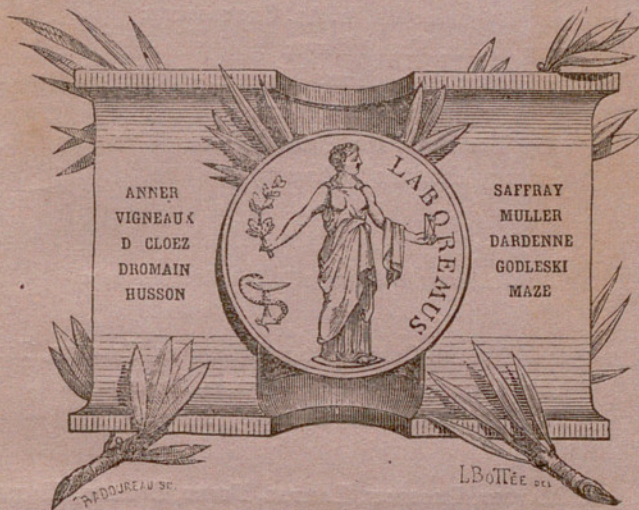


BIBLIOTECA DE HIGIENE PRÁCTICA.

# HIGIENE Y EDUCACION

DE LA  
PRIMERA INFANCIA.

PUBLICADA POR LA SOCIEDAD FRANCESA DE HIGIENE.



ANNE  
VIGNEAUX  
D. CLOEZ  
DROMAIN  
HUSSON

SAFFRAY  
MULLER  
DARDENNE  
GODLESKI  
MAZE

REDACTADA POR UNA COMISION DE LA MISMA,  
COMPUESTA DE LOS SRES. R. BLACHE, LADREIT DE LA CHAR-  
RIÈRE, MÉNIÈRE (D'ANGERS) Y TRADUCIDA POR EL

**DR. MANUEL PIZARRO,**

MIEMBRO DE LA ESPRESADA SOCIEDAD.



SEVILLA.

TIPOGRAFÍA DE CÁRLOS M. SANTIGOSA, CONSTITUCION 7.

1879.

JUNTA DIRECTIVA DE LA SOCIEDAD FRANCESA DE HIGIENE.

1879.

Presidente de honor: S. M. D. PEDRO II, Emperador del Brasil;  
Presidente honorario: EL SR. AL. CHEVALLIER;  
Presidente: EL SR. MARIÉ DAVY;  
Vice-Presidentes: LOS SRES. MOUTARD-MARTIN, DURAND-FARDEL, BONNAFONT, MULLER;  
Secretarios: LOS SRES. DE PIETRA SANTA, SAFFRAY, FOLTRAIT, MÉNIÈRE (d'Angers).

*Miembros del Consejo de Administracion:*

LOS SRES. DURAND-CLAYE, PÉAN, LIMOUSIN, PASSANT, TOLLET, CALVO, MALLEZ, BROCHARD, LADREIT DE LACHARRIÈRE, DOMERC, (*Paris.*)

SRES. MAURIN, LECADRE, RAMPAL, NIVET, EVRARD, HOUZÉ, DEL'AULNOIT, LEVIEUX, G'TRAPENARD, FARINA, TOURASSE (*Provincia.*)

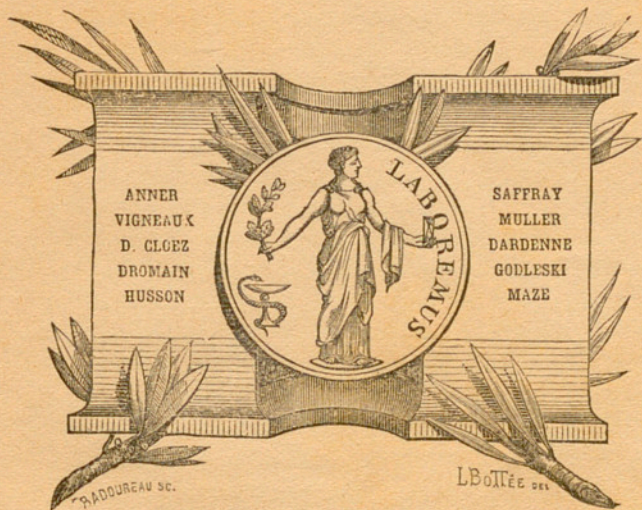
Tesoreros: LOS SRES. TRÉHYOU Y LEMAIRE.

# HIGIENE Y EDUCACION

DE LA

PRIMERA INFANCIA.

PUBLICADA POR LA SOCIEDAD FRANCESA DE HIGIENE.



REDACTADA POR UNA COMISION DE LA MISMA,  
COMPUESTA DE LOS SRES. R. BLACHE, LADREIT DE LA CHAR-  
RIERE, MÈNIÈRE (D'ANGERS) Y TRADUCIDA POR EL

**DR. MANUEL PIZARRO,**

MIEMBRO DE LA ESPRESADA SOCIEDAD.



SEVILLA.

TIPOGRAFÍA DE CÁRLOS M. SANTIGOSA, CONSTITUCION 7.  
1879.



R. 11643



INSTITUIDA la Sociedad Francesa de Higiene con nobles y levantados propósitos por la fecunda iniciativa de algunos hombres eminentes, muy pronto se ha visto rodeada de las celebridades científicas de Paris, hallando rápida y universal acogida su humanitario pensamiento en los que se interesan, tanto en Europa como en América, por la prosperidad física y moral de nuestra especie. Hoy se eleva á más de seiscientos el número de sus miembros en el breve transcurso de su existencia que solo data de Mayo de 1877. En este período se ha consagrado con febril actividad muy provechosa, á la investigacion de las causas de insalubridad que asedian la vida humana, ha impulsado la afición á este género de estudios, difundíéndolos en publicaciones concisas y claras, accesibles á todos los grados de cultura, ha establecido conferencias públicas y cursos populares de Higiene en varios distritos de la capital vecina, con el fin de generalizar los conocimientos profilácticos, y han tomado parte en ellos médicos tan distinguidos, como Brochard, Matelin, Saffray y Ménière, que han expuesto ánte un público atento y numeroso las ideas más convenientes para saber dirigir la alimentacion, atender á los primeros accidentes, evitar ó atenuar las consecuencias de las profesiones peligrosas y otras materias de no menor interés como la explicacion sucinta de las funciones del organismo, las condiciones más favorables de nuestra morada; recibiendo plácemes y felicitaciones de autoridades y de particulares por su desvelo en beneficio de todas las clases sociales.

El primer concurso de premios convocado por esta Sociedad en Marzo de 1878 tenia por objeto dilucidar

la importante cuestion de la educacion de la primera infancia y un hecho raro en la historia de las Academias, que demuestra lo acertado de la eleccion, el número de memorias presentadas excedió en tanto grado de los límites ordinarios que fué preciso aumentar el de los premios anunciados, para proceder equitativamente, dado el mérito singular de los trabajos ofrecidos al certámen.

Una comision presidida por el Dr. Moutard-Martin, de la Academia de Medicina, y compuesta de los señores Bacchi, Blache, Dal Piaz, Domere, Dupouy, Dusseris, E. Gibert, R. P. Houlès, Ladreit de Lacharrière, Landur, Le Coin, Luys, Mattei, Ménière (d'Angers), Moreau, Passant, de Pietra Santa, R. Perrin, H. Roger, Verrier (de Villers), despues de haber examinado las cincuenta y tres memorias presentadas á concurso, ha recompensado las diez que llenaban mejor las condiciones del programa.

Deseosa la Corporacion de utilizar los preciosos materiales de estas notables memorias ha confiado á los Sres. R. Blache, Ladreit de Lacharrière y Ménière (d'Angers) el cuidado de redactar el presente escrito que de este modo viene á ser una produccion de la Sociedad Francesa de Higiene.

Laureados en el Concurso (Agosto 1878).

*Medalla de oro:* El Dr. G. ANNER (De Brest).

*Medallas de plata:* 1.<sup>a</sup> El Dr. SAFFRAY (de Paris). 2.<sup>a</sup> El Dr. A.-B. VIGNEAUX (de Bazas). 3.<sup>a</sup> el Dr. MULLER (d'Altkirch).

*Medallas de bronce, ex æquo:* El Dr. DAMASO CLOEZ (en Sâclin, Norte).—El Dr. L. DARDENNE (en Lacapelle-Marival, Lot.) El Dr. J.-E. DROMAIN (Paris).—El Dr. GODLESKI (Neuilly, Sena).—El Sr. HUSSON, farmacéutico en Toul (Meurthe y Moselle).—El Dr. G. MAZE, (El Havre, Sena inferior).

## HIGIENE Y EDUCACION

DE LA

### PRIMERA INFANCIA.

Los niños son el porvenir de la Sociedad y de la pátria, se debe, por tanto, considerar el modo de criarlos como una cuestion vital de la mayor importancia, de la que cada cual ha de preocuparse, y cuyas soluciones tienen los médicos y los higienistas el deber de vulgarizar y difundir todo cuanto les sea posible.

Por más que la ternura de una madre, unida á cierta intuicion haga con frecuencia prodigios al lado de una cuna, sucede á menudo que á pesar de la afeccion y la solicitud de que solo la mujer es capaz para su hijo, se encuentra á veces indecisa ó dominada por una penosa incertidumbre, sobre la línea de conducta que debe guardar con respecto á su recién nacido.

Al lado de esta ignorancia de los principios de la Higiene infantil, vemos levantarse las antiguas preocupaciones que bajo pretexto de experiencia se perpetúan de madres á hijas en ciertas clases

y no exageramos al decir que estas llagas sociales no han sido menos mortíferas para los niños que las enfermedades peculiares á su edad.

Vamos á esforzarnos por redactar en este libro, bajo la forma más breve y no obstante la más precisa, los preceptos de Higiene para la educacion de la primera infancia.

---

## CAPÍTULO I.

### Consejos à la madre antes de nacer el niño.

Con el embarazo empieza para la madre, una vida nueva, cuyos deberes ha de aprender como tambien presentir sus alegrías. Conviene que en tal estado ella se alimente tan bien como su posicion se lo permita, pero adoptando un régimen que pueda continuarlo durante todo el período de la lactancia. Los manjares mas caros estan lejos de ser los mejores. Por sencilla que sea una alimentacion bastará con tal de que se tenga cuidado de variarla un poco. Es preciso sobre todo, evitar los escitantes de todas clases, especias, café, licores y no tomar sino muy poco vino, sidra, cerveza, ú otra bebida alcohólica. Una alimentacion variada en la cual la carne y las legumbres tengan una proporcion conveniente; tales son los elementos de un régimen fortificante y sustancial en una mujer que hace un ejercicio regular y al aire libre.

Los vestidos de la que se halla embarazada no deben molestar ni por su peso, ni por una compresion peligrosa; es preciso que los pechos, el vientre, las caderas esten libres de sujecciones incómodas para asegurar un dichoso éxito á la crisis que prepara lentamente la naturaleza.

Al mismo tiempo que evite ella todos los ejercicios violentos se guardará de subir sobre una silla ó una escalera y aun mas de saltar de ellas, de levantar ó llevar pesos escesivos. El temor, la cólera y las emociones

§ 1.—LACTANCIA EXCLUSIVAMENTE EN EL SENO DE LA MADRE.

Establezcamos, desde luego, como principio fundamental que *la lactancia materna exclusiva* constituye el mejor método para criar un niño, que es el único verdaderamente bueno, el solo verdadero y seguramente provechoso al niño. La madre debe criar su hijo, la naturaleza y la razón se lo mandan. La leche materna es para el niño de pecho el mejor de los alimentos que puede tomar; ningún otro podría compararse con él. En principio no vale jamás el pecho de la nodriza más recomendable lo que vale el de la madre. Por otra parte si la lactancia materna es la única realmente provechosa al niño, no lo es ménos á la madre bajo el punto de vista de su propia salud. El embarazo, el parto, la crianza deben ser considerados como anillos de una misma cadena que la madre no puede romper sin perjudicarse á sí misma. La experiencia diaria confirmada por todos los médicos demuestra, en efecto, que la mujer que no cria se halla expuesta á una série de ligeros accidentes y aún con frecuencia á trastornos y enfermedades graves. No decimos por esto que se liberte constantemente de tales accidentes la que dá de mamar á su hijo, por más que es incontestable que las probabilidades de pronto restablecimiento y más adelante de conservación de su salud están á favor de la madre que es nodriza de su propio hijo.—Indudablemente, convenimos en ello, la lactancia es una función seria, algunas veces penosa, y siempre llena de sujeciones, más á la vez que tiene sus penas y sus pensiones la madre al criar experimenta sus goces y sus compensaciones. En el seno de la madre es donde se forman los más hermosos niños. En el momento del nacimiento del nuevo sér todo

se encuentra en la madre maravillosamente dispuesto para favorecer su aptitud en el cumplimiento de las importantes funciones de nodriza. En los primeros días que siguen al parto la leche segregada por las mamas, que sustituye al calostro, es clara y poco abundante, conserva aún las cualidades especiales de aquella primera secreción, cuya utilidad es indudable para ayudar al recién nacido á evacuar su *meconio* ó primera materia fecal. Se evita, de este modo, el uso innecesario y más á menudo dañoso del jarabe de achicorias, de flores de melocoton ó el de otros que las matronas se creen en la obligación de administrar á los niños.—Hasta que pasan ocho ó diez días no aparece la verdadera leche. Hay, pues, una gradación en el valor nutritivo de la leche y en su cantidad que es admirablemente apropiada al estado de los órganos.

Por más que preconicemos la crianza materna, no entendemos, sin embargo, que ha de declararse obligatoria. Léjos de nosotros tal pensamiento, pero estimamos que á no ser por la falta de leche ó por un estado de salud anterior incompatible con la lactancia, la mujer no debe renunciar á esta función, sino cuando exista una razón mayor, un motivo mas poderoso confirmado por el médico. Fuera de ciertas condiciones sociales de la madre que se oponen en absoluto á que ella crie, lo que ha de exigirse de ella es una *gran* dosis de *buená voluntad* aún todavía mas que una apariencia de fuerza exterior ó de salud robusta.

Que el niño sea alimentado por su madre ó por una extraña, deben llenarse ciertas condiciones para que la lactancia directamente en el pecho produzca buen resultado. Establezcamos, en su virtud, las principales reglas de higiene concernientes á la crianza por el pecho de la mujer.

I. Presentar el niño al seno de su madre dos ó tres

horas despues del alumbramiento y si hay por necesidad que esperar á la nodriza no darle más que la cantidad más pequeña posible de agua azucarada, con la cuchara.

II. Si el niño no puede mamar, es preciso asegurarse del estado de su lengua; y con respecto á este particular debemos decir que impera una preocupacion bastante general que consiste en decir que el niño tiene *frenillo*. El hecho puede ser verdadero y un golpe de tígera dado por el médico restablece muy pronto las cosas en su estado normal; mas en realidad este ligero vicio de conformacion es mucho más raro de lo que piensan las matronas.

III. La posicion mas cómoda para dar el pecho es sentada la mujer con el dorso bien sostenido; pero en los primeros días siguientes al parto, la madre que cria debe contentarse con ponerse sobre un lado con cierta precaucion para dar de mamar.

IV. La regularidad en el modo y las ocasiones en que el niño ha de tomar el pecho es uno de los puntos esenciales en la cuestion de lactancia por lo que importa desde el principio determinar el momento y la duracion de su alimentacion. Un reciennacido no debe mamar sino CADA DOS HORAS durante el dia y solo cada tres ó cuatro horas en la noche, lo que suma ocho ó diez *tetas* en las veinte y cuatro horas. La duracion de cada lactacion no debe pasar de diez á doce minutos. Una buena precaucion que puede adoptarse para evitar las grietas es enjugar con cuidado la extremidad del pezon por medio de un lienzo de hilo, limpio y fino, inmediatamente despues de haber dado el pecho.

V. Es ventajoso tanto para comodidad del niño como de la madre que lo cria, acostumbrarlo desde temprano á mamar poco de noche. Cuando el niño ha

cumplido seis semanas ó á lo más dos meses debe intentarse establecer este hábito, probando á darle una buena *teta* á las diez de la noche ó poco ántes para no acercarlo al pecho de nuevo hasta las seis de la mañana siguiente.

VI. Hasta que aparece el primer diente ó sea entre el sexto y séptimo mes no puede empezarse á usar otro alimento distinto de la leche porque hasta este momento no está el estómago del niño suficientemente preparado para permitir que se le dé *una sopita*. Las papillas con arrow-root, sagou, tapioca, *biscotte* (a), harina de avena y con preferencia la de *harina de trigo* levemente tostado ó desecado en el horno, pueden darse una vez al dia juntamente con la leche de la madre ó de la nodriza. Mas lo mejor es principiar por la simple panetela hecha con agua y pan ligeramente tostado que se hace cocer mucho tiempo á un fuego lento con un poco de azúcar y de sal, haciéndola pasar en seguida por un tamiz grueso. Es preciso tener cuidado de dar estas ligeras panetelas primero en muy pequeña cantidad y todos los dias á la misma hora, dejando trascurrir para ello dos horas despues de haber el niño mamado y guardándose bien de ponerlo al pecho en seguida de haber tomado la panetela con el pretexto de darle de beber. Es preferible, para calmar su sed, darle un poco de agua pura ó azucarada y tambien una pequeña porcion de agua teñida con vino. Al cabo de algunos dias, si esta panetela ha sido bien aceptada se empiezan á dar las papillas y aún las sopas ligeras, desde luego con caldo muy desengrasado, ó mejor con caldo de pollo asociado á la tapioca ó á otras sustancias feculentas.

---

(a) La *biscotte* es un intermedio entre el pan fino y la galleta. Se fabrica con harina fina, de pasta ligera y moderadamente tostada. Es una especie de pan blanco de corteza tostada.

Ciertos niños no aceptan las sopas de leche y toman con mas gusto el caldo: de todos modos una sopa por dia es muy suficiente y solo á los nueve ó diez meses se darán dos sopas cada dia.

Es prudente abstenerse de diversas composiciones que el comercio recomienda para sustituir la leche y sobre todo el caldo.

Es un grave error alimentar demasiado pronto los niños. Nada se gana con querer forzar la naturaleza. Hacia el octavo ó décimo mes se pueden dar huevos frescos poco cocidos, ya sea escalfados (pasados por agua), ya diluidos en una panetela ó en un caldo con tapioca y se llega así gradualmente al momento del destete del que hablaremos mas adelante.

## § II.—LACTANCIA UNICAMENTE EN EL PECHO DE UNA NODRIZA.

Si no puede darse al niño la leche materna se tratará de sustituirla por la de una estraña en las mejores condiciones posibles.

Así como hemos demostrado que hay la necesidad de oír siempre el parecer del médico para decidir la cuestión tan grave de la posibilidad ó imposibilidad de la lactancia materna, es indispensable, por la misma causa, que el médico tambien intervenga en la elección de la nodriza. Esta elección no es en ningun concepto cosa fácil y la demasiada precipitacion en resolverla puede conducir á resultados desastrosos.

La crianza por una nodriza puede hacerse dentro de casa (nodriza en domicilio) á la vista de la madre, lo cual es siempre preferible cuando puede realizarse, ó en otro caso en la habitacion del ama, lejos de toda vigilancia, por mas que sea en el campo, lo que constituye una circunstancia atenuante.

Establezcamos, desde luego, las condiciones que debe llenar una buena nodriza: 1.<sup>a</sup> Tener de 20 á 32 años de edad, 2.<sup>a</sup> Estar parida lo menos de dos meses y de seis á ocho lo mas. 3.<sup>a</sup> No presentar ninguna mancha ó cicatriz en el cuello, debajo del brazo, en la cabeza, ni en los dedos cerca de las uñas. 4.<sup>a</sup> Tener los pechos bien conformados, sin cicatriz y los pezones suficientemente desarrollados, mas bien grandes que pequeños. 5.<sup>a</sup> Tener las encías sonrosadas, los dientes sanos, bien dispuestos y bien colocados. 6.<sup>a</sup> Tener los hombros anchos, el sistema muscular desarrollado. 7.<sup>a</sup> No tener sus reglas. 8.<sup>a</sup> No estar embarazada. 9.<sup>a</sup> Tener un caracter igual, costumbres irreprochables, y una fisonomia franca y agradable. 10.<sup>a</sup> Haber ya criado dos ó tres veces ó á lo menos tener hábito de manejar niños. 11.<sup>a</sup> Ser extremadamente limpia en su persona y con su niño. 12.<sup>a</sup> Probar *de visu*, esto es, presentandolo, el estado de salud floreciente de su propio hijo.

No hay necesidad de añadir que la mayor parte de estas condiciones son indispensables en la misma madre que quiere criar su hijo.

Si se tiene la nodriza en casa, es preciso en cuanto sea posible darle el mismo alimento que ella tiene costumbre de tomar: su régimen debe ser misto, es decir compuesto de carne y de vegetales; debe beber el agua ligeramente mezclada con vino porque el uso excesivo de este último líquido y principalmente del alcohol puede producir convulsiones en el niño.

La alimentacion debe dirigirse de tal modo que las evacuaciones sean regulares y fáciles. La mujer que cria mantiene su niño á expensas de su propia sustancia, necesita por tanto recuperar lo que pierde. Tambien le conviene un género de vida bien regularizado, sin fatiga excesiva, ni vigilia prolongada. Es, en fin, prudente evitar las emociones demasiado vivas, cuyo

efecto ejerce una accion funesta sobre la salud del niño.

La nodriza debe seguir con su cria las mismas reglas dictadas anteriormente para la crianza por la madre, dejando un intervalo de dos horas entre cada acto de lactancia y guardandose mucho de poner en la boca del niño chupadores de corcho, de esponja ó *de pasta de almendras en un lienzo*, llamados vulgarmente *muñequillas*, para calmar sus gritos ó su hambre. Debe, tambien, persuadirse de que nada se gana con querer nutrir demasiado pronto los niños; todos los médicos estan de acuerdo en recomendar que nunca se dé ni papilla, ni panetela durante los cinco ó seis meses primeros. Las sustancias feculentas, ni los caldos tienen de ningun modo virtud alguna para disminuir los dolores de vientre en niños tan pequeños; por otra parte los vómitos y la diarrea verde, estos dos síntomas tan frecuentes de las enfermedades de la primera infancia, no reconocen otra causa mas que la alimentacion prematura ó el exceso de alimento. No se trata de dar mucho de beber y de comer á su niño, esta manera de proceder dá resultados completamente opuestos á los que se quieren conseguir. En su impaciencia por dar mas fuerzas al niño, y hacer mas rápido su crecimiento y que se ponga mas hermoso, el ama le obliga á comer sin que tenga dientes; le presenta alimentos que su tubo intestinal no puede digerir y en vez de prosperar el niño enferma y se desmejora.

§ III.—LACTANCIA CON BIBERON SOLO, LLAMADA LACTANCIA ARTIFICIAL.

La lactancia artificial por medio del biberon demanda, si ha de tener exito feliz, mucha paciencia y numerosas precauciones. Hay circunstancias en que este

modo de criar el niño es una necesidad que se impone de una manera absoluta; solo una madre es capaz de encontrar en su abnegacion la perseverancia necesaria para alcanzar buen resultado en esta tarea tan delicada y tan llena de dificultades casi insuperables. A pesar de tener una voluntad firme y aun contando con el concurso de circunstancias las mas favorables, muchas veces por desgracia, la lactancia artificial no llega á feliz término. Si con todo este método dá mejores resultados en el campo que en la ciudad esto no depende solo de la constitucion mas robusta de los sujetos, de la actividad mas grande de las funciones respiratorias al aire libre, sino mas especialmente de la cualidad de la leche de vaca que se emplea de preferencia para la lactancia artificial y que se encuentra por todas partes con leve diferencia á precio moderado. Se puede hacer uso de la leche de burra, ó de cabra, pero la experiencia ha demostrado que de todos los animales la vaca es la que suministra una leche que por su composicion se acerca mas á la de la muger. En efecto, para una proporeion igual de los elementos constitutivos de la leche (caseina y manteca) la de vaca contiene menos agua y menos azucar de leche. Viene pues á ser una especie de leche de muger mas concentrada y menos azucarada. No debemos dejar de añadir que la leche de vaca utilizada con este objeto debe provenir, en cuanto pueda conseguirse, de la misma vaca y darse al niño en toda su frescura. Si en la ciudad no pueden, siempre, realizarse tales condiciones, lo esencial es acercarse á ellas del mejor modo posible. Proponerse criar un niño unicamente con biberon en Paris es destinarlo á una muerte casi cierta y como escribia un médico en un movimiento de generosa indignacion: «Tolerar el biberon en Paris es absolver el infanticidio.»

Durante los calores del estío habrá necesidad de hervir la leche para impedir que se agrie, en cualquiera otra circunstancia la leche no debe haber hervido, basta con calentarla un poco en el baño Maria.

La leche se administra con ayuda del biberon, de un vaso ancho (á la timbale) ó de la cuchara: estos dos últimos métodos son los mas desfavorables. La proporcion de agua que se añade á la leche debe disminuir á medida que el niño adelanta en edad. Durante las tres ó cuatro primeras semanas se dará la leche sin privarla de la crema con dos terceras partes de agua. Los dos meses siguientes (2.º y 3.º) la leche y el agua estarán en proporciones iguales. Desde el cuarto mes no se añade á la leche mas que una cuarta parte de agua. En fin al acercarse el 6.º mes se empieza á dar la leche casi pura, ó completamente pura del todo.

El dia del niño de pecho es de 12 horas. Empieza á las 7 ó las 8 de la mañana, segun la estacion. Se le dará el biberon cada dos horas. La mezcla del agua con la leche debe efectuarse en el momento que se vaya á dar al niño. Se añade un poco de azucar y mejor de azúcar de leche. Este líquido debe estar tibio y la madre se cerciorará de esta circunstancia aspirando ó tragando el primer sorbo de leche. Se prepara vertiendo leche fresca en un poco de agua caliente azucarada hasta que la temperatura sea sensiblemente igual á la que tiene la leche de la madre, que es por término medio de 37 grados.

#### BIBERÓN.

Para presentar la leche al niño se emplea generalmente un aparato llamado biberon, encontrándose una gran variedad de ellos en el comercio. De todos los biberones el mejor ó para hablar con mas exactitud, el

menos malo, es sin duda el mas sencillo y el que se puede tener limpio con mas facilidad. Es preciso rechazar de un modo absoluto todos aquellos en cuya composicion entra el caoutchouc aunque sea en una proporcion muy pequeña é insignificante. Los sistemas de cabos ó tubos en caoutchouc presentan serios inconvenientes.

1.º Exponen al niño á sufrir graves incomodidades por la accion de los elementos que entran en la composicion de ciertos caoutchouc vulcanizados.

2.º Son muy dificiles de limpiar, lo que constituye un accidente de gran importancia porque la falta de limpieza hace que la leche contenida en el biberon se agrie facilmente.

3.º Relajan la vigilancia de la madre, pues le permiten colocar el biberon en la cuna al lado del niño, el cual se pasa entonces su dia mamando y aun con frecuencia con el biberon vacio.

Si el niño no toma en una comida el contenido del biberon, es preciso tirar lo que deja y á la comida siguiente volver á llenarlo con nuevo líquido. Es preciso que la madre sostenga el biberon y que ponga en esta operacion el mismo cuidado que si diera el pecho á su hijo.

Asi que el biberon haya servido se desarmarán todas sus piezas y despues de habérlas cuidadosamente lavado con un cepillo, exclusivamente destinado á este objeto, se les mantendrá metidas en agua pura, renovada con frecuencia.

La madre podrá aumentar la proporcion de leche y disminuir la de agua, cuando durante muchos dias seguidos el niño consuma el contenido del biberon hasta la última gota. Hacia el sexto mes se puede dar la leche casi pura á razon de 800 á mil gramos por dia. Siendo la leche de cabra mas nutritiva y mas tónica

que la de vaca exige para ser facilmente tolerada la adiccion de alguna mayor cantidad de agua.

Dejemos tambien consignada la dificultad de proporcionar acertadamente las cualidades nutritivas de la leche á la edad del niño; la diferente temperatura del líquido en los diversos momentos de una comida por mas cuidados que se empleen para evitarlo; y en fin los esfuerzos desiguales que el niño se ve precisado á ejecutar para conseguir que el líquido suba á sus labios; añadamos, por último, que es bien difícil de tener la seguridad, de que la leche no ha sido falsificada.

#### § IV.—LACTANCIA MIXTA POR EL PECHO Y EL BIBERON.

Este modo de lactancia comprende la leche de la madre ó de la nodriza administrada á la vez que el biberon.

Este método muy extendido, por multiples causas que indicaremos mas adelante, puede dar excelentes resultados, cuando se emplea equitativamente y con inteligencia, es decir; cuando se alterna en proporciones iguales el uso de la leche de muger con la de vaca.

Cuando hay necesidad de recurrir á la lactancia mixta, se debe comenar lo mas pronto posible, porque de otro modo el niño habituado al pecho, tomaria dificilmente el biberon.

Las mugeres cuya salud es débil ó delicada, tienen á veces poca leche para conducir á buen término la crianza de su hijo, otras tienen los pezones mal conformados, lo que cansa y fatiga al nuevo sér y no tardaría en perder el apetito, si el biberon no viniese en su auxilio.

Hay, en fin, ciertas condiciones sociales en que la

madre, obligada por su trabajo, á estar todo el dia fuera de su casa se vé en la precision de hacer que durante su ausencia se dé el biberon á su niño. Aunque las mugeres que trabajan en fábricas ó talleres se dirijan de preferencia á los *astilos* (*crèches*) esos preciosos establecimientos de Caridad, en los cuales mediante una débil retribucion puede la madre con toda tranquilidad depositar su niño que es alimentado de buena leche durante su ausencia y al cual puede ella si tiene momento disponible venir á buscarlo durante el dia para darle el pecho.

Para ciertos niños voraces á los cuales no basta el pecho de una nodriza regular será muy ventajosa la asociacion del biberon por mañana y tarde. Pero si con pretexto de lactancia mixta, no se pone el niño al pecho de la madre mas que por fórmula (porque en él no encuentra nada ó casi nada) y si inmediatamente despues de esta aparente *teta* se vé obligada á darle un biberon entero, en este caso son de temer las consecuencias de este modo de alimentacion que trae consigo los mismos peligros que el uso exclusivo del biberon. En resúmen, en la lactancia mixta, el biberon no debe ser mas que un auxiliar del seno materno y sino puede alternar con el biberon la lactancia al pecho de un modo regular, que sería el mejor método, se procederá en forma tal, que el número de veces que se dé el pecho no sea inferior al de las que se emplee el biberon segun las instrucciones consignadas en el capítulo precedente.

§ V.—LACTANCIA POR LA HEMBRA DE UN ANIMAL (CABRA).

Hay un género de lactancia que cuenta numerosos

partidarios, tal es la lactacion directa por la cabra que es de todas las hembras de los animales mamíferos la que mejor se presta á esta funcion.

El precio, relativamente módico, que tiene esta manera de criar el niño no es la sola ventaja que presenta dicho método, sino tambien la necesidad que existe en ciertos casos de administrar á un niño enfermo sustancias medicamentosas destinadas á modificar un estado enfermizo constitucional que la hacen, á veces, indispensable.

Si es casi imposible tener una cabra de leche en el centro de las grandes ciudades, no es lo mismo en el campo, ó aún en los alrededores del recinto urbano. En el caso de que este método de lactancia sea aceptado por el médico de la familia, recomendamos observar las mismas reglas para regularizar las ocasiones en que ha de mamar el niño. Cada dos horas con leve diferencia se lleva la cabra á la habitacion del niño y se le acuesta sobre un tapiz ó alfombra blanda y despues se le coloca sobre su almohadita á lo largo del vientre de la cabra, metiéndole el pezon en la boca.

Es imprescindible la más esquisita limpieza y por esta causa se lavará el pezon de la cabra con agua templada cada vez que haya el niño de mamar. Desde el momento en que este ha tomado la cantidad de leche que necesita se lleva de nuevo la cabra á su establo ó bien se la saca á pacer yerba en pequeña cantidad. Esta nodriza tiene necesidad de una alimentacion apropiada y debe tomar el aire todos los dias.

La Sociedad del Jardin de Aclimatacion de Paris se ha ocupado en determinar qué especies de cabras dan mas leche y son mas á propósito para alimentar los niños, habiendo puesto en evidencia las buenas cualidades de la cabra de Mont-Dore. Ha introducido tambien un gran número de cabras del Alto Egipto, que á pesar

de no tener buena apariencia dan mucha leche y de muy buena calidad. Una de las últimas especies que se han traído es la cabra de Toggenburg (Suiza). Cada año la Administracion de dicho Jardin de Aclimatacion hace traer un gran número de ellas que vende ordinariamente de sesenta á cien francos.

Las cualidades de la leche de cabra se modifican indudablemente por la alimentacion que se les dá. En general deben proscribirse las raices que le dan un gusto acre. La zanahoria es sin embargo un alimento excelente que asociada á la alfalfa y á las tortas de maiz debe constituir el fondo de la alimentacion de las cabras de leche. El alimento verde y fresco debe ser bien escojido y empleado juiciosamente para no alterar las cualidades de la leche.

### CAPÍTULO III.

#### Comprobacion de la salud de los niños.—Pesadas.

Los signos principales de una buena salud en el niño son los siguientes: Carnes firmes, piel colorada, sueño tranquilo, apetito constante, vivacidad en los movimientos, brillo en la mirada, orinas abundantes, claras, casi sin olor, deposiciones bien trabadas, de color amarillo, parecido á huevos revueltos poco cocidos, sin grumos, sin viscosidades y sin mal olor. Pero el mejor modo de darse razon de la salud de los niños

es hacer uso de pesadas sucesivas y regulares, porque la vista puede ocasionar ilusion, y las apariencias de salud ser engañosas; el niño no habla, pero la balanza habla y ella dirá si el nuevo ser aprovecha, queda estacionario, ó se desmejora.

A pesar de la preocupacion absurda que atribuye á la pesada una influencia funesta nosotros recomendamos á las madres que usen de este procedimiento muy sencillo para comprobar el crecimiento de su hijo.

Hé aquí los datos que han de servir de guía.

El peso medio de un niño acabado de nacer es de tres kilog. 500. Durante los tres ó cuatro primeros dias el recién nacido pierde de su peso inicial, luego á los siete dias vuelve á tener el peso que se comprobó á su nacimiento. Hasta los cinco meses aumenta de 15 á 35 gramos por dia. En este momento el peso inicial debe haberse duplicado.

Desde dicha edad en adelante no aumenta por término medio más que de 10 á 15 gramos por dia. A los 16 ó 18 meses el peso del niño es doble de lo que era á los cinco.

En el caso en que la pesada presentára una diferencia muy grande de las cifras medias, será prudente consultar el médico.

Estas pesadas deben practicarse cada ocho dias durante los cinco primeros meses, despues cada quince dias y al fin todos los meses. No es necesario tener un aparato especial; se pesa con lo que se tiene á mano; una balanza comun de tiendas de abaceria, por ejemplo. Sobre un platillo se pone una cesta ó una tablita donde reposará el niño fajado, despues de pesado se cambian las mantillas y se pesan estos vestidos en la misma cesta ó tablilla y deduciendo la diferencia de ambas pesadas se tiene el peso exacto del cuerpo.

De este modo es como puede la madre con ayuda de la balanza asegurarse de que una nodriza tiene leche suficiente para que su niño llegue á prosperar. Durante los cinco primeros días la cantidad de leche ingerida por el niño cada vez que toma el pecho aumenta progresivamente de cinco á cincuenta gramos. Desde que pasa la primer semana hasta el cuarto mes el peso medio es de 60 á 80 gramos. Del quinto al noveno mes es de 100 á 130 gramos. El niño toma, pues, cada veinte y cuatro horas, en las ocho á diez veces que mama de 500 á 800 gramos de leche durante cinco meses y despues de 1,000 á 1,200 gramos en los siguientes. Este es un medio de averiguar la cantidad de leche que puede dar de cada vez una nodriza.

Para que las pesadas sean concluyentes es preciso hacerlas por las mañanas en el momento que se cambia la ropa al niño, despues que ha orinado y evacuado sus materias fecales y antes que mame. Por otra parte no es el peso en aquel momento del niño el que debe ser tomado en consideracion, sino más bien la série de pesos verificados sucesivamente que representa de una manera exacta y uniforme su acrecentamiento y por tanto el estado satisfactorio de su salud.

#### CAPÍTULO IV.

##### El destete.

El destete es una cosa delicada, aún para los niños que están en las condiciones más favorables. La determinacion de la edad oportuna para efectuarlo varía

mucho segun las costumbres de cada país ó localidad. Hay niños que pueden destetarse al cumplir un año y aún antes, al paso que para otros es preciso prolongar la crianza hasta los diez y ocho meses. Las causas de esta diferencia son de tres clases: las unas dependen de la madre ó de la nodriza, las segundas del niño y las últimas de las condiciones en que debe efectuarse el destete.

Por regla general debe esperarse á que un niño tenga doce meses para quitarle el pecho; pero cuando la madre empieza á debilitarse y el niño tiene ya los ocho primeros dientes, en rigor se le puede destetar; la salida de las cuatro primeras muelas sobreviene más tarde cuando tiene de diez meses á un año. Si nada se opone á ello, el momento más á propósito es entre la aparicion de las cuatro primeras muelas y los caninos ó colmillos; estos últimos no se presentan sino entre los diez y ocho y los veinte meses. Entre estos dos últimos brotes de dientes, el niño queda en un reposo casi completo verdaderamente favorable al destete.

Como á veces la aparicion de los primeros dientes es tan irregular, cuanto son variables las condiciones de salud maternal, ó algunas otras circunstancias imprevisitas, se comprende que no podemos establecer nada rigurosamente absoluto. Hay, sin embargo, otra regla que es muy conveniente no olvidar y es que un niño no puede ser privado del pecho cuando tiene un número impar de dientes, muelas ó colmillos y hé aquí por qué: los dientes salen por grupos de dos y producen á menudo perturbaciones ó trastornos en el estómago ó en el vientre. Si hay un número impar de dientes, debe temerse al dar un alimento nuevo, agravar los desarreglos ocasionados por la aparicion de un diente que viene con atraso.

Por otra parte un niño ha de estar completamente bueno cuando se le empieza á destetar. La Primavera y el Invierno son las mejores estaciones cuando es posible escojerlas.

El destete gradual y lento es preferible al que se lleva á cabo, bruscamente, es decir en veinte y cuatro horas.

Durante los cinco ó seis meses que siguen al destete no debe darse, en cuanto sea posible, mas que sopas de leche y sopas con caldo, huevos frescos, algunas papillas; el caldo sustancioso no conviene á los niños que tienen diarrea. El alimento completo de carnes y legumbres variadas no conviene hasta que la primera denticion ha terminado, es decir cuando los veinte primeros dientes han brotado.

Mucha leche, mucha sopa, mas sal que azúcar, poco vino, son la base de la alimentacion de los niños que acaban de destetarse.

## CAPÍTULO V.

### Denticion.

Como acabamos de ver en el capítulo precedente las cuestiones de alimentacion y de destete se hallan tan intimamente enlazadas con la evolucion de los dientes y muelas del niño que hay necesidad de decir algunas palabras acerca de la denticion.

Veamos como se verifica la evolucion dentaria en las condiciones normales. Hacia el quinto mes el borde de

las encías comienza á hincharse, á ensancharse y la saliva se presenta mas abundante. Al fin del séptimo mes, el niño tiene el sueño intranquilo se pone descolorido y parece triste: las encías están rojas é hinchadas y el niño se lleva á ellas las manos con frecuencia, á veces sobreviene una ligera diarrea.

Al cabo de una ó dos semanas se ve romper con algunos dias de intervalo los dos primeros dientes. El conjunto de estos síntomas se renueva en cada período de la primera denticion, la cual se verifica á menudo en el órden siguiente; desde el séptimo al octavo mes aparecen con algunos dias de diferencia los dos *incisivos* medios inferiores; seis semanas ó dos meses despues, con intervalo de ocho á quince dias, los dos incisivos medios superiores. Desde los diez á los doce meses salen en cada quijada, á los dos lados de los dientes ya existentes, otro diente incisivo, de modo que llegan á ser ocho todos, es decir, cuando están completos. Desde los doce á los catorce meses salen en el mismo órden, arriba y abajo cuatro *pequeños molares* ó *muelas de leche* dejando un espacio vacío en el sitio que han de ocupar los colmillos, al lado de los incisivos.

El niño tiene entonces doce dientes y despues de un descanso de cuatro meses, esto es de los diez y siete á los veinte meses dos *caninos* ó colmillos en cada quijada vienen á llenar el corto espacio que habia quedado vacío. En fin, entre los veinte y veinte y cuatro meses y á menudo un poco mas tarde, en cada quijada otros dos *molares* (ó sean las terceras muelas) completan la série de veinte dientes de que se compone la primera denticion.

En los casos ordinarios el niño no demanda durante la denticion otra cosa mas que la estricta observancia del régimen, el aire libre, baños, un chupador

blando (de raíz de malvabisco) para apretarlo entre sus encías. Se entiende que no se le dará ningun remedio sin parecer del médico; y sobre todo nada de jarabe de adormideras ó de otro narcótico análogo bajo el pretexto de calmarlo ó de conciliarle el sueño.

## CAPÍTULO VI.

### Vestidos.

El vestido debe proteger al niño contra el frío, pero ha de evitarse que pueda oponerse á la libertad de sus movimientos. Por consiguiente su traje ha de realizar las cuatro condiciones siguientes: ser flexible, ligero, bastante amplio y suficientemente abrigado.

Es preciso renunciar á las envolturas, en otros tiempos usadas, que mantenian los brazos del niño unidos al cuerpo en un estado de constricción é inmovilidad absolutas. Un vestido semejante constituye un obstáculo al desarrollo del niño, siempre dañoso á su salud.

Se ha venido ahora á dar en un exceso opuesto adoptando el método de vestir los niños á la inglesa. Si esto no acarrea, en efecto, los mismos inconvenientes no puede, sin embargo, considerarse tal conducta exenta de toda censura.

En Inglaterra se pone al niño desde que nace vestido con ropas cortas que le dejan las piernas libres y al aire, lo que le expone á enfriamientos y á todas las indisposiciones que pueden ser su consecuencia. Para evitar tales inconvenientes es preciso mantenerle en

una estancia bien abrigada lo que tampoco es la condicion mas á propósito para dotarlo de fuerza y de energia. Es, por tanto, necesario evitar los extremos y no ha de seguirse ninguno de estos dos métodos. Hé aquí las prendas del vestido que estimamos necesarias.

1.º Una faja circular de lienzo ó franela que sostenga una compresa de lienzo plegada en varios dobleces y aplicada sobre el ombligo, el cual será curado con gran esmero hasta que acabe por caerse. El cordon se colocará inclinado al lado izquierdo.

2.º Una camisa de lienzo con cuello descotado que no pase del bajo vientre y mangas que lleguen hasta los puños.

3.º Un pañal de lienzo ó de algodón, cuadrado ó triangular que rodeará los riñones el cuerpo bajo y tambien las piernas, las cuales aislará cuidadosamente, á no ser que el pañal fuera triangular, pues entonces la tercer punta se trae hácia delante entre las piernas y se sujeta con las otras dos por medio de un alfiler inglés.

4.º Dos justillos ó corpiños de lana que se ajusten por detrás y cuyas mangas cubrirán las manos.

5.º Una mantilla de lana de forma cuadrada, la cual envolverá el niño por debajo de los brazos sin tocar en el axila ó sobaco y dejando fuera las extremidades superiores. La mantilla estará bastante ceñida para que se pueda cojer y sostener el niño pero no tan ajustada que pueda ocasionar la menor molestia ó dificultad en la respiracion. Despues de cubrir los piés se volverá sobre las piernas y se sujetará por detrás más de tal modo que no oponga el menor obstáculo al libre movimiento de las piernas del niño.

6.º En la cabeza se colocará tan solo un gorrito de lienzo. Tal es en conjunto el vestido del niño hasta los dos meses.

Al llegar á esta época debe ser modificado en la forma que vamos á exponer:

1.º La camisa será mas larga;

2.º El niño llevará medias de lana que suban hasta la rodilla y escarpines de lana en los piés, tambien de punto de calceta;

3.º El pañal tendrá la forma triangular de una pañoleta y la punta se traerá por entre las piernas para fijarla en el vientre;

4.º Un calzoncillo de algodón ó de lana, de igual forma que el pañal que se colocará de la misma manera, ajustándole con algunos botones y de este modo tomará la forma de un pantalon corto y muy ancho;

5.º Se usará el mismo justillo ó corpiño, pero se añadirá un jubon ó manguillas de lana que fijándose en el talle tocará en los piés;

6.º En fin, por encima de todo un ropon largo con cuerpo y mangas bien anchos.

No se usaran alfileres ordinarios, pues les son preferibles los alfileres ingleses que exponen menos á punzar el niño y aun estos y todos los alfileres deben ser substituidos cuando sea posible con cintas y botones.

Un poco mas adelante, para dejar mas libertad al niño en los movimientos de sus piernas se le pondrá un corpiño de lienzo sujeto por la espalda y se le rodeará de botones en su parte inferior para que sostenga los pañales, la mantilla y el jubon ó enaguas.

Desde el momento en que el niño intenta andar, aunque sea á cuatro piés, se modificará su traje de nuevo. Entonces le convendrán enaguas menos largas como tambien un ropa corta y zapatitos ajustados. No debe olvidarse que en los primeros meses de la vida mas que en ningun otro período, el niño necesita mucho calor y al mismo tiempo hay necesidad de renovar el aire que rodea su cuerpo. Las telas pastosas de lana

ó de algodón y los vestidos anchos realizarán bien estas condiciones.

El vestido compuesto en la forma que hemos indicado es de una aplicación fácil y la madre debe cambiar las diferentes prendas que le constituyen siempre que se encuentren húmedas ó manchadas. En cualquier edad la limpieza es una condición necesaria de salud pero nunca tan indispensable como en el niño de pecho. Las mantillas y las demás prendas del vestido deberán quedar completamente limpias por medio del lavado antes de servirse de ellas nuevamente.

#### CUIDADOS CORPORALES.

El cuerpo del niño se lavará todo por completo á lo menos una vez al día. Este lavado se hará teniendo fuego encendido cerca del niño y valiéndose de una esponja, con agua templada. Se practicará con mas esmero en los órganos pudendos. La operación debe ejecutarse con prontitud secando inmediatamente al niño y espolvoreando en seguida su piel con polvos de almidón y aun mejor con los de licopodio.

Es también muy conveniente dar al niño dos veces en cada semana un baño completo de cuatro á cinco minutos, cuidando de que el agua no exceda en su temperatura de 32 grados centígrados: los baños al paso que libertan la piel de sus productos de secreción, imprimen mayor actividad á las funciones. Por este medio se aumenta la agilidad de los miembros, se facilitan las evacuaciones, se calma la excitación nerviosa, y se procura el reposo y el sueño. Aunque pueden darse en cualquiera hora del día, es preferible darlos por la mañana.

La cabeza del niño debe ser objeto de cuidados par-

ticulares y desde luego vamos á manifestarnos contrarios á la preocupacion muy generalizada de que no se le debe limpiar la cabeza. En el estado de salud la cabeza del niño es asiento de una secrecion negruzca, grasienta que no tarda, si no se le toca, en adquirir cierto espesor. Es preciso quitarle diariamente esta capa grasienta por medio de un cepillo y de agua tibia.

Con frecuencia es asiento el cuero cabelludo de erupciones diversas, mas ó menos persistentes, que han recibido el nombre de costras de leche, toca, toca roja. Estas son otras tantas enfermedades, y seria un error profundo pensar que deban ser respetadas. Allí no tardarian en desarrollarse algunos piojos á más de que las costras ocultan en algunas ocasiones ligeras ulceraciones ó abscesos que pueden determinar accidentes graves. Lejos de creer que las costras, los piojos y las demás lesiones que hemos indicado puedan ser de alguna utilidad para la salud del niño, hay que tratar desde que se presentan de emplear los medios adecuados para lograr que desaparezcan.

Lo mismo puede decirse de las exudaciones ó flujos que se producen en las orejas. ¡Cuántos casos de sordo-mudez no reconocen otro origen, y cuántas veces han ocasionado estos flujos meningitis graves y aun la muerte!

Por último, tenemos necesidad de protestar contra la costumbre de ciertos paises en los que se procura dar á la cabeza del niño una forma particular comprimiendola ya con la mano, ya con una venda ó faja. Estas son prácticas que afortunadamente van desapareciendo porque solo pueden dar resultados muy adversos al desarrollo del cerebro y de la inteligencia.

LECHO Y SUEÑO.

Durante los primeros meses de la vida el niño mama y duerme y nunca serán excesivos los cuidados que se empleen para conseguir que su sueño se verifique en buenas condiciones.

La cuna puede tener diferentes formas pero la circunstancia mas indispensable es que sea calada. Las cunas de mimbre, las de varillas de madera ó de hierro con alambrado son las que sin duda deben merecer la preferencia. No han de adoptarse cunas macizas, verdaderas cajas que no tardan en impregnarse de malos olores, ó son invadidas por los insectos y que son en todo caso difíciles de asear y de limpiar.

La cama debe tener uno ó dos colchones y una almohada, hechos con paja de avena, de algas marítimas, de hojas de helecho ó de brezo fino y renovadas con frecuencia. Los colchones de lana, de pluma, ó de algodón deben proibirse porque conservan la humedad y el olor de la orina. Las sábanas serán de lienzo ó de algodón con cubiertas de lana ligera, porque conservan el calor.

Nunca se ha de colocar sobre el colchon una tela impermeable con el objeto de preservarlo, porque esto seria conservar al rededor del niño una humedad constantemente dañosa.

La cuna debe estar abrigada por medio de cortinas de muselina ó de telas ligeras que puedan cambiarse fácilmente.

La madre no cubrirá nunca la cuna con las cortinas de su propio lecho, con lo que evitará que el niño res-

pire un aire ya viciado. Tampoco ha de conservar jamás su hijo en su misma cama despues de haberle dado de mamar, porque durmiéndose pudiera ahogarlo. La cuna no se colocará inmediatamente sobre el suelo; sino siempre á distancia suficiente para que el niño no sienta la humedad.

Al niño se le ha de acostar ligeramente inclinado sobre el lado derecho y cuidando que la luz que él ha de buscar con sus ojos, no le exponga al estrabismo, ó sea á quedarse bizco.

Debe dormirse sin ser mecido porque es una práctica viciosa el mecerlo para calmar sus gritos ó su llanto, práctica que turba la digestion, aturde al niño y le hace adquirir un hábito malo del que mas tarde serán esclavos los que le cuiden.

Como todas las necesidades de la vida, el sueño obedece á las leyes del hábito, y en su virtud es necesario regularizarlo al principio sometiénolo á buenas reglas.

Se acostumbrará al niño á dormir en su cuna y no en los brazos de su madre, en medio del ruido moderado de la casa y á la luz. A medida que vaya creciendo se disminuirá la duracion del sueño en el dia, mas no se abreviará jamás el de la noche.

## CAPÍTULO VII.

### Habitacion.

El niño ha nacido; respira. La primera de todas las funciones, la más indispensable á su existencia, la que

no se extinguirá hasta el último momento de su vida, es la respiración, es decir; la entrada de aire nuevo en sus pulmones. Se concibe, por tanto, la gran importancia que tiene para el recién nacido la pureza del aire que respira. Si el aire es puro, y por otra parte se cumplen puntualmente todas las demás condiciones ya establecidas, el niño crecerá á pedir de boca y estará sonrosado y colorado. Si el aire es malo, insuficiente, viciado por emanaciones deletéreas, el niño estará, al contrario, pálido, marchito y enfermizo.

Rara vez en las grandes ciudades gozan los niños al lado de la familia de la parte suficiente de ese aire puro que es la mitad de su alimento, la mitad de su vida.

En los barrios, en el campo, por el contrario, el aire no peca ya por la cantidad sino mas bien, algunas veces, por la cualidad.

En fin, en ambos casos, la habitación puede tener una exposición mala, ser fría, ó no recibir nunca los rayos del sol. No debe ignorarse que á las malas condiciones higiénicas de la habitación hay que atribuir, en gran parte, las numerosas enfermedades que marchitan al niño desde la cuna.

Se evitará la mansión del niño en una estancia ó sala que mantengan constantemente sombría los árboles, ó los muros de los edificios vecinos, pues no solo interceptan la luz vivificante del sol, sino que se oponen á la libre circulación del aire.

La salud del niño exige un cuidado muy especial; bajo este aspecto, debe escogerse para él, la habitación más grande, con más huecos ó ventanas y en la que penetre el sol; enjabonar todo lo que haya en ella de madera, blanquearla con cal, si no se puede pintar, ni tapizar; desembarazarla de los muebles viejos que la achiquen, porque siempre habrá

bastantes muebles y nunca demasiado aire para el que se espera en ella.

No se taparán las chimeneas en verano porque hacen el oficio de verdaderos ventiladores cuya importancia y utilidad son indiscutibles.

Se escojerá en esta pieza bien limpia, bien aireada y en la que el sol penetrará facilmente el lugar más ventajoso para la cuna.

Para él debe ser el puesto de honor porque él será desde el primer momento el centro de las alegrías, de las esperanzas y de los pesares de la familia.

En fin, si hay medios de costearla se añadirá á esta cuna *la red paracaidas* que preservará al rorro de muchos accidentes.

#### AIRE.

Se abrirán cuotidianamente las ventanas del dormitorio del niño, á fin de renovar el aire en el cual ha estado respirando.

No haya temor de airearlo demasiado. El aire renovado discretamente no es dañoso; lo que hay que temer son las corrientes aéreas. Por tanto, cualquiera que sea la morada que se habite, cualquiera la dimension que tenga, se podrá siempre colocar la cuna de tal modo que esté al abrigo de las corrientes del aire.

Téngase en cuenta, sin embargo, de no traspasar los límites que la razon aconseja con pretesto de dar aire á la estancia. En su virtud, los dias de lluvia, de nieve ó de viento fuerte, la habitacion permanecerá cerrada á no ser que pueda trasladarse al niño á otra pieza inmediata por todo el tiempo que dure la aireacion y ventilacion que nunca será menos de una hora.

Es igualmente una imprudencia abrir las ventanas por la mañana muy temprano ó por la tarde *demasiado tarde*.

El cuarto oculta siempre y sobre todo cuando es pequeño, miasmas que es de la mayor importancia expulsar lejos de sus muros. No consiste, pues, todo en airear, sino que es indispensable que las ropas mojadas y manchadas por las materias expelidas por el niño no permanezcan dentro de la habitacion; por la misma razon se cuidará de que estén siempre limpias las vasijas que sirvan para recibir las evacuaciones de vientre.

No debe haber en esta habitacion ni flores, ni perfumes, ni estufas, ni hornillas portátiles de cocina ó sean anafres. Durante la noche no se alumbrará, á ser ello posible, con lámparas de petróleo, ni de esquisto que vician la atmósfera diseminando en ella las emanaciones más mefíticas, y absorven con perjuicio del niño la mayor parte de su oxígeno.

Una lámpara pequeña alimentada con aceite ordinario, y bien despavilada su torcida bastará completamente para iluminar el aposento y aun será mejor una simple *mariposa* ó lámparilla.

#### Luz.

La hermosa claridad del sol dorado es requisito indispensable para el recién-nacido. En una sala oscura, ó á la sombra, el niño languidece y se marchita.

Ved esas pequeñas criaturas con cara amarillenta y arrugada que están siempre sumidos en una atmósfera negra y espesa! ¡Que contraste con esos nenes frescos y sonrosados que se espacian al aire libre y en medio de la luz! No hay sin embargo que incurrir en el exceso contrario, pues los ojos de los niños

pequeñitos son al mismo tiempo, órganos delicados cuya sensibilidad á la luz ha de tenerse en consideracion. Una luz muy viva que les hiriese repentinamente podria ocasionar áccidentes cerebrales ó perturbaciones *visuales* mas ó menos graves.

Es preciso, por tanto, evitarles la impresion peligrosa de un rayo solar que vá á dar en un espejo ó en un mueble barnizado, la luz que entra por entre las hojillas de las persianas ó por el agujero de los postiguillos.

No solamente le exponen estas impresiones á contraer el estrabismo, sino que su vista puede quedar resentida para en lo futuro.

#### LA TEMPERATURA.

El recién nacido tiene necesidad de una temperatura más bien caliente que fria y más especialmente en el primer mes de su existencia.

Se colocará un termómetro en su aposento. Este es un instrumento, poco costoso que dá indicaciones precisas del grado de calor atmosférico y que constituirá con ventaja parte del mobiliario de la familia.

El termómetro revela exactamente á la madre ó á la nodriza si el aire de la habitacion tiene un temple de calor suficiente y la pone en guardia contra el exceso de temperatura.

No deberá el termómetro descender mas allá de 12 grados; ni subir por encima de 18. Una buena temperatura media es como se vé de 15 á 16 grados, en Invierno.

En Estío la aireacion vendrá á influir y neutralizar los inconvenientes de una temperatura demasiado elevada.

Con el pretetxo de que el niño puede tener frio se

acumulan, á veces sobre su lecho, tapices ó cubiertas, si se le saca al exterior ya es otra cosa, los vestidos, las capas, los abrigos, los capuchones se sobreponen unos á otros con una profusion peligrosa. No es menester sin duda que el niño tenga frio, pero tampoco hay ventaja en sofocarlo.

Que se le cubra, pues, con moderacion; el aire exterior herirá la piel de su carita *velada*, ó defendida por una leve gasa, y así conservará su vigor y su salud.

#### EL SONIDO.

El oido de un niño de pecho demanda ciertas precauciones. Este órgano se encuentra en relacion directa con el cerebro, que exige la mayor calma. Una madre ó una nodriza inteligente sabrá encontrar siempre medios de preservar el oido del niño de los ruidos intensos y repetidos, como tambien de los sonidos agudos y penetrantes. No necesitamos insistir sobre este punto; aunque todos estos pormenores, á pesar de su futilidad aparente, tienen su importancia.

### CAPITULO VIII.

#### SALIDAS, EJERCICIO, PASEOS.

Tener los niños en piezas ó salas muy limpias y bien aireadas ya es mucho; pero no es bastante. Es

preciso además que hagan ejercicio y que salgan siempre que el tiempo lo permita.

Todo el ejercicio de un niño de pecho consiste en los movimientos que puede ejecutar con los brazos y con las piernas. Es, por tanto, buena práctica dejarle en el momento en que se le viste de nuevo, algunos instantes delante del hogar de la chimenea sobre las rodillas de la nodriza; entónces el niño estira y agita sus miembros que se le han dejado en completa libertad. En Invierno se esperará á que el niño tenga lo menos quince dias antes de sacarlo por primera vez al aire libre con la cara cubierta con un velo; en Verano podrá sacarse á los ocho dias. De antemano se le habrá preparado gradualmente al contacto de la luz y del aire exterior, teniéndolo delante de una ventana abierta.

Así que se ha dado el primer paseo, el niño pasará fuera de casa dos ó tres horas cada dia, segun el tiempo y la estacion. La nodriza lo llevará en sus brazos echado horizontalmente ó mejor sobre una almohada pequeña. Desde el momento en que haya adquirido fuerzas, esto es, al mes ó la seis semanas, se abandonará la almohada para llevarle sobre el brazo *ya de un lado, ya del otro* alternativamente.

El olvido de esta regla importante es causa frecuente de que un gran número de niños adquieran viciosa disposicion en una pierna, en un muslo y algunas veces aun en la columna vertebral. En cuanto á los carritos ó cochecitos se justifica su uso por ciertas necesidades en cuyo exámen no tenemos para que detenernos. Los carritos no presentan ningun inconveniente en el Estio, pero recomendamos que en Invierno se sirvan de ellos únicamente para recorrer la distancia que haya desde la casa al parage en que permanezca habitualmente la nodriza. Llegado al tér-

mino de la expedición el ama cojerá al niño en sus brazos y no le hará pasar en el vehículo las horas que ha de estar ausente de su casa porque en él los catarros, la bronquitis, las fluxiones de pecho serian las consecuencias fatales de su inmovilidad, á pesar de los vestidos más abrigados y de una bola de agua puesta á sus pies.

Tan pronto como el niño puede estar sentado entre el séptimo y el octavo mes, se le coloca en tierra sobre una alfombra ó sobre una estera fina rodeada de almohadas, presentandole en seguida algunos juguetillos que no estén dados de color. El niño se arrastra de un juguete á otro y llega progresivamente á levantarse y andar, pero no le hagáis andar mucho; un niño que anda solo á los ocho ó nueve meses está expuesto á diversas deformaciones. Desde el momento en que el niño trata de dirigirse solo, es necesario poner barandilla en las estufas y en las chimeneas, barreras en las ventanas y en las escaleras para preservarle de su inexperiencia. Con el fin de protegerle contra las caídas se le debe cubrir la cabeza con un rodete acolchado ó chichonera.

No deben usarse por ningun concepto las andaderas de mimbres ó de madera que sostienen á los niños por debajo de los sobacos, y que les permiten apoyarse sobre sus piernas antes que tengan bastante fuerza para sostenerles; más valdria sostenerlos simplemente con ambas manos colocadas debajo del axila, ó por la ropa.

Pero más que todo hay que abstenerse de levantarlos por un solo brazo para hacerles atravesar cualquier paso peligroso, subir una escalera ó á la acera porque entonces se corre el riesgo de dislocar el hombro, ó la mano

Añadirémos en último lugar que las salidas por

la tarde ó reinando mal tiempo, los viajes largos en coche, ó en camino de hierro, son tanto más peligrosos para los niños cuanto su edad es mas tierna. El frio excesivo, el viento, el polvo, el vaiven del carruaje son otras tantas causas de numerosos accidentes.

## CAPÍTULO IX.

### De la Vacuna.

El solo preservativo conocido contra la terrible enfermedad denominada viruela verdadera, es la *vacunacion*, cuyo