

EL AGRARIO

NACIONAL



DIRECTOR

FRANKLIN RIVERA R.

San José, Costa Rica, Sábado 9 de Diciembre de 1950

Número 24

*

Año 1.º

TEL. 4280 - AP. 2229

Número Suelto..... ₡ 0.25

Subscripción Mensual ₡ 1.00

Subscripción Anual: ₡10.00

El Arbol y la Cultura

(Por Bernabé Riberos)
(De "ARIEL")

El árbol — primera techumbre bajo la cual se abrigó el hombre—, compañero fiel de toda vivienda, símbolo eterno de los pueblos, objeto de culto en la Religión y en la Historia, primer templo y altar inicial del fervor místico, nartesio de los recuerdos familiares y sociales, sagrado en los ritos primitivos, y en la confesión cristiana hecho signo máximo de redención, de perdón y de sacrificio, requiere ahora una cruzada que lo defienda. Nuestras serranías, nuestros valles, nuestras planicies van perdiendo o han perdido su vegetación arbórea, las cumbres se ven decalvadas, las colinas sin su penacho airoso, las alturas sin el verdor viviente de sus cabelleras. De donde fué derribada la selva huye la vida también, se extiende el desierto, y el yermo, por la sequedad del suelo, ocupa el sitio que fué sociedad memorosa, abrigo de las aves, frutero de la muchachada traviesa y aventurera, regulador de las lluvias, surtidor de las corrientes, riego de las sementeras y alegrías de los huertos.

De las plazas de los pueblos erigidos en torno a un árbol centenario o milenario, que diera abrigo al hombre primitivo y a la tribu desaparecida, y a cuya sombra se sentaran los ancianos a adoctrinar a los párvulos; de cuyas ramas pendían las frutas silvestres que rodaban a las manos de los mancebos y doncellas, a ungir sus labios con la dulcedumbre de sus jugos, fué derribado en noche negra de locuras alcohólicas. Las romerías que llegaron a visitar al gigante, sagrado como el árbol de Guernica, no volvieron a la plaza desnuda, que perdió su singularidad, y el pueblo sus atractivos y su historia, como que allí se congregaron sus fundadores, luego los comuneros criollos, después los soldados de la guerra. Los nombres de los guerreros grabados en su corteza se borraron de la memoria de las gentes y el del pueblo la de sus admiradores y visitantes.

La tala de los bosques donde nacían las fuentes, el derribo de la montaña circundante del hontanar, la quema de la selva que licuaba la nube y la trocaba en chorro de lluvias fecundas, ha secado los ríos de cada pueblo, en cuyos pozos y remansos en los días de sol y de bofganza tropas de vecinos nadaban alegres ante la expectación de la chiquillería que esperaba su turno de aprendizaje, mientras el sancocho ritual humeaba en bogares encendidos junto a las piedras, bajo la sombra, tapizada de reflejos, de los guamos, de los alisos y de los pobos de renovado follaje. Ahora esos ríos de nuestra infancia son cauces secos donde las piedras semejan cadáveres, ídolos de templos derruidos, osario abandonado. Sólo en la crudeza del invierno resuenan sus

tumbas arranzando de cuajo en su tumulto al último sobreviviente, adorno solitario de la pedregosa y desombrada orilla. Las acequias que en múltiples venas distribuían agua en los potreros y a las sementeras de riego en los veranos prolongados, son ahora cavas de arenas y de tierras y cascajo, por donde no corre un hilo líquido y en cuyas humedades gritan las ranas de la sequía pidiendo lluvia al cielo sordo. La agricultura, que llena las trojes e hincha la riqueza doméstica y la riqueza pública, se ha empobrecido y los conflictos vecinales por las ansiadas aguas, ahora muertas, siembran el desvío entre las familias y los trabajadores, cuando no pasan a pugnas peligrosas y a sucesos lamentables. Los ríos, que daban la paz y la riqueza, al huirse han dejado la guerra local con la sequía de los sembrados y la escasez del riego, y tan tornado agrios a los hombres, aislados por la ausencia de la sociedad diaria del baño en común en sus pozos desaparecidos.

El derribo bárbaro, la tala absurda deja sin sentido la geografía local, pues borrado el árbol que dió nombre a los sitios, el cedral queda sin cedros, la montaña sin selva, el palogordo sin nada, el pozo del guamo sin guamo y sin agua. Nombres de poblados indígenas, hoy pueblos en decadencia y miserias, son la negación de su etimología ambiente, pues no tiene ni bosques ni aguas suficientes. La nomenclatura geográfica es hoy antítesis de su significado de origen, como que, extinto el arbolado, la umbria, la alameda, el árbol corpulento, queda el nombre del lugar como rótulo sin contenido, como ataúd de despojos ignotos. Tierras de erosión que el sol calcina, arcillas agrietadas, volcaneras y derumbes a cuyos perfiles muestra la tierra sus huesos son hoy valles antaño umbrosos, las colinas arboladas, selvos manantiales. Al destruir el árbol aislado, último representante de especies que se extinguen, o la mata de monte condensadora de humedad y alumbradora de manantiales, huye el enjambre de pájaros cantores, y los frutales de los huertos caseros privados de sus espulgadores, agonizan, pierden la fecundidad, y las frutas antes lozanas caen al peso de los gusanos.

Cultura de la tierra repoblándola de árboles, y cultura del niño y del hombre son labores hermanas. Tierra sin sombría, vivienda sin ramajes, son como infantes abandonados. Defender el árbol, resucitar su fiesta, sembrarlos a la vera de los caminos y las calles, conservar y defender el bosque en los nacimientos de las corrientes, es hacer o rebacer la patria grande. La leyenda del árbol del paraíso, sembrado en el monte que fué después el Calvario, es la más hermosa de las verdades.

SUMARIO

DASONOMIA — Páginas 2—3—4 y 8.

Las Selvas de Costa Rica.

(Concluirá en los próximos números).

SORPRESAS DE LA ALIMENTACION CENTROAMERICANA. Págs. 5, 7, 8

Por Otón Jiménez.

SOBORDOS Y MERCADOS — Página 6.

Sobordos: Maquinarias e implementos agrícolas, semillas, etc., recientemente llegados al país.

Mercados: Precios corrientes en el Mercado Central de San José.

Sube el precio de la manteca (10 puntos). Baja el precio de los tomates (25 puntos).

El precio de los granos se mantiene invariable.

D A S O N O M I A

III — Papilionata (Pea Subfamily)

Andira inermis. (syn. *Vouacoupa americana*). Almendro, Carne asada, Cabagge angelintree. Común en las selvas de la tierra caliente, especialmente a lo largo de los arroyos. De tamaño mediano, generalmente de troncos cortos y copas grandes. Su madera de corazón varía de amarillo a castaño rojizo oscuro, generalmente dura y córnea con una buena reputación de durabilidad. Apropia para construcciones pesadas en general. En las Antillas esta especie es a menudo llamada "árbol de repollo" (cabbagetree), debido a su olor peculiar. La corteza es muy venenosa.

