

HERALDO SOCIAL

Una carta que mucho agradecemos, que recibimos de una distinguida y culta señora de toda nuestra consideración. Que dice lo siguiente:

San José 28 de agosto de 1964
 Señor Don José Fernando Barrientos Rodríguez
 Ciudad —

Muy culto y honorable señor:

Permítame felicitarlo por su gran periódico "Defensa Nacional" de quien es usted, Director y Administrador Periódico de un fondo tan moral e instructivo, herencia que usted tiene de sus honorables y siempre recordados padres, que son honra y orgullo para usted y demás familiares.

Atentamente le saluda y le desea otros muchos triunfos,

LUZ QUIROS VARGAS

LA VOLUNTAD APLICADA... Viene de la Pág. PRIMERA

en caseína cuajada, que contiene algo de grasa y la albúmina, y en un líquido feculento llamado suero de leche.

Este suero de leche encierra las siguientes materias: leche, sacarina, grasa, caseína, albúmina y sales, natrium, potasa, magnesio, cal y hierro).

La caseína (que se encuentra aun en el suero, está en estado soluble mientras que el resto se ha separado por coagulación. Todas las materias que se encuentran en este suero, son de gran importancia para la nutrición del cuerpo, y están disueltos bajo una forma de fácil asimilación (es decir, que los jugos pueden fácilmente ser apropiados y digeridos). Mientras que un estómago débil no puede soportar la leche, es capaz de absorber y de mezclar a la sangre la leche a la cual se le han quitado las materias difíciles de consumir. El ácido de la sidra desaparece en la coagulación de la leche, y no incomoda el estómago si no se toma demasado.

La mejor manera de preparar el suero de la leche con sidra es la siguiente:

Se ponen en una olla muy limpia, cantidades iguales de sidra, de leche y de agua, y después se calienta todo sin llegar al hervor. Se cuele después en un lienzo de tela que esté limpio. El líquido colado es turbio y constituye el suero de leche con sidra que debe tomarse caliente de preferencia. Las personas a quienes no agrade el sabor, y los niños, pueden agregar un poco de azúcar. Los individuos muy débiles, deben principiar con pequeñas cantidades por ejemplo, tres veces al día una o dos cucharadas, y no leben de tomar más de una taza grande de té al día. Si se produjera una presión en el estómago, entonces será preciso disminuir la cantidad o suprimirla completamente.

Los efectos producidos por el suero de leche con sidra, son los siguientes: la lengua se limpia, el apetito se abre, la evacuación se estimula, los síntomas febriles desaparecen, la pituita del pecho se desprende, y la tos disminuye. Por el apetito excitado, el cuerpo se nutre mejor, y la sensación de vigor aumenta en general.

El suero de leche con sidra es particularmente útil en las siguientes enfermedades catarrales de la garganta: de la traquea y de los pulmones, las enfermedades de to-

das clases de las vísceras, del estómago, de los intestinos del hígado; la anemia, las fiebres sobre todo, el tifo; también es muy útil para los convalecientes después de enfermedades graves. Mi propia experiencia me ha demostrado que la presión del estómago tan temida, solo tiene lugar en casos excepcionales, después del consumo de grandes cantidades, es decir, cuando los órganos de la digestión están completamente agotados. Por costumbre, el enfermo puede tomar, sin temor, medio litro a dos tercios de litro al día.

He probado una mezcla mejor es la siguiente:
 2 litros de sidra
 1/2 litro de leche
 1 litro de agua.

Se ponen juntos, se calientan y se filtran. También he observado que es preferible prepararlo diariamente para que esté fresco. Muchas gentes lo prefieren caliente y aun muy caliente. La mejor hora para tomarlo es de una hora a tres cuartos de hora antes de los alimentos. No se debe de tomar en las comidas. Se debe de tomar tres o cuatro veces al día una taza grande muy lentamente. El asiento que queda en el fondo de la taza, no se debe de tomar, así es que no se debe de menear el suero de leche.

En las personas nerviosas, el suero de leche con sidra tiene una influencia rara, y, en particular, en las que padecen neurastenia sexual. Dolores de estómago nerviosos que resisten todos los remedios, desaparecen como por encanto. La sed también desaparece. Naturalmente no se debe de tomar leche cuando se siga el tratamiento del suero de leche con sidra. Advierto que es peligrosa en esas condiciones la leche espesa y agria da.

El suero de leche con sidra constituye no solamente un alimento inapreciable, pero aun por sus tancias alcalinas, un medio inapreciable para la depuración de la sangre para combatir el envenenamiento personal por lo que le corresponde indirectamente su gran virtud curativa en los estados de enfermedades y de padecimientos mencionados. Saludemos pues con alegría, el nuevo uso de ese remedio viejo y popular, para la felicidad y alivio de todos los que padecen.

Dres. Gebr. Hogg — A. Henzler
 De Gaceta Literaria.

NIÑITA MARIA DEL ROSARIO GARITA OTAROLA

En este mes de setiembre se ha de ver muy cumplimentada por sus familiares y amistades, la preciosa niña María del Rosario Garita Otárola, quien cumple ocho dichosas primaveras.

María del Rosario, forma la dicha y felicidad en el estimable hogar formado por nuestros gentiles amigos don Rogelio Garita y su gentil señora doña Roxana Otárola de arita.

DEFENSA NACIONAL le desea a la bella cumplañera y demás familia, un cúmulo de felicidades.

DISTINGUIDA CUMPLEAÑERA

El próximo quince de Setiembre se ha de ver muy festejada por sus señores padres y demás familiares la distinguida y culta señora María Lilliam Madriz O., con motivo de la celebración de sus dichosas primaveras.

María Lilliam Madriz O., es una fragante rosa que adorna el distinguido hogar formado por nuestros gentiles amigos don Milton Madriz y su distinguida señora doña Sarita Ordeñana de Madriz.

DEFENSA NACIONAL le desea otros muchos años de vida en unión de su apreciable familia.

SIMPATICAS SRTAS. QUE CUMPLEN AÑOS EN LA CIUDAD DE ALAJUELA

Hacemos llegar un atento y cordial saludo a las distinguidas señoras de la ciudad de Alajuela, Ana María Soto y María Josefa Soto, grandes admiradoras de nuestro periódico.

DEFENSA NACIONAL les desea larga vida y un cúmulo de felicidades al lado de sus padres y demás familia.

DISTINGUIDO ENFERMO EN LA CIUDAD DE LAS FLORES

Se encuentra un poco delicado de salud en la ciudad de Heredia, el distinguido y culto amigo nuestro don Celedino Herrera.

Nosotros, al lamentar su enfermedad, esperamos en Dios le devuelva su salud.

DON JULIO CARRO

Se encuentra sufriendo una peligrosa infección el conocido comerciante amigo nuestro, don Julio Carro. Dios quiera que tan gentil amigo logre pronto con la ayuda de Dios, recuperar su delicada salud.

DON JAIME MORALES

De nuevo se encuentra al frente de su negocio "Ferretería La Moneda", el distinguido amigo don Jaime Morales quien hace pocos días atraviesa una delicada enfermedad. Para él y su distinguida familia le enviamos nuestro más cordial saludo, alegrándonos que se encuentre ya mejor.

DON ROBERTO SALAZAR

Nuestro periódico se viste de crespones negros; ha fallecido otro de los fundadores de nuestra empresa. Se trata del señor Ingeniero amigo nuestro don Roberto Salazar quien dedicó su vida a servir al prójimo. Fue un excelente hijo, esposo cariñoso y un excelente padre cumplidor de sus deberes.

Fue don Roberto Salazar un espíritu elevado que ha dejado marcado su camino de donde hoy brotan las espigas de su gran corazón.

Nosotros, profundamente conternados, elevamos una oración por su alma, al mismo tiempo que hacemos llegar a toda su familia, en especial a su culta señora, hijos y demás familia, el mensaje de nuestra más sentida condolencia.

DON CARLOS MANUEL QUESADA NAVARRO

Se encuentra en la hermana república de Honduras, haciendo un delicado trabajo, el culto caballero de la ciudad de Cartago, don Carlos Manuel Quesada Navarro, gentil amigo nuestro, a quien le hacemos llegar un atento y cordial saludo hasta el lugar de su residencia.

¿SABIA USTED OÍF?

—La tez especial para la boda era lograda por las novias en Albania suavizando su cara con jugo de limón y azúcar?

—La alta presión arterial se encuentra en cerca de una cuarta parte de la población de los Estados Unidos?

Niñita Lilliana Montero Hernández



Engalanamos nuestras páginas con la fotografía de la preciosa niña Lilliana Mercedes Montero Hernández, quien forma la alegría en el culto hogar formado por nuestros distinguidos amigos don Arturo Montero y su apreciable señora, doña Margarita Hernández de Montero, quienes tienen su residencia en la

bella ciudad de las flores.

Su preciosa hijita ha de cumplir el 24 de setiembre su primera primavera, motivo por el cual sus padres y familiares le preparan una alegre fiestecita.

DEFENSA NACIONAL desea a la preciosa niña y demás familia un cúmulo de felicidades.

S e p a u s t e d

En la playa deslumbra el sol porque su luz es reflejada por el agua y por la arena, y puede debilitar la vista, produciéndonos trastornos. Por lo tanto es necesario proteger nuestros ojos con gafas antisol.

—(o)—
 ¿Por qué se llama "Oscar" el premio que concede la Academia de Cinematografía. Porque hace

veintiocho años(el premio existía entonces desde hacía tres años), la secretaria de la Academia, Margaret Herrick, exclamó al ver la estatuilla de estafío con baño de oro que se entregaba a los laureados:

—¡Pero si se parece a mi tío Oscar!
 (De "Espacio").

PARA TI AMIGA

Selecciona tus amistades para no caer bajo el látigo cruel de la crítica social. No te acerques a manzana corrompida porque tarde o temprano te corromperás tú también y eso es inevitable en jóvenes que no han logrado el equilibrio de la vida o que no han sido bien preparadas por sus padres para actuar con honradez y dignidad en los marcos sociales.

Día a día se anuncia la caída de una o varias jóvenes que luego en el tobogán deleznable de los lujos y las diversiones, son irreducibles porque su mente, su corazón y su espíritu se han degenerado. Dolorosamente el final de estas jóvenes es la prostitución. Y ello, en verdad, duele al alma.

Azucena Orquídea Obelar.

ATENCION, MUCHA ATENCION

A propietarios de fonógrafos automáticos, rockolas, televisores, motorolas etc., vendidos en el Almacén Oscar Stupp. Avisa que el taller de servicio, continuará siendo atendido por el técnico Indalecio Alfaro.

100 varas al Sur y 225 al Oeste del Teatro Líbano

DON EDGAR FEDERICO QUESADA MARIN

Con el fin de perfeccionarse más en sus estudios, salió de Cartago para la Universidad Ottawa Iowa, en los Estados Unidos, el esforzado joven amigo nuestro don Edgar Quesada Marin, a quien le deseamos muchos triunfos en sus delicados estudios.

DOÑA MARGARITA GONZALEZ

En la bella ciudad de las brumas, se encuentra un poquito mejor la culta y distinguida señora doña Margarita González, gran admiradora de nuestro periódico.

Nosotros al lamentar su enfermedad, no perdemos la fe que tan apreciable señora logre recuperarse muy pronto su delicada salud.

ING. DON HERNAN ROBLES V.

Despedimos cariñosamente al esforzado joven amigo nuestro don Hernán Robles V., de la ciudad de las brumas, quien se ausenta hacia los Estados Unidos con el fin de ampliar sus estudios de Ingeniería. Que tenga un feliz viaje son nuestros mejores deseos.

DON ENRIQUE SAENZ

En forma muy gentil, nos solicita la suscripción de este periódico en el mercado de la ciudad de Alajuela, el distinguido y viejo amigo nuestro, don Enrique Sáenz, el que será complacido con mucho gusto.

Boletín informativo de Defensa Nacional

SUSCRIBASE Y ANUNCIE EN LA PRENSA LIBRE SRES. PATENTADOS

Solicite sus refrescos y cervezas a los teléfonos 1363 y 2096 - Traube.

—(o)—

Taxis Vargas Malavassi 7164.

Lea y anuncie en DEFENSA NACIONAL, Periódico cultural.

—(o)—

JOSE F. BARRIENTOS R. Homeópata.

Despacha en Barrio Iglesias Flores 25 varas al norte de Cantina El Gran Sesteo, contiguo a la Erm.ta.

—(o)—

SEÑORES LECTORES

Ante el peligro, frene; la vida de una persona no se paga con nada.

NIÑOS. — No oatracevéis las calles, pensad que el peligro acecha a cada instante y que vosotros podéis ser una nueva víctima de los autos o camiones.

—(o)—

AMIGOS LECTORES DE "DEFENSA NACIONAL"

Muy agradecidos con ustedes, si nos recomiendan nuestro periódico a sus amigos, sus hijos casados o sus familiares. DEFENSA NACIONAL pretende entrar a todos los hogares de Costa Rica, porque es un periódico que instruye porque publica los mejores artículos y además no tiene color político.

Bomba Distribuidora Ltda.

Teléfono 1809

Atendida por su dueño

Medida legítima

Seguridad y buena atención de pureza inigualable.

Propietario

CARLOS SANCHEZ

ZAPATERIA LA CENTRAL DE GERARDO VARGAS

Costado Oeste antiguo Banco Central

Ofrece, calzado para todos los gustos, hechos con finos materiales y expertos zapateros.

Visítenos. Consulte nuestros precios.

