

UNO de los productos incorporados por la química a la terapéutica cotidiana es la fenolftaleína, que es utilizada por los fabricantes de específicos purgantes con una prodigalidad no ciertamente merecedora de elogio. Y en forma de bombones, de chocolates y confites, recomendados hasta para los niños de pecho, está invadido el mercado, olvidándose de que mucho más frecuentemente de lo que se supone, la fenolftaleína, según han demostrado los doctores Schliep, Holz, Blumenthal, Fuld y muchos más, constituye un serio peligro para uno de los órganos de mayor vital importancia del organismo: el riñón. Un médico berlinés observó en sí mismo una nefritis grave después de haber tomado solamente un decigramo de fenolftaleína. Y Fürbringer ha publicado recientemente el caso de una enferma que a las veinticuatro horas de haber ingerido seis decigramos de esta substancia sufrió una nefritis gravísima y trastornos cardíacos de importancia. Este trabajo, publicado en una Revista de tanta solvencia científica como la *Munchener Medizinische Wochenschrift*, ha sido confirmado por los trabajos presentados a la Academia de Medicina de París por tan eminentes profesores como Milian y Joltrain, que han encontrado en enfermas que habitualmente tomaban purgantes a base de fenolftaleína alteraciones con placas rojas, que recordaban el eritema crisofánico, y otros que padecían eczemas y urticarias a continuación de cada dosis de este producto químico.

La Naturaleza, en cambio, ha ofrecido espontáneamente con sus frutos elementos sobrados, desprovistos en absoluto de menor peligro para lograr el normal funcionamiento de nuestros intestinos. Y uno de ellos,

la naranja, que goza de insuperables cualidades alimenticias e higiénicas

Para hacer el elogio de la naranja invitamos al lector a que lea un interesantísimo librito de nuestro gran Marañón, del que hoy vamos a transcribir algunos párrafos:

«Sólo el huevo, también esfera imperfecta—dice el doctor Marañón—puede compararse a la naranja en eficacia nutritiva y en salutíferas virtudes. Casi con huevos y naranjas podría vivir un hombre sano y trabajador. En el breve volumen de un huevo se contienen unas 100 calorías, proporcionadas por las albúminas y la grasa. Una naranja de 150 gramos puede engendrar 75 calorías, propina imprevista, escondida en el regalo incomparable de su sabor y de su frescura. Con un pequeño suplemento de aceite, pan y vino podría lograrse, en suma, una ración suficiente para llegar al límite de las 2.500 calorías que son precisas para vivir y para trabajar sin demasiado exceso. La monotonía de esta dieta se compensaría con las ventajas del ahorro, de la condimentación y con la simplificación en el tiempo y en el ceremonial de las comidas.

Pero, además, esta fruta, a la que anuncia la flor más delicada de cuantas existen, contiene en su seno rosado considerable proporción de las misteriosas e imponderables vitaminas que comunican al organismo virtudes físicas y funcionales insospechadas. Faltan todavía estudios definitivos del poder vitamínico de la naranja, sobre todo de la naranja española, cuyas numerosas variedades exigen investigaciones muy particulares en éste y en otros aspectos, como luego vamos a ver. Pero desde luego sabemos por los trabajos de numerosos profesores que la naranja ocupa entre todas las frutas el segundo lugar por su contenido en vitami-

nas B. Sólo el tomate la supera, y la sigue el limón. Esta vitamina B ejerce beneficios incontables sobre la fisiología, protege la nutrición de los nervios, excita el apetito y las secreciones digestivas, regula las oscilaciones generales y el aprovechamiento de los alimentos, principalmente de los hidrocarbónados y grasa, etc., etc.

Pero además de la vitamina B, contiene la naranja, en proporciones crecidas, la vitamina C, llamada antiescorbútica, porque si falta en la alimentación, acaece el síndrome escorbútico, bien conocido en sus formas escandalosas, aunque ignorados en sus formas leves, que son frequentísimas en los niños. Estas proporciones vitamínicas, indispensables para el buen crecimiento y el buen equilibrio nutritivo, multiplican la eficacia puramente alimenticia y energética de la naranja. Puede decirse por ello que los niños que toman bastantes naranjas no tienen para qué tomar los tónicos pomposos que recetamos los médicos. Ninguno supera en esta edad a la fruta, que excluye la necesidad de otras ayudas farmacológicas. Si es cierto que donde entra el sol no entra el médico, no lo es menos que donde entra la fruta en abundancia no deben entrar las medicinas.

La naranja no es, repitámoslo, un postre banal que se come cuando se está ahito de todo lo demás, y que de paso proporciona a muchos de nuestros compatriotas el modo de vivir, y a algunos el de enriquecerse.

Es, por el contrario, un elemento fundamental de la nutrición de los niños; uno de los elementos más importantes también en la conservación del equilibrio de los organismos ya formados; ayuda en el tratamiento de muchas enfermedades; remedio casi insustituible en otras, y en ningún caso perjudicial, como, en cambio, lo son la mayoría de los otros alimentos.»

Hasta aquí lo que dice Marañón, y nosotros vamos a añadir que a todas estas buenas cualidades une la naranja la de regular el funcionamiento intestinal, de modo que utilizándola en forma de zumo, como vehículo principal de otros zumos de frutas de mayor fuerza laxante, se ha logrado obtener prácticamente un laxante de gran eficacia, de sabor insuperable y de ningún peligro, que se llama Neo-Laxatif Chapotot, y que hemos visto laborar en el Laboratorio E. Boizot, de Madrid, uno de los mejores de Europa.

Para que el amable lector pueda saborear por sí mismo las excelentes cualidades organolépticas del Neo-Laxatif, le invitamos a que remita a dicho Laboratorio el cupón que figura en el anuncio de este laxante, inserto en la página 31 de este número de SALUD.

DOCTOR GARCIA TORRE

«Floreal», el bellissimo cuadro de Pinazo, magnífico muestrario de frutas y mujeres valencianas, que se conserva en el Museo de Arte Moderno