Dalbergia retusa. Cocobolo, Nambar, Panamá rosewood. Antiguamente era abundante en las regiones más secas de la tierra caliente del Pacífico, especialmente en Nicoya, pero su explotación fué tan intensa en el pasado, que hoy día son pocos los árboles comerciables que quedan. Hay ya sin embargo abundancia de árboles nuevos que se han reproducido pero que todavía son de poco valor. Esta madera es bellísima y pesada, de color castaño vetada

Las Selvas de Costa Rica

y jaspeada de negro y rojo. Se exporta cierta cantidad para mangos de cuchillos y trabajos de torno, etc. En Costa Rica se usa bastante en trabajos de ebanistería. Es este un árbol que debiera multiplicarse pues su mercado mundial futuro pareciera asegurado.

Diphysa robinoides. Guachipe-lín. Se encuentra esparcido desde elevaciones medias hasta ambas costas. El árbol es generalmente mal formado, tan torcido que casi su único uso es para horcones y postes de cerca. Su madera amarilla y muy pesada, parecida al Algarrobo negro, tiene reputación de ser la más durable de Costa Rica. Es el árbol preferido tanto para postes muertos como para formar setos vivos. Madera muy útil para reforestar en tierras particulares, pues la demanda es siempre mayor que la oferta y será siempre un buen negocio.

Dipteryx panamensis. (syn. *Coumarouna panamensis*). Almendro. Panamá tonkabeen. Un árbol muy grande, con grandes vainas elípticas y duras, se encuentra en las vecindades de Siquirres. Su made-

ra amarillo castaño es tan dura y pesada que generalmente los árboles se dejan en pie cuando se limpia el terreno. La madera no es usada, pero sería muy durable y apropiada para traviesas si no fuera tan difícil alistarla. Las semillas alistadas son comestibles. Las vainas maduras contienen un aceite que huele a vainilla y que probablemente contiene *coumarina* como su pariente de Sur América, el Sarrapia (Tonkabeen). *D. odorata*.

Erythrina spp. Poró. Después del Inga, es el árbol favorito para sombra en las plantaciones de café, principalmente en elevaciones bajas, como Turrialba. La madera no tiene valor excepto como combustible. Muchas de estas especies tienen valor como plantas ornamentales, debido a sus flores vistosas, de color escarlata, y también son populares como postes para cercas.

Gliricida sepium. Madre de cacao. Madera negra, Coralbean. Abundante especialmente en las vertientes del Pacífico, es buena sombra para plantaciones de cacao

y sirve para postes de cerca. Un árbol más bien pequeño. Madera de color olivo café, muy dura y pesada, con reputación por su extrema durabilidad. Usada para basas; recomendado para alcantarillas en la Carretera Inter-Americana. El ganado come las hojas.

Lonchocarpus spp. Chaperno, Lancepod. Se encuentra en las regiones más secas de la costa del Pacífico. Generalmente de tamaño pequeño o mediano, poco usado. Algunas especies Sur Americanas de este género son las fuentes del Rotenone, insecticida muy usado como veneno para los peces.

Ormosia toledoana (probablemente). Alazán. La identificación de este árbol que no está en *La Flora de Costa Rica*, de Stanley, es todavía incierta. Abunda en las cercanías de San Isidro de El General donde es de tamaño mediano alto y recto. Su madera amarilla opaca, es de fibra recta y fácil de trabajar, de resistencia y dureza medianas. Gravedad específica secada al horno peso y volumen: 0.43-0.50. Buena madera para construcciones en general. No es considerada como durable.

Platymiscium pinnatum (syn. *P. polystachyum*). Cachimbo, Cristóbal. (Pasa a la página 3)

Ron Genuino dos estrellas, tipo de exportación...

OROSI

Su calidad exquisita le viene del largo envejecimiento en barricas curadas de roble...

OROSI

Grato como obsequio... sabroso como licor!

¡Quien lo prueba... lo aprueba!

D A S O N O M I A

Las Selvas de Costa Rica

(Viene de la página dos)

Quira. Selvas del lado del Pacífico, principalmente en el Valle de El General y cerca de Golfo Dulce. Es abundante pero sólo en manchas aisladas. Es un árbol grande y bien formado, diámetros de 36 pulgadas o más, tronco largo y liso. Su madera es café rojizo y generalmente rayada o jaspeada, es muy dura y fuerte, gravedad específica (secado al aire) de 0.75 a más de 1.00. Bajo el nombre de "Cristóbal" esta madera es la favorita para los pisos elegantes de San José y otras ciudades de Costa Rica. Algunas veces es difícil acepillarla debido a su fibra encontrada (roe grain). Bajo el nombre de "Cachimbo", ha sido exportada en grandes cantidades al Perú.

Pterocarpus spp. Padauk, Sangrillo. Común en la Selva Siempreviva de la Región Lluviosa del Atlántico y en la tierra caliente del Pacífico donde alcanza diámetros de 30 pulgadas o más. La corteza exuda un jugo rojo sanguinolento de donde le viene su nombre. La madera es blanquizca, moderadamente dura y pesada, no es durable, adecuada sólo para construcciones ordinarias.

Sweetia panamensis. Carboncillo, Guayacán. En las Selvas de la tierra caliente del Pacífico, especialmente en las vecindades de Buenos Aires en el Valle de El General, el Guanacaste y Nicoya. El árbol es relativamente abundante en los lugares donde se encuentra, pero no alcanza tamaños grandes; un diámetro de 24 pulgadas es excepcional. Su madera es café amarillo opaco, cerosa en apariencia, y de fibras rectas, no es difícil de trabajar, no se contrae al secarla y tiene reputación de durabilidad. Es dura, fuerte y pesada, (gravedad específica secada al horno peso y volumen 0.90). Su uso ha sido recomendado para alcantarillas y armazones de puentes en la Carretera Inter-Americana.

Humiriaceae (Humiria Family)

Esta familia típica Suramericana no se sabía que existía en Norte América hasta que fué encontrada por la Latin American Forest Resources Project Party.

Vantanea barbourii. Ira chiricana. Este árbol descubierto y nombrado recientemente, se encuentra casi en grupos puros en una sección limitada cerca de San Isidro de El General. Diámetros de 36 pulgadas o más, largos de 40 pies o más. Su madera café rojizo es de granulación recta, libre de defectos, bastante dura, pero muy fácil de trabajar; es de las nueve maderas de la sección de San Isidro sometidas a pruebas de resistencia, la que demostró ser la más fuerte, sin ninguna anomalía, no tuerce ni encoge al secar. Gravedad específica peso y volumen secada al horno 0.70. Recomendada para los puentes de la Carretera Inter-Americana. No es suficientemente abundante para uso gene-

ral, y a no ser que haya más de lo localizado hasta ahora, sería conveniente conservar parte de lo existente por su interés científico.

Rutaceae (Rue Family)

Zanthoxylum, spp. Lagarto, Lagartillo, Prickyash. Como 8 especies de árboles esparcidos en las selvas de la tierra caliente. Generalmente de menos de 18 pulgadas de diámetro. La corteza generalmente con lentejuelas suberosas de forma piramidal. Su madera amarilla, dura y pesada tiene cualidades para ebanistería, pero es poco usada.

Simarubaceae (Simarub Family)

Simaruba Glauca. Aceituno, Olivo, Paradisetree. Un árbol de tamaño mediano de las selvas de la vertiente del Pacífico y del Valle de El General. Madera liviana, amarillo pálido, bastante firme y fuerte. Gravedad específica (secada al aire) 0.40-0.50. Poco usada, pero a propósito para cajas, fósforos, etc.

Burstraceae (Bursers or Torchwood Family)

Bursera simaruba. Almacigo, indio desnudo, Jiñote. Gumbolimbo.

Común en la Selva Siempreviva de la Región Lluviosa de la tierra caliente del Atlántico y en la Selva Decidua del Guanacaste y Nicoya. Fácilmente se reconoce por su corteza lisa. Alcanza 36 pulgadas de diámetro o más, y tiene troncos largos y lisos. Es el más usado, con excepción del poró, para hacer cercas. Su madera es blanca o café claro, bastante firme. (Gravedad específica secada al aire 0.30-0.40) sujeta a manchas causadas por hongos y se pudre con rapidez. Bien seca es adecuada para hacer cajas.

Protium spp. Resintree. Árboles altos de la tierra caliente.

(Pasa a la página 4)

EN PINTURA hay muchas gustos



En cervezas uno



ANTE LUCEM 114

D A S O N O M I A

Meliceæ (Maliogany Family)

Carapa guianensis. Guiana crabwood; y *C. Slateri*. Cedro macho. Cedro bateo. Abundante en la Selva Siempreviva de la Región Lluviosa de las vertientes del Atlántico. Estos dos árboles alcanzan grandes dimensiones con buenos largos. Su madera es café rojizo, bastante dura y fuerte, de bastante durabilidad; gravedad específica, secada al aire 0.60-0.75. Durante uno o dos años antes de la presente guerra mundial, Alemania importó grandes cantidades de cedro macho de Costa Rica, principalmente de Puerto Limón. Fué exportado en trozas redondas generalmente de 30 o más pulgadas de diámetro, y probablemente fué usado al menos en parte para enchapes. Esta madera puede fácilmente sustituir al caoba en muchos usos; no es lo suficientemente atractiva como para reemplazarlo en la ebanistería.

Cedrela mexicana. Y otras cedrelas spp. Cedro amargo. Cedro dulce, Cóbano, Cedrela o Spanish cedar. El cedro es común en la mayor parte de la América Tropical, la madera más importante de Costa Rica. Se encuentra en las Selvas Siemprevivas, desde el nivel del mar hasta los límites más bajos de la Selva Brumosa, lo mismo que en la Selva Decidua del Guanacaste y Nicoya. Como es una de las maderas de mayor consumo en Costa Rica, ha sido muy explotada en todas las regiones muy pobladas del país, pero quedan todavía grandes cantidades en las secciones menos accesibles. En Costa Rica el cedro se diferencia más por la región de donde procede que por la especie misma. El de la parte Oeste del país "cedro Pacífico" se tiene en mayor estima que el "cedro Atlántico". El primero más compacto y uniforme, de granulación más fina, de color más intenso, esencia más fuerte y, en general, de calidad muy superior.

Los árboles de cedro en la Selva Siempreviva de la Región Lluviosa, alcanzan grandes dimensiones, con diámetros de cinco pies o más y buenos largos. Los de la Selva Decidua son de diámetros más pequeños y menos largos. Generalmente el cedro está libre de defectos, y es una de las mejores maderas del país en cuanto a resistencia e inmunidad contra los ataques de insectos y hongos. Sin embargo, el ser demasiado suave la hace poco apropiada para ciertos usos que implican maltrato y desgaste superficiales. Por esta razón es que aunque a veces se usa, no es propia para pisos. Es muy popular para decorados interiores, tableros, marcos de puertas y ventanas, tablilla para forros y forros interiores de cómodas y guardarrropas, etc. Es esta una madera ideal porque es fácil de trabajar, muy durable y casi no tuerce ni encoge al secar.

En años anteriores, Costa Rica exportaba considerables cantidades

EL INSTITUTO COSTARRICENSE — DE ELECTRICIDAD —

Ha Traslado sus Oficinas al Edificio No. 1646

CALLE 11 - AVENIDAS 14 Y 18

de cedro, pero la creciente demanda local unida a su escasez cada día mayor en las regiones fácilmente accesibles, han hecho que la exportación haya disminuido.

No es probable que en el futuro la exportación de cedro en bruto o elaborado vuelva a tener gran importancia.

El cedro se diferencia de muchas

gran capacidad germinativa. En consecuencia, los almácigos de cedro son abundantes, especialmente en los terrenos limpios o abandonados, de tal modo que se puede asegurar que las plantas nuevas reponen bien a las que se cortan. Con un poco de protección, Costa Rica podría asegurarse un abastecimiento continuo e indefinido de

Guarea spp. Caobillo. Muskwood. Se encuentra en cantidades limitadas en las vertientes del Atlántico y del Pacífico. Casi siempre de tamaño mediano. Su madera se parece a la caoba y tiene los mismos usos generales.

Swietenia macrophylla and *S. humilis*. Caoba. Mahogany. La primera especie se encuentra en la Selva Siempreviva de la Región Lluviosa del Atlántico, y la última en la costa del Pacífico. Como en el caso del cedro, la caoba o Mahogany de la costa del Pacífico, se tiene en mayor estima que la del Atlántico. Relativamente es poca la caoba que queda en Costa Rica. Se dice que existe algo en las regiones menos accesibles del San Carlos y ocasionalmente se encuentra una que otra en el Guanacaste y en Nicoya. A las ebanisterías de San José se les hace cada día más difícil llenar sus necesidades, y el precio es muy alto. Cuando Costa Rica se decida a aplicar las medidas necesarias para la conservación de sus selvas, será posible llenar la demanda, protegiendo los almácigos y aún estableciendo plantaciones.

Malpighiaceae (Malpighia Family)

Byrsonima crassifolia. Nance. Un árbol mediano o pequeño, típico de las porciones más secas de la Selva Decidua; es un árbol característico de las sabanas.

Vochysiaceae (Volchysia Family)

Volchysia ferruginia. Mayo. Bastante abundante en la Selva Siempreviva de la Región Lluviosa de la vertiente del Pacífico, especial-

(Pasa a la página 8)

Tabacos para Pipa

Recibimos de las Acreditadas Marcas

LONDON DOCK -- WHITEHALL
CROSBY SQUARE -- MIXTURE-7
VERMONT MAPLE

(Curado a base de Ron y Miel de Arce)

PRECIOS PARA TODOS LOS BOLSILLOS.

CALIDAD PARA TODOS LOS GUSTOS.

Importadores Exclusivos:

COMPANÍA COMERCIAL SOTO S. A.

De El Aguila de Oro 25 varas al Sur.

TELEFONO 2815 :::: APARTADO XXX

El año pasado las únicas exportaciones apreciables fueron al Perú. Alemania tomó una pequeña cantidad en 1939, y los Estados Unidos en 1941.

otras maderas valiosas tropicales, en que produce grandes cantidades de semilla liviana que es llevada a distancias considerables por el viento, la semilla tiene además

AVISO

LA CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL DEPARTAMENTO DE LA HABITACION

Pone en conocimiento de los interesados que en La Gaceta N° 278 del 7 de diciembre corriente aparece la licitación para los trabajos de urbanización que se llevarán a efecto en la ciudad de Limón, en el terreno propiedad de esta Institución donde se construirán las Casas Gemelas.

Esta licitación se cerrará el 20 de diciembre de 1950 a las 10 horas.

Los trabajos deberán estar concluidos dos meses después, contados a partir de la fecha en que se firme el contrato.

JUAN E. HERRERA R. C.P.A.
Auditor de la Caja Costarricense S. Social

Sorpresas de la Alimentación Centroamericana

Por Otón Jiménez, Ph. G., Phar. D.

Los alimentos que se producen en las regiones septentrionales del globo, en Europa y los Estados Unidos principalmente, *no son los únicos capaces de asegurar una buena nutrición*. Los elementos básicos, o sea, las proteínas, carbohidratos y grasas, *no son los únicos indispensables*, para mantener la vida normalmente, según los conocimientos que sobre nutrición tenemos hoy día. Estos elementos también se encuentran en los alimentos que se producen en nuestro continente, en proporciones adecuadas. Para asegurar el crecimiento, desarrollo y sostenimiento del organismo son indispensables cuarenta elementos: poco importa, pues, que el calcio lo tomemos de la leche, de la soya, de las tortillas o del ajonjolí; el hierro de las espinacas, de los chiles o de la malva; la carotena de las zanahorias, del pejíbaya o de los chiles; el fósforo del maíz o de los frijoles; la niacina de los chiles o de los frijoles; la riboflavina del ajonjolí, la tiamina del chile picante, el ácido ascórbico del mango, de los cogollos de jocote, etc. Estos elementos son químicamente los mismos y su acción fisiológica idéntica, cualquiera que sea su origen.

Oímos preguntar muchas veces: ¿qué puede comerse que no sea carne, huevos, leche o pescado? Y pensamos que, a pesar de vivir muy a mediados del Siglo XX se tiene todavía un concepto medioeval de la alimentación, pues casi todo el mundo ignora que el hombre puede *vivir mejor* con los alimentos propios del Continente Americano que con las dietas a base de carne y pan de trigo de los países nórdicos. No existe ninguna zona del mundo ni las que corresponden a pueblos de antiquísimas culturas o de recursos intelectuales y materiales mayores, que disponga de mayores elementos nutritivos en cantidad y calidad, que nuestros países centroamericanos.

La base de la alimentación en nuestro continente es el *maíz*. Comiendo maíz se desarrollaron dos de las más maravillosas culturas humanas: la *inca* y la *maya*, en nada inferiores a las culturas orientales y europeas, a base de arroz y trigo respectivamente. Basta leer las *Cartas de Relación* del Con-

quistador Hernán Cortez o los *Comentarios Reales* del Inca Garcilaso de la Vega, para sólo citar 2 ejemplos, para comprobarlo. Y si comparamos los análisis de estos tres cereales, maíz, arroz y trigo, podemos ver claramente que nuestro maíz, el cereal americano, compete ventajosamente con los otros, pues si bien es cierto que carece de proteínas, es rico, en cambio, en grasa que falta totalmente en los otros.

Muy ricos en proteína son los *frijoles*, pues los análisis señalan de 3,5 hasta 5 gramos de nitrógeno. Por tan razón la combinación de maíz y frijoles, base de la comida de todos los pueblos de las zonas tropical y sub-tropical de este continente, forma en sí un alimento completo y balanceado, porque combina proteínas, carbohidratos y grasa con las sales y las vitaminas.

Un alimento de genuina ascendencia americana es la *papa*, considerada "una de las mayores bendiciones que América ha legado al mundo".

Nuestro Cristián Rodríguez, en precioso artículo publicado en el "Diario de Costa Rica", dice en su estilo galano y propio: "...Una relación de las sustancias que contiene la papa ilustrará la afirmación que hacemos respecto de su enorme valor alimenticio. De la materia sólida, la mayor parte, es decir, del 80 al 88 % está formado de harina y aproximadamente del 3 al 6 % lo constituyen azúcares en proporciones variables. Los componentes nitrogenados están en una proporción no despreciable, siendo como el 2 % del peso total. Entre los componentes minerales están el fósforo, el calcio, el potasio y pequeñas cantidades, pero apreciables, de hierro, sodio, azufre y cloro. Por otra parte, la papa es rica en ácido ascórbico y contiene cantidades apreciables de vitamina B-1, niacina y riboflavina, siendo todas estas vitaminas, con excepción del ácido ascórbico, factores importantes del complejo B. No contiene vitami-

na A ni D. Como se ve, no hay motivo para el descrédito de que se ha querido rodear a la papa, que en las debidas proporciones aporta la ración conveniente de sustancias calóricas, con una excelente adición de alimentos protectores nitrogenados y vitamínicos".

Tan americana como la papa es la *yuca*, de la que existen varias clases, todas de mucha importancia en la alimentación indígena,

ha aclimatado de manera sorprendente. Puede emplearse solo, como verdura o en mil variedades de platos que constituyen una golosina al paladar y un alimento de primer orden por la presencia de carbohidratos, sales minerales y vitaminas. Cosecha durante el año entero, asegurando un alimento bueno, sabroso y económico.

Es muy larga la lista de lo que podemos "echar a la olla". Se consiguen fácil y abundantemente las verduras criollas y las importadas. Podemos asegurar, sin faltar a la verdad, que ningún país de la tierra dispone de mayor cantidad de alimentos del Reino Vegetal,



FENOSOLINA
DESINFECTANTE Y MATA-GUSANOS

DE POSITIVOS RESULTADOS

URIBE Y PAGES — SAN JOSE, COSTA RICA

principalmente en la América del Sur. Entre nosotros es bastante apreciada, ya como verdura de "olla", o como asociada a otros alimentos. Aparte de su riqueza en almidón, es notable su contenido de hierro, fósforo y calcio, así como también de vitaminas, niacina principalmente.

Los *camotes* están presentes con mucha frecuencia en la mesa de nuestros campesinos y en la de los que no lo son. Aunque su contenido en nitrógeno es pobre, contiene, en cambio, hierro, fósforo, calcio y vitaminas en una buena proporción. Las hojas de esta planta son empleadas como alimento en algunos países centroamericanos y son mucho más ricas, en los citados elementos, que los propios tubérculos, cuya principal composición es de almidones y azúcares.

El empleo del *chayote* como alimento humano y para animales domésticos se extiende más y más cada día, a causa de su fácil cultivo, su gran rendimiento, su valor alimenticio y sabor agradable. Los chayotes se ofrecen en muchos mercados de víveres de los Estados Unidos y Europa. Aunque a veces contiene hasta el 90 % de agua, es bastante rico en nitrógeno, sales minerales y vitaminas. Su composición es muy variable.

El *plátano*, del que se conocen 75 variedades, es otro de los más importantes recursos nutritivos en todos los países tropicales y subtropicales del mundo, en donde se

por su variedad, calidad y cantidad, que el nuestro.

No deseamos alargar innecesariamente estas líneas haciendo un catálogo completo, ya que no es ésta la ocasión.

En el cuadro que publicamos al final figuran los análisis de algunas de las más importantes plantas alimenticias de nuestro país, extractados de los trabajos publicados por el citado doctor Harris y sus asociados, de material procedente de México y Honduras. Son de estos mismos hombres de ciencia las conclusiones y comentarios que resumimos en seguida:

"Los análisis practicados han revelado la existencia de alimentos de valor excepcional. La Malva (*Malva parviflora* et sp pl) contiene, por cada 100 gramos, el 40 % del calcio, el 90 % del hierro, el 140 % de la vitamina A (como carotena) y el 60 % del ácido ascórbico que se ha señalado como ración normal para un adulto, según lo propuso el Consejo Nacional de Investigaciones de los Estados Unidos. Las variaciones observadas en los diversos análisis practicados, indican que puede esperarse un mejoramiento de sus propiedades nutritivas, cuando se logre seleccionar las mejores clases de malva por medio de un cultivo adecuado. Las cantidades excepcionales de hierro, calcio, fósforo, proteína, carotena, tiamina, etc., encontradas en los alimentos

(Pasa a la página 7)

SALPULLIDO — PIES AGRIETADOS — ECZEMAS DE LA PIEL

CEDEN PRONTAMENTE CON

SULFAPENOL

El **SULFAPENOL** combate igualmente el impétigo de los niños, úlceras, heridas y quemaduras infectadas. Eczemas rebeldes de los niños y de los viejos, así como otras dermatosis crónicas, pueden tratarse con **SULFAPENOL**. Son bien reconocidas las propiedades antibacterias del **SULFATIAZOL** y de la **PENICILINA**; el **SULFAPENOL** contiene estas sustancias hábilmente incorporadas a un vehículo medicinal.

Pida **SULFAPENOL** en todas las boticas importantes o al por mayor en los

LABORATORIOS MIRAN VICTORIA DE SAN JOSE

TELEFONOS 4294 y 4875.

SOBORDOS Y MERCADOS

SOBORDOS: IMPLEMENTOS Y MAQUINARIAS AGRICOLAS, SEMILLAS, ABONOS, ETC., RECIENTEMENTE LLEGADOS AL PAIS

Marca: CAIV. — Contiene: 62 cajas con Maquinaria para ingenio. Peso: 20,888 kilos. Embarcadores: Walter J. Folse. Consignado a Cooperativa Victoria.

Marca: FERRETERIA R.—Contiene: 1 caja con Maquinaria agrícola. Peso: 176 kilos. Embarcadores: Massey Harris Co. Consignatarios: Ferrteria Rodriguez.

Marca: MAINGOT. — Contiene: 2 cajas con Maquinaria agrícola. Peso: 541 kilos. Embarcadores: Rotary Hoes Ltda. Consignatario: Banco Anglo.

Marca: C. C. T. — Contiene: 2 cajas con Maquinaria agrícola. Peso: 431 kilos. Embarcadores: Rotary Hoes Ltda. Consignatario: Compañía Cafetalera.

Marca: GRANJA. — Contiene: 25 cajas con Hachas. Peso: 700 kilos.— 100 atados de Palas. Peso: 2,550 kilos. Embarcadores: Claussen & Co. Consignatarios: Banco de Costa Rica.

Marca: J. V. — 19 atados de Palas. Peso: 495 kilos. Embarcadores: Claussen & Co. Consignatarios: Departamento Comercial.

Marca: SEICO. — Contiene: 6 fardos con Toldos. Peso: 810 kilos. Embarcadores: Allgemeine Lant U. See. Consignatarios: Seico Ltda.

Marca: R. & A. — Contiene: 100 barriles con Grapas para cercas. Peso: 4,940 kilos. Embarcadores: Breckoldt & Co. Consignatario: Crédito Agrícola.

Marca: RODSOL. — Contiene 1280 carruchas con Alambre de púas. Peso: 32,960 kilos. Embarcadores: Darum S. A. Belge. Consignatarios: Banco Anglo.

Marca: A. A. A. — Contiene: 100 barriles con Grapas para cercas. Peso: 4,860 kilos. Embarcadores: Y. Derese as Agent. Consignatarios: Almacenes Unidos.

Marca: RODSOL.—Contiene: 4000 royos de Alambre de púas. Peso: 101,600 kilos. Embarcadores: Y. Derese as Agent. Consignatarios: Almacenes Unidos.

Marca: ZAMORANA. — Contiene: 50 barriles con Grapas galvanizadas. Peso: 2,500 kilos. Embarcadores: Leopold Beauduin Antwerp. Consignatarios: Orden.

Marca: RODSOL.—Contiene: 150 cajas con Grapas galvanizadas. Peso: 8,640 kilos. Embarcadores: Dovum S. A. Consignatarios: Banco Anglo.

Marca: RODSOL.—Contiene: 1200 carruchas con Alambre de púas. Peso: 30,540 kilos. Embarcadores: Dovum S. A. Consignatarios: Banco Anglo.

Marca: F. DEL C.—Contiene: 1 caja con Máquinas para café. Peso: 215 kilos. Embarcadores: A. B. C. Hansen Co. Embarcadores: Flor del Café.

Marca: ROMULO. — Contiene 40 sacos con Alpiste. Peso: 2,000 kilos. Embarcadores: Curacao Trading Co. Consignatario: Rómulo Artavia.

Marca: RIMAC. — Contiene: 1 H. Implementos agrícolas. Peso: 975 kilos. Embarcadores: Rome Plong Co. Consignatarios: Costa Rica Machinery Co.

Marca: RIMAC. — Contiene: 2 atados con Partes de tractor. Peso: 3,042 kilos. Embarcadores: Caterpillar Tractor. Consignatario: Costa Rica Machinery Co.

Marca: J. P. S. — Contiene: 400 sacos con Alimento para aves. Peso: 18,235 kilos. Embarcadores: Pillsbury Mill Inc. Consignatario: Junta Protección Social.

Marca: C. C. ECM.—Contiene: 7 atados con Maquinaria agrícola. Peso: 595 kilos. Embarcadores: James S. Openheimer. Consignatarios: E. C. Murray.

Marca: RIMAC. — Contiene: 4 P. Palas para tractor. Peso: 1,448 kilos. Embarcadores: Caterpillar Tractor. Consignatarios: Banco Anglo.

Marca: K. H. B. Contiene: 2 cajas con Toldos. Peso: 153 kilos. Embarcadores: Harl H. Borchering. Consignatarios: Banco de Costa Rica.

Marca: CENTRAL. — Contiene: 2 cajas con Machetes. Peso: 881 kilos. Embarcadores: Louis Delius. Consignatario a Gmo. González N.

Marca: RODSOL. — Contiene: 400 barriles con Grapas para cercas. Peso: 19,840 kilos. Embarcadores: Biebling Gebrudes. Consignado a Rodriguez Solis.

Precios Corrientes en el Mercado Municipal de San José

ACEITE americano, de Soya	€	5.65 la botella.
AGUACATES pequeños	"	0.20 hasta € 0.75 cada uno
AJOS	"	2.00 la libra, 1ª clase
APIO GRANDE	"	1.50 grande, € 0.25 pequeño
ARROZ	"	0.60 libra
AYOTES	"	0.25 la libra
AVENA	"	0.80 la libra
AZUCAR	"	0.50 cada una
BANANOS	"	4 x € 0.25 hasta € 0.05 c/a.
BERENJENA	"	0.50 hasta € 1.00
BROCOLI	"	1.50 el rollo de 3½ libras
CAFE MOLIDO	"	3.20 hasta € 4.00 la libra
CAFE TOSTADO	"	3.40 hasta € 4.00 la libra
CAMARONES	"	4.00 la libra
CEBOLLAS SECAS	"	1.25 hasta € 1.60 la libra
COL DE BRUSELAS	"	1.50 la libra
COLIFLOR	"	1.00 cada uno hasta € 2.50.
CUBACES	"	0.55 hasta € 0.60 la libra
CHAYOTES	"	2 por € 0.25.
CHILE DULCE	"	0.30 y € 0.50 cada uno
ELOTES	"	0.20 y € 0.25 cada uno
DULCE	"	1.80 hasta € 2.00 el atado
FRESAS	"	2.50 la libra
FRIJOLE DE COLOR	"	0.60 la libra
FRIJOLE NEGROS	"	0.50 la libra.
FRIJOLE BLANCOS	"	0.60 la libra
GARBANZOS	"	3.20 la libra
GARBANZOS chilenos	"	3.10 la libra
GARBANZOS mejicanos	"	3.20 hasta € 3.40 la libra
GRAPEFRUIT	"	0.10 cada uno y 3 por 0.25
HARINA	"	0.50 hasta € 0.60 la libra
HUEVOS	"	3 por € 1.00
LECHE	"	0.60 hasta € 0.75 la botella
LECHUGAS	"	0.20 y € 0.30 cada una
LENTEJAS	"	3.20 la libra.
LIMONES AGRIOS	"	0.05 cada uno
LIMONES DULCES	"	0.05 hasta € 0.10 cada uno
LINAZA	"	1.50 la libra
MAICENA	"	1.20 la libra
MAIZ DE MILLO	"	0.55 la libra
MAIZ	"	2.00 el cuartillo.
MANGOS	"	0.10 hasta € 0.25 cada uno
MANTECA	"	2.60 la libra
MANTECA CRIOLLA	"	3.00 hasta € 3.50 la libra.
MANTEQUILLA	"	4.50 hasta € 5.50 la libra
MORAS	"	1.50 la libra
NARANJAS	"	3 x € 0.25
NUEZ-MOSCADA	"	0.10 cada una y € 3.00 libra
PAPAS ESTRELLAS	"	2.10 el cuartillo
PAPAYAS	"	0.40 y € 0.60 la libra
PESCADO CURBINA	"	2.00 la libra
PESCADO SALADO	"	3.00 la libra
PESCADO PEQUEÑO	"	1.00 hasta € 1.50 la libra
PIÑAS	"	1.50 y € 2.00 cada una
PLATANOS (cugraré)	"	0.15 y 0.20 cada uno
REPOLLO	"	0.40 la libra
REMOLACHAS	"	0.30 hasta € 0.50 cada una
QUESO	"	2.00 hasta € 3.50 la libra
RUIBARBO	"	1.50 la libra
SAL	"	0.20 y 0.25 la libra
TOMATES	"	1.75 la libra
VAINICAS	"	0.60 la libra

LA FLOR DEL CAFE, LTDA.

OFRECE

**CAFE TOSTADO FRESCO
Y MOLIDO A LA VISTA
DEL PUBLICO**



CAFE PURO

y de

Buena Calidad

CARTAGO, C. R.

Semillas de Hortalizas, Flores y Pastos
Abonos e Insecticidas, Implementos Agrícolas
Vacunas y Medicamentos Franklin
Bombas para Atomizar DOBBINS en

EL SEMILLERO, LTDA.

TELEFONO 3152 - ALMACEN AGRICOLA establecido en 1918 - APARTADO POSTAL 783



de uso diario, sugieren que es posible alimentar bien al pueblo de México sin necesidad de carne, leche o sus derivados. El patrón alimenticio difiere mucho del de los Estados Unidos, por lo que un programa no puede ajustarse a otro. Sin embargo, el programa de nutrición debe basarse en la composición de los alimentos criollos, muchos de los cuales son bastante más ricos en elementos nutritivos específicos que los que se emplean corrientemente en los Estados Unidos".

Para el caso particular de Costa Rica puede hacérsenos la observación, con fundamento, de que la dieta campesina está todavía bastante escasa en grasa. Es verdad. Hasta hace pocos años las únicas grasas empleadas en nuestra cocina eran la manteca de cerdo y, en escala menor, algunas grasas vegetales importadas, los aceites y la mantequilla. Esta situación ha venido cambiando en forma progresiva con el establecimiento de fábricas para extraer aceites y preparar mantecas vegetales, a base de *ajonjolí, mani, girasol, algodón*, etc., cuyos cultivos van aumentando en igual proporción.

En fecha reciente la Compañía Bananera de Costa Rica ha iniciado siembras de *Palma africana de aceite* que comenzarán a cosechar en breve. Tenemos informes de que su posible producción bastará para llenar ampliamente las necesidades del consumo doméstico y para exportar. De manera que este problema trascendental será resuelto en corto plazo, con la ventaja para nuestra dieta de que se enriquecerá con una cantidad importante de carotena existente en el aceite de palma, en proporción tal, que a veces estorba cuando se le destina a otros usos industriales.

Los primeros ensayos para aclimatar la planta de aceite de nuestro istmo los realizó la United Fruit Company, a iniciativa del Dr. Wilson Popenoe, en la Estación Experimental de Lancetilla, Honduras. Esta feliz iniciativa en beneficio de los países del Caribe, enriqueciendo su alimentación, nos obliga a venerar su nombre. Es oportuno recordar también que a Popenoe debemos que se construyera en Turrialba el Instituto de Ciencias Agrícolas y en Zamorano, Honduras, la Escuela Agrícola Pan-Americana.

Completada nuestra dieta con cantidades suficientes de grasa, podremos afirmar que nuestro pueblo se alimenta tan bien como el mejor de nuestro planeta. Aun en el estado actual, nuestros campesinos viven y trabajan y conservan sus magníficas características de amor a su familia, a su tierra, a su trabajo, a sus creencias religiosas, a sus prácticas democráticas. Porque está bien alimentado y porque constituye el costarricense al grupo racial de mejor abolengo entre los países de habla hispana es de inteligencia despierta, laborioso, fuerte para el trabajo y resistente a la fatiga, respetuoso de los derechos de los demás y amante de la libertad irrestricta, optimista y lleno de fe y de temor a Dios.

No hay razón, pues, para pa-

Sorpresas de la Alimentación Centroamericana

(Viene de la 5ª página)

decir ningún complejo de inferioridad. Muy al contrario. Pueblos de otras culturas podrán ofrecer platos de mejor sabor o apariencias más atractiva, productos del refinamiento de su civilización artificial. Pero no porque tengan mayor valor real como alimentos.

≡ JORGE MASIS NUÑEZ ≡

— CONTADOR Y AUDITOR —

Organización — Contabilidades — Revisiones — Auditorías — Anuncios basados en la Psicología Aplicada — Consultas — Diligencias relacionadas con su negocio. Redacción de Cartas.

ADEMAS: Preparación de empleados para trabajar en oficinas de comercio. Pruebas y exámenes de Contabilidad para seleccionar personal.

OFICINA: 75 varas al Este del Almacén Robert (Pasaje Fernández) — TELEFONO 6339.

SAN JOSE, COSTA RICA

DETERMINACION DE LA SACAROSA POR INVERSION

A 50 cc. de la solución original o de la solución corregida, se agrega poco a poco, ácido clorhídrico concentrado para neutralizar cualquier exceso de carbonato de sodio empleado en la precipitación del plomo, usando papel tornasol como indicador. Luego se añaden 5 cc. de ácido clorhídrico y se procede a la inversión según el método indicado. Después de enfriar el líquido por inmersión del frasco en agua fría, se neutraliza cuidadosamente el ácido clorhídrico con carbonato de sodio y se procede a la determinación de los azúcares reductores totales en la solución. Para mayor exactitud, en caso de que se emplee el

método volumétrico, conviene medir el volumen de la solución antes de ponerla en la bureta, pues debido al carbonato de sodio y al ácido clorhídrico ha habido un aumento de volumen; o en lugar de medir el nuevo volumen, la solución puede diluirse a 100 cc. en un frasco volumétrico. Si la solución que da turbia por haberse formado algo de cloruro de plomo, es preciso filtrarla. La diferencia de los azúcares reductores, antes y después de la inversión, da la cantidad de azúcar invertido. Para calcular la sacarosa es preciso tener en cuenta que 0,05 g. de azúcar invertido equivalen a 0,0475 de sacarosa.



PRUEBE EL DELICIOSO MATE TICO PREPARADO Y ENVASADO EN COSTA RICA.

ECONOMICAMENTE DINERO

CONSUMA «MATE TICO»

Bueno para el desayuno. — Indispensable en el hogar.

“MATE TICO” SOLO UNO HAY

MARCA REGISTRADA

Haga sus pedidos a

MERCEDES JIMENEZ DE CARBALLO

75 varas Norte de LA FLOR DEL CAFE.

TELEFONO 44

::

APARTADO 190

CARTAGO, COSTA RICA

La dieta monótona de frijoles, tortillas de maíz, arroz, verdura y agua dulce, tan despectivamente difamada por políticos oportunistas y embusteros y por higienistas ignorantes y empíricos, desconectados de la vida real, es tan buena como la mejor, repetimos. Estamos en condiciones de poder suspender la importación de alimentos extranjeros, en forma absoluta y total — sean los que fueren —, sin que se perjudique el bienestar de los habitantes de la República en lo más mínimo. Nos podemos alimentar con lo que en casa producimos, gracias a Dios.

Los factores que sí le restan fuerzas y capacidad a nuestro pueblo son otros, ajenos por completo a sus problemas de nutrición. Sus enemigos, enemigos de verdad, son sólo tres: el alcoholismo, los parásitos y el paludismo. Los dos últimos, que no dependen de la voluntad humana, tienen remedio, más o menos fáciles y más o menos económicos. Con mayor o menos esfuerzo son controlables mediante campañas de higienización, mejoramiento de las habitaciones, medios profilácticos, aplicación de medicamentos, cada vez más poderosos, que la industria química pone constantemente a nuestro alcance.

En cambio, para combatir el alcoholismo no contamos pero ni con el diez de vergüenza, que es todo lo que se necesita, como dijo en forma pintoresca un distinguido médico nuestro. En Costa Rica se consumen anualmente tres millones de litros de licor estimados en aguardiente. Cifra pavorosa en verdad. Y tan tranquilo todo el mundo, gobernantes y gobernados, a pesar de que todos sabemos que el alcoholismo es la causa directa y única de todas nuestras desgracias: la degeneración racial, el crimen, la locura, la miseria, la tuberculosis, la sífilis, la desnutrición.

"Fatal Cortejo de Espantosos Maes".

Limitando a cifras razonables el consumo de alcohol como bebida desaparecerían inmediatamente y por completo, todos los problemas sociales, morales y económicos que tantas congojas y sacrificios nos cuestan. En esto todos estamos de acuerdo, gobernantes y gobernados. Pero nada hemos hecho, ni hacemos, por remediarlo. ¿Lo haremos algún día? Dios dirá.

El Centro de Estudios Farmacéuticos que inicia sus labores en esta IX Semana de la Farmacia, puede hacer, si se propone, una labor fecunda y provechosa, porque el profesional farmacéutico tiene preparación y disciplina científicas. Nos permitimos someter a la consideración de nuestros colegas este proyecto de estudio de nuestros recursos alimenticios como parte de un programa que podemos desarrollar en beneficio de Costa Rica. Hagamos un plan: repartámonos el trabajo y trabajemos, con optimismo y con entusias-

(Para a la página ocho)

La Dirección General de la Guardia Civil

A V I S A

Que a partir de esta fecha y de conformidad con lo establecido por los artículos 152 y 155 del Código de Policía, en forma terminante

Prohíbe la Quema

DE ARTICULOS DE POLVORA: COHETES, PETARDOS U OTROS OBJETOS O ARTEFACTOS SEMEJANTES

así como la elaboración, custodia, tenencia, transporte, venta o distribución de los mismos.

La Guardia Civil el Resguardo Fiscal y la Dirección General de Detectives procederán al decomiso de esos artículos y a la detención de los infractores, consignándolos a las autoridades competentes para su juzgamiento

Mayor Alfonso Monge R.,
Director General de la Guardia Civil

mo, con ciencia y con conciencia. Que no oigamos lo que dijeron los revolucionarios franceses cuan-

do guillotinaron a Lavoisier: *La República no necesita químicos.* ¡No! Nuestra Patria nos necesita.

Hagamos nuestra parte, pero hagámosla bien, para que Dios y la Patria nos lo tomen en cuenta.

COMPOSICION DE ALGUNOS ALIMENTOS USUALES EN LA AMERICA CENTRAL

Los análisis han sido efectuados por el Instituto de Nutrición de México y los Biochemical Laboratories, del Massachusetts Institute of Technology, Cambridge, Mass., bajo la dirección del Dr. Robert S. Harris y asociados.

Nombre	Calcio	Fósforo	Hierro	Cartena	Tiamina	Ribofl.	Niacin.	Ac. Ascórbico
Berro	122,0	59,0	2,40	1,040	0,070	0,130	1,040	3,2
Camote	25,9	19,2	1,58	2,040	0,092	0,029	0,483	35,0
Chayote	13,0	68,0	1,70	0,010	0,010	0,040	1,530	10,4
Raíz de Chayote	22,0	28,0	0,60	0,030	0,060	0,080	0,380	1,9
Vainicas	36,9	72,8	1,17	0,016	0,135	0,081	0,994	9,5
Maíz tierno (elote)	32,0	44,0	1,20	0,003	0,016	0,090	1,520	99,7
Apazote	260,0	39,0	5,40	1,020	0,040	0,130	0,570	3,7
Malva parviflora	188,0	111,0	11,30	8,500	0,160	0,260	1,240	14,6
Verdolaga	137,8	38,5	2,85	0,060	0,020	0,080	0,547	24,5
Itabo (flores)	47,0	73,0	0,50	0,020	0,140	0,090	0,580	11,7
Aguacate	16,0	47,0	1,03	0,180	0,070	0,100	0,800	33,3
Guayaba	30,0	29,0	0,70	1,470	0,060	0,040	1,200	89,4
Tomate	13,1	39,8	0,63	0,942	0,160	0,073	0,880	38,0
Mango común	7,9	12,5	0,56	0,283	0,046	0,031	0,416	146,6
Papaya	36,0	23,0	0,37	1,410	0,020	0,030	0,280	64,8
Piña	16,4	10,7	1,05	0,044	0,081	0,022	0,123	85,2
Matasano	8,0	19,0	0,23	0,030	0,030	0,060	1,000	15,7
Níspero (Anchras)	22,0	6,0	0,63	0,050	0,020	—	0,024	6,3
Zapote	29,2	28,1	0,74	0,175	0,007	0,010	1,913	9,2
Ajonjolí semillas	417,0	566,0	8,40	0,020	1,360	0,230	5,010	0,5
Frijoles negros	177,0	345,0	7,30	0,010	0,960	0,180	1,860	4,4
Arroz	177,0	345,0	7,30	—	0,320	0,030	2,400	—
Maíz seco	7,0	253,0	2,50	0,030	0,320	0,080	1,580	1,3
Avena (en México)	61,0	278,0	3,30	—	0,530	0,110	0,820	—
Trigo (en México)	50,0	290,0	9,20	0,010	0,440	0,100	3,680	—
Chiles dulces	195,0	281,0	6,10	0,050	0,330	0,620	13,000	24,2
Chile picante	127,0	320,0	7,80	4,500	0,560	0,440	15,200	7,1
Tiquisque	8,3	55,9	0,34	0,020	0,145	0,022	0,635	7,0
Yuca	48,2	20,2	0,78	0,006	0,054	0,024	0,491	48,2
Ayote	16,1	42,7	0,73	0,142	0,076	0,040	0,700	14,0
Berengena	13,1	39,8	0,63	0,942	0,160	0,073	0,880	38,0
Chiverre	17,7	25,6	0,49	0,545	0,108	0,098	0,850	33,7
Okra (Ñanjú)	114,8	73,6	1,25	0,006	0,098	0,060	1,550	18,6
Frijol de palo	31,7	127,0	1,51	0,064	0,330	0,149	2,340	35,6
Icaco	42,8	18,3	0,87	0,071	0,095	0,050	0,860	46,6
Jocote tronador (*)	31,4	66,7	2,68	0,006	0,034	0,015	0,356	5,6
Pejibaye	14,4	55,2	1,16	2,760	0,070	0,140	1,945	22,9
Banano	3,4	22,9	0,61	0,064	0,023	0,033	0,663	24,8
Plátano	11,9	17,1	0,59	0,619	0,043	0,027	0,630	18,5
Caimito	17,4	22,0	0,35	0,018	0,026	0,013	0,800	6,6
Anona	44,7	55,3	1,02	0,005	0,100	0,167	1,280	42,2

(*) Hojas tiernas de Jocote, analizadas en la Universidad de San Salvador por el Dr. Leopoldo Alvarez Alemán y compañeros, rindieron un contenido en ácido ascórbico de 60 a 100 miligramos x 100 gramos.

Las Selvas de Costa Rica

(Viene de la página 4)

mente en el Valle de El General. Diámetros de 24 pulgadas o más; largos buenos.

Volcbyisia hondurensis. Magnolia. Palo de Chanco. Abundante en las alturas bajas de la Selva Siempreviva de la Región Lluviosa de la tierra caliente del Atlántico. Diámetros de 16 pulgadas o más; largos buenos.

Estas dos especies son muy parecidas, pero se reconocen fácilmente cuando están en flor, por sus masas de flores amarillas. La madera de ambas es de color blanquesco a rosado, medianamente fuerte, resistente y pesada, pero no es durable. Tiene alguna demanda como madera de construcción corriente, y puede llegar a servir en el futuro como madera para enchapes.

Volcbyisia sp. Chanco Colorado. La identificación del Dr. Standley no es todavía definitiva. El árbol es abundante y constituye a veces la mayoría de las manchas de la Selva Siempreviva de la Región Lluviosa al Sur de Turrialba donde alcanza diámetros de 16 pulgadas o más. Su madera se diferencia de las especies arriba mencionadas por su color café rojizo y mayor peso y dureza. Es explotado como madera ordinaria.

Euphorbiaceae (Spurge Family)

Croton sp. Copalchí. *Croton*. El nombre específico correcto de este árbol de tamaño mediano a pequeño, todavía está indeterminado. Se encuentra esparcido en las selvas de la tierra caliente. Su madera es amarillenta, de granulación compacta y fina, es adecuada para pisos.

Hieronyma alchorneoides. Pílon (en el lado del Atlántico), Zapatero (en el Valle de El General). Este árbol es abundante en la Selva Siempreviva de la Región Lluviosa a elevaciones bajas y medianas, encontrándose a veces en manchas casi puras.

Alcanza diámetros de 48 pulgadas o más y largos de 60 pies o más. Su madera café rojizo es dura y fuerte, y es considerada como muy durable. Gravedad específica, peso y volumen secada al horno 0.76. Esta tiene la fibra un tanto encontrada y encoge mucho al secar. En forma de vigas labradas ha sido recomendada para travesaños de puentes en la Carretera Interamericana. Puede tener valor como madera de enchapes.

Hieronyma oblonga. Comenegro. Un árbol de mediano tamaño del Valle de El General, especialmente de la sección de San Isidro. Se parece a las especies arriba mencionadas, pero de dimensiones más pequeñas y de madera color chocolate opaco en vez de café rojizo. Tiene reputación de durabilidad, especialmente en lugares húmedos. Es fuerte y dura, pero tiende a encogerse al secar. Gravedad específica, volumen y peso secada al horno 0.70-0.86.

(Concluirá)