guanabara, em, perdido no meio da mais esplendida paizagem, pedirei a Deus—que anda tão perto destes formosos pincaes—proteja e illumine a grande nação americana, que nos tem mostrado tantos e tão bons sentimentos de fraternidade.

E por hoje basta.

ELOY, O HERÓE.

### THEATROS

20 de Abril de 1897,

Tivemos na Variedades a primeira representação de *Moema*, drama em 4 actos e 9 quadros, obrii pos thuma da pranteada escriptora brasileira que se chamava Corina Coaracy.

A peça é bem escripta, aproveitando os moldes da linguagem d'*O Guarany*, mas resentese de muita inexperiencia theatral, e da insignificancia da enda, aliás p. etica, dos amores de Moema e Paraguassu.

O desempenho dos papéis deixa muito que desejar; mas a musica de Abdon Milanex, que é muito bonita, e a ensenação, que é deslumbrante, podem levar ao Variedades toda a população do Rio de Janeiro.

\*

Uma associação de estimados artistas deu-nos, no Sant'Anna, um *vaudeville*, a *Filha do Trovador*, a cuja representação não assistimos

\*

Continua no Recreio o successo da *Capital Federal*, do nosso collega Arthur Azevedo, e ensaia-se o *Conselheiro*, comedi de costumes nacionaes, escripta por Valentim Magalhães.

\*

Está annunciada para hoje, no Apollo a primeira representação do *Bico de Papagaio*, magica de Eduardo Garrido, que, segundo me consta a empreza daquelle theatro está pondo em sceni com todo o capricho.

\*

Vem definitivamente a esta capital uma companhia lyrica, trazida pelo benemerito empresario Sanzone X. Y. Z.

### Teu retrato

\*Do anno em anno se torna mais formosa e novo brilho, novas graças sua.\*

Morena.  
Emoldurando um bello rosto oval, onde gracilmente avulta lhe o miçgan nariz, a belleza dos grandes olhos, castanhos o seductores, levemente sombreados por longos supercilios... E ella osolve com um olhar termo, meigo, embriagador como divina ambrosia... Ao macio assentado da pelle escumilha a delicada e fina cor de suas rosadas faces, onde, sempre abrigam encantadoras covinhas, de uma graça endoidecedoura e de finissimo encanto.

Da cabeça pequinina, airosa, cahem-lhe as bellas madeixas de seus cabellos castanhos, bastos e sedosos...

A boca — um botã de rosa, breve, perfumosa e rorejada...

Ineffavel *berceuse* a murmurar senpre, docemente, fallas de amor.

Lábios nacarinos, mádidos, supplices de beijos... onde sempre se aflora um sorriso meigo e seductor...

E os dentes alvos e pequeninos, são perlas de — *Ophir* engastadas em alveolas de finissimo coral...

Falla melidua, dulçurisa...

E a voz argentina que se desprende da sua garganta sonora, cantante, través de perolas, é uma como revoadada de rouxinões...

Collo—cheio de graças mil...  
Mãos pequeninas, rosadas e setinosas...

Dedos de jaspe, modelado, foram por certo, roubados á escriptura fina de um cruzel de um idealista...  
E as ombros... so podiam as palhetas de um chinex imitar-lhes a cor de rosa...

Porte ativo, donatioso...  
Talhe esbelto, gentil...  
Cintura delicada...  
Pés de *Cendrillon*... mimosos...

E'—lhe o todo cheio de serena magestade...  
Sen coração é — eserinio de perolas, onde, ella guarda preciosas gemmas e finissimas essencias d'alma...

...Lá, em um cantinho, illuminado pelo doce scintillar das brancas e pequenas estrellas... estellas do amor... lá, ella tom o seu canteirinho roseo, que sua imaginação de inoça fantasiou cheia de doiradas illusões, chiméras e de esperanças engrimaldado...

E lá, alem, no horizonte, que se tinge de cor de rosa, descortina se—lhe o ceo azul da sua existencia, constellado e bordado de roseos sonhos...

Quizera ter da Lyra, virgem bella, as cordas d'ouro e inspiração divina para com ternas auras decantar teu sonoro nome de — *Georgina*.

P. V. DE M.

Ouro-Preto, 1896.

### Já te não lembra...

Querida, já te não lembra  
Dos passeios inatutos  
Ao romper d'aurora dados  
Nos prados esmeralinos?

Então mais fresca era a relva,  
Mais bello o raiar do dia,  
Era mais lindo o oriente,  
Mais doce a fonte corria.

Lembras-te? Dentro em meu peito  
Pulava-me o coração,  
Tão palpitante o tornava  
Do niveo braço a pressão.

Nesse tempo venturosos  
Eu era, o Deus, bem feliz!  
Eram só meus os sorrisos  
Dos teus labios infantis...

Amor! eu lia em teus labios,  
Nos teus labios lia; amor!  
Amor! nas brisas, nas fontes,  
No céu, na terra, na flor.

CLOVIS VILLA RICA.

### Nossa temperatura

A temperatura média do homem, em estado de saude, é de 37<sup>o</sup>,6. Acima de 38 ha febre; abaixo de 36<sup>o</sup> ha algidez.

A temperatura da febre é sempre superior à do corpo. Ahí ficam alguns dados colhidos por Davy:  
Planta do pé 32, 6; perna, terço anterior 33<sup>o</sup>,63; barriga da perna 33<sup>o</sup>,05

A temperatura interior do corpo é superior à média indicada acima: o loçar mais quente é a veia-cava inferior acima das veias sobre-hepaticas.

C. Bernard e d'Arsonval verificaram a temperatura de 3,8; A temperatura é um pouco mais elevada de dia do que de noite. Durante a febre na maioria dos casos a temperatura nunca vai além de 40<sup>o</sup> ou 41<sup>o</sup>. Este estado não pôde deixar de ser inquietador. Parece entretanto que, em certos casos, o thermometro pôde subir mais.

Ahi ficam alguns exemplos conhecidos. Em 1864, M. A. C. parelli observou em uma moça, em Mister-bianco, na Sicilia, uma temperatura de 4<sup>o</sup> e mesmo de 46<sup>o</sup> debaixo do braço.

Este caso foi recolhido com todas as precauções necessarias. M. Caparelli é um sabio que sabe observar e que conhece as manhas pelas quaes certos doentes chegam a fazer o thermometro accusar temperaturas inverosimeis

O doente que soffria de febre intermitente foi curado com sulfato de quinoio.

O medico inglez Currie observou 45<sup>o</sup> graos em um caso de escurlatina; Alvaranga observou 41<sup>o</sup> tambem em outro caso de escurlatina; M. Gamet, tambem viu um caso de 40<sup>o</sup>,1 em ataque de insolação; M. Lorenzen observou 44<sup>o</sup>,9 em uma febre hysterica. Todos esses doentes ficaram curados.

O caso de M. Caparelli é um d'esses que se pôde aceitar, e é talvez o unico authentico de uma hy-

perthermia tão consideravel. Citam-se casos ainda mais notaveis, mas são suspeitos.

Uma doente do medico mglez Teale apresentava 50<sup>o</sup>. E um bombeiro de New-York, observado em 1896 fez o thermometro subir a 65<sup>o</sup>. Esse bombeiro fora victima de um accidente; foi transportado para o hospital sem sentidos e permaneceu quatro dias n'esse estado. Depois teve vomitos de sangue e crises convulsivas occasionaes, e numerosas perdas dos sentidos e durante os ataques as convulsões fazem sempre subir um pouco a temperatura, como todo o exercicio muscular! observou-se 65 graos centigrados.

No começo apenas se conheciam os thermometros medicos communs, que marcavm ate 42<sup>o</sup>, 45<sup>o</sup>, no maximo: quebravam-se todos uns após outros.

Foi preciso procurar gradação mais elevada e a temperatura foi tomada diante de diversas pessoas em diversas partes do corpo.

Ha um caso mais extraordinario ainda: é o caso de Galbraith, em Omaha, em que a temperatura calculou-se em 77<sup>o</sup>,2...

E' muito difficil pronunciar-se sobre o valor de taes observações. Um medico de boa fé pôde ser enganado por um doente habil, se não tomar certas precauções, e no caso de M. Jacobi experimenta-se certa desconfiança sabendo-se que o doente se interessava muito com o seu proprio caso, informava-se sempre sobre sua temperatura, e, um bello dia, deixou o hospital bruscamente, sem que se lhe pudesse encontrar o destino que tomou.

Os algarismos precedentes são tirados de uma nota de M. Charles Richet (*Soc de Biologia*, sessão de 19 de Maio de 1814, Paris, e de uma nota do jornal *Medicina Moderna*, 29 de junho de 1895).

No fômem em perfeita saude a temperatura varia ligeiramente segundo as horas do dia.

M. Richet dá a seguinte média:

36 <sup>o</sup> ,5.....	à meia noite.
37 <sup>o</sup> ,3.....	às 4 da manhã
36 <sup>o</sup> ,8.....	às 8 da manhã;
37 <sup>o</sup> ,2.....	ao meio dia.
37 <sup>o</sup> ,4.....	às 4 da tarde;
36 <sup>o</sup> ,0.....	a noite.

Temperatura de alguns animaes:

Cavalo.....	38 <sup>o</sup>
Macaco.....	38 <sup>o</sup>
Cão.....	39 <sup>o</sup> ,23
Coelho.....	39 <sup>o</sup> ,50
Porco.....	36 <sup>o</sup> ,70
Boi.....	39 <sup>o</sup> ,70
Fardal.....	42 <sup>o</sup>

Os passaros são mais quentes que os mamíferos: a gallinha marca muitas vezes 43<sup>o</sup>. E' esta temperatura que a torna refractaria a certas molestias: mas baixando-a artificialmente consegue-se fazela contrahir-se, como o fez Pasteur.

Os microbios que vivem bem a 36<sup>o</sup>, morrem muitas vezes com 30<sup>o</sup> ou 42<sup>o</sup>.

Os animaes de sangue frio tem uma temperatura inconstante que acompanha as variações da temperatura ambiente, ficando-lhe sempre um pouco inferior (1 decimo de grao nos moluscos, 3 decimos nos peixes, 10 decimos nos reptis).

### AS NOSSAS GRAVURAS

Pôr do sol

Aquelle que durante um longo dia de frio inverno percorreu as estradas cobertas de neve sente a mais viva satisfação quando no fim do dia ao desambar do sol avista um edificio qualquer, a mais miseravel choupana que seja, que lhe dê aqasallo quando as sombras da noite começam a invadir a terra. Mas si elle consegue ver uma torre de igreja em torno da qual se aggrupam as casas de uma aldeia elle vê todos os seus desejos realizados. A fumaça que é expellida pelas altas chaminés lhe annunciann que elle ahí poderá encontrar uma boa e quente refeição e uma dormida aquecida por um fogo, n'aquella fria noite. O pôr do sol não mais o assusta e elle apenas vê ainda o esplendor das cores em que o sol ainda uma vez reveste o firmamento e a terra, o rubro-dourado do horizonte, as nuvens roseas que parecem estar paradas no ceo e até mesmo o tom avermelhado-roseo que o sol atira sobre a superficie alvejada pela neve. A aldeia ja se acha immersa nas sombras e as casas apenas são reconheciveis pelos seus contornos. Em torno reina profundo silencio porque n'esses dias poucos são os trabalhos no campo. Apenas algumas creanças ainda patinam no gelo do tanque da aldeia, tendo as mãos nos bolsos; e certas de que não devem voltar para casa ainda depois de haverem sido chamadas muitas vezes pelos seus paes. Em seguida reina completa paz na aldeia e pouco depois são extintae tambem as luzes nas casas. Parabens ao viajante que em taes jornadas ainda chega a tempo a uma d'essas aldeias em que encontra boas accommodações e onde possa repousar em paz das fadigas do dia.

A' janella

As mãos applicadas descançam; o trabalho do bastidor foi interrompido por alguns instantes, porque a pressa não é tanta que se não possa conversar por espaço de meia hora com uma boa amiga. O fogar á janella através da qual entra uma tão boa luz, não é menos agradável para a palestra do que apropriado ao trabalho. Quando o olhar por ahí sabe, elle abrange o espectáculo da Floresta Negra, as illuminações de cimmiancias e os escuros valles, os verdejantes prados e

as aguas do rio que por ali passa. Vale bem a pena afastar um pouco a cortina para mostrar a amiga a magnificencia do scenario e melhor seia si esta, em sua casa não tivesse o mesmo panorama! Pravelmente ali o motivo do afastamento da cortina é outro, ao passo que ellas se procuram occultar. Qual o motivo — não é difficil advinhal-o. Naturalmente e algum rapaz que passa, mas este não deverá nunca suspeitar que está sendo espiado por ellas e que e querido!

**A Legião de honra**

A ordem franceza da Legião de Honra foi creada pela lei de 29 floreal anno X (10 de maio de 1802) para recompensa de serviços civis e militares.

A Legião de Honra e composta de cavalleiros em numero illimitado; de officiaes em numero de 4.000; de commendadores em numero de 1.000; de grandes officiaes em numero de 200, e de grã-cruzes em numero de 80.

Os membros da ordem gozam de todas as regalias durante a vida.

Ninguém pôde ser admittido na Legião de Honra sem passar pelo primeiro grãu de cavalleiro. É preciso ainda ter exercido, durante vinte annos, em tempo de paz, funções civis ou militares com a distincção requerida, salvo as dispensas concedidas em tempo de guerra, por actos de bravura e ferimentos graves, e em todos os tempos, por serviços extraordinarios prestados ao Estado em funções civis ou militares, assim como nas sciencias e nas letras.

Toda a gente sabe que uso e que abuso se faz regularmente da formula: *serviços extraordinarios*.

Para se ser elevado a um grãu superior é preciso ter passado pelo inferior, a saber:

1º. Para o grãu de official, 4 annos no de cavalleiro.

2º. Para o grãu de commendador 2 annos no de official.

3º. Para o grãu de grande official, 3 annos no de commendador.

4º. Para o grãu de grã-cruz, 5 annos no de grande official.

Em campanha o tempo é contado no dobro para os officiaes, mas não se pôde contar mais de uma campanha por anno, salvo os casos de excepção que são determinados por um decreto especial.

Em caso de morte os officiaes e cavalleiros tem horas militares, assim como os commendadores.

Os grã-cruzes da Legião de Honra são tratados como os veneraes de divisão, os grandes officiaes como os generaes de brigada (caso não tenham um grãu militar superior), os commendadores como os coroneis, os officiaes como os capitães, os cavalleiros como os tenentes.

A qualidade de membro da Legião de Honra perde-se e o exercicio dos direitos e prerogativas inherentes a esta qualidade é suspenso pelas mesmas causas que as que fazem perder a qualidade e suspender os direitos de cidadão francez.

**A alimentação**

Qual é o alimento de mais facil digestão? Muitos pensam saber e fallam a respeito por ouvir, porém esta pergunta é muito importante, principalmente para os doentes.

Junto são alguns esclarecimentos a respeito, dados pelo conhecido medico Dr. Klenke, e que devem ser de interesse para todos.

Para fazer a digestão em 1 hora, somente o arroz cozido, esta é a alimentação que mais facil se digere,

- 1 hora e 30 minutos, — ovos, batidos sôpa de cevadilha, maças e peras, cosidas, marmelada, peixe cozido, espinafres, espargos, minga de ervilha, feijão e aveia.
- 1 hora e 35 minutos — miolo fervido e sagn.
- 2 horas — leite fervido, ovo cru, fígado assado e bacalhao fervido.
- 2 horas e 15 minutos — leite cru fresco, peru ensopado.
- 2 horas 30 minutos — peru cozido, carneiro ensopado, leitão, batatas fritas, feijão hervilhado e lentilhas.
- 2 horas e 10 minutos — pudim com ovos e leite, ostras, fricassé de galinha.
- 3 horas — ovos quentes, carneiro assado, presunto, beefsteak, salada e couve.
- 3 horas e 30 minutos — Assado de carne de porco fresco e salgado, ovos duros salischos, lervido de carne, batatas cozidas, nabos, pão fresco, couve flor e cebollas fervidas.
- 3 horas e 45 minutos — carne assada de rez e café com pão.
- 4 horas — assados e ensopados de aves, assado de carneiro, peixe de salmoura e pão secco com café.
- 4 horas e 15 minutos — caça, carne de porco com verduras.
- 4 horas e 30 minutos — carne salgada, repollo de conserva.
- 5 horas — ovos muito duros, salame, assado de carneiro velho, mocotó, passas, amendoas, nozes, etc.
- 6 horas — xarque velho, lampreia assada, e toda qualidade de peixe muito cozido.

Por esta pequena demonstração as nossas donas de casas poderão ver que as pessoas fracas não se deve dar alimento que leve mais de 4 horas a fazer digestão.

Muito azeite e verduras no alimento difficulta a digestão, facilita porém o sal, queijo velho, assucar e vinho.

**Pardal Mallet**

Nessa noite sem fim, com teu sorriso triste,  
Com teu aspecto singular,  
Ias, de lança sempre em riste,  
E o coração a palpitar.

O coração! De balde ao coração meiciste,  
Sempre a lutar, sempre a lutar!  
Até que enfim tudo sentiste,  
Tudo a teus olhos se apagar!...

Torres de orgulhu vão! Nuvens vás de poeira!  
Fica de nos uma caveira  
Na paz deserta do areal.

Fica o crãno no chão, como se o crãno fosse  
A concha que o oceano trouxe  
Nas convulsões do temporal,...

ALBERTO SILVA

**Pensamentos**

Maximas de Alexandre Dumas Filho:  
Entre 1000 homens ha 200 que amam as mulheres,  
20 que amam a mulher e 1 que ama uma mulher.

\*

A maior parte dos homens morrem sem ter edificado; não ha um só que morra sem ter destruido.

\*

Em cada 20 vezes ha 19 em que a mulher sonha com um homem o que vem a realizar com outro.

Quem se queixa da ingratidão dos homens é tolo, porque é tolice contar com o seu reconhecimento.

\*

Aos 40 annos o homem politico despreza já de tal maneira os homens que só tem duas cousas a fazer: ou matar-se ou servir-se delles.

\*

A timidez deve ser o caracter das mulheres; garante as suas virtudes. — *Mme. de Lambert.*

\*

A temperança e a moderação na juventude, são um passaporte para envehecer felizmente. — *Plutarco.*

\*

A sociedade das mulheres estraga os costumes e forma o gosto. — *Montesquieu.*

\*

Para a mulher a voz mais mel-diosa é a que lhe entoa favores. — *Adrien Dufour.*

\*

Em assumpto de amor, tudo é verdadeiro, tudo é falso; é a unica coisa sobre que não se pôde preferir um absurdo. — *Chamfort.*

\*

Enquanto existir na terra uma mulher, haverá alguma coisa de novo a dizer sobre as mulheres. — *Boufflers.*

**Moldes Cortados**

N. 135. Paletot sacco. 18. N. 22. Saia moderna, 18. Ns. 19—20. Camisa-blusa, 15000.  
Pelo correio mais 300 rs.

**DENTES ARTIFICIAES**

ESPECIALIDADE DO

DR. SÂ REGO

1, Rua Gonçalves Dias, 4

(Vide o annuncio da casa na capa deste Jornal)

**PIANOS E HARMONIUNS**

Vendem-se, alugam-se, concertam-se e afinam-se.

Sortimento completo de todos os autores, taes como:

Pleyel, Bord, Bérnard, Rodolphe, etc.

Vendas garantidas

F. GUIGON

9, Rua dos Ourives, 9

RIO DE JANEIRO

**As senhoras em geral e principalmente as Mães de Família e chefes de estabelecimentos de grande pessoal.**

Interessa a leitura dos documentos abaixo transcriptos por sabermos de um theatro variado de enfermidades inveteradas, resultante das condições de seus infelizes frequentadores quando alli entram e tambem por se tratar de um producto de nossa flora, recém-vindo à materia medica e que se apresenta acompanhado de analyses chimicas feitas aqui e no Laboratorio Municipal de Chimica de Paris para os Srs. medicos conhecerem sua composição e melhor fazerem sua applicação.

**ASYLO DE MENDICIDADE**

«Aos Srs. Drs. João Antonio de Oliveira Maggioli e Fernando Costa, clinicos no estabelecimento, para informarem querendo — 22 de agosto de 1893 — Dr. C. Freitas Henriques.

«Dando cumprimento ao respeitavel despacho supra do muito illustrado Dr. director do Asylo de Mendicidade, attesto que tenho empregado, quer na clinica das enfermarias d'esse estabelecimento, sob minha direcção, quer em minha clinica domiciliar, os preparados de Nectandra Amara do muito distincto pharmaceutico-chimico o Sr. Antonio Leivas, representado nesta Capital pelo Sr. Joaquim Bueno de Miranda, que se dignou de offerecer no mez de Abril de 1891, por intermedio da redacção do *Jornal do Commercio*, esses preparados ao Asylo de Mendicidade, afim de serem empregados nas enfermarias

d'esse estabelecimento; desvanecendo-me em declarar com a maxima franqueza que tenho obtido com taes preparados os mais beneficos resultados nas molestias gastro-intestinaes, agudas ou chronicas, considerando-os dignos de toda a attenção dos clinicos e doentes; tendo applicado com successo o vinho de Nectandra Amara nas affecções determinadas por enfraquecimento do systema saanguineo das senhoras debilitadas e das crianças, obtendo sempre resultados satisfactorios com esse vinho, bem como o elixir, tintura e pillulas da mesma substancia, nos casos de gastro-intestites, diarrheas e dysenterias e em casos de certa gravidade e importancia clinica, taes como febre amarella, typho, anemia e enterites de primeira e de segunda infancia, e finalmente em todos as enfermidades que produzem alterações do apparelho gastro-intestinal.

Todo o referido é verdade e attesto sob a fé do meu grão, podendo os interessados fazer dessa minha opinião o uso que lhes convier.

Asylo de Mendicidade da Capital Federal dos Estados Unidos do Brazil, 21 de agosto de 1893. — Dr. João Antonio de Oliveira Maggioli.»

«Declaro que tenho empregado com satisfactorio resultado os preparados de Nectandra Amara quer, na enfermaria das mulheres deste Asylo sob a minha direcção, quer na minha clinica particular.

Conhecedor da pharmacia pratica e apreciador das açções medicamentosas das plantas da flora brasileira, principalmente sob a formula de tinturas, não posso deixar de especialisar aqui os resultados sempre promptos e satisfactorios da Nectandra Amara na minha clinica da enfermaria de mulheres do

Asylo de Mendicidade, tendo sempre prescripto como pôde se verificar pelas papeletas da mesma enfermaria, a tintura de Nectandra Amara nas doses de 4, 6, 8 e 10 grammas por dia nos casos de affecção do apparelho gastro-intestinal, especialmente nos casos de interites agudas complicadas de enterorrhagias, e os inestimaveis proveitos tonicos da referida tintura sempre se manifestam com efficacia.

Eis o que me cumpre declarar em obediencia ao despacho exarado na petição feita pelo Sr. Joaquim Bueno de Miranda, representante nesta Capital dos preparados de Nectandra Amara do illustado pharmaceutico Antonio Leivas, de S. Paulo, o referido é verdade e assim o juro sob a fé do meu grão; podendo os interessados fazer o uso que lhes convier desta minha franca declaração. Asylo de Mendicidade da Capital Federal, em 4 de Agosto de 1893. — Dr. Fernando Ferreira da Costa.»

N. B. — Como estes têm sido publicados pareceres dos clinicos e Directores dos Hospitales Militares do Castello e do Andarahy e da Marinha, e de todos tem merecido os mesmos conceitos a efficacia deste novo agente therapeutico

Vende-se os preparados de Nectandra Amara em todas as pharmacias, e o proprietario remette para qualquer parte do Brazil e do estrangeiro, d'onde lhe sejam pedidos, vindo os pedidos, acompanhados da importancia, ou ordem para seu pagamento. — Direcção para os pedidos: Joaquim Bueno de Miranda, rua de S. Pedro 71, 1º andar — Rio de Janeiro — Brazil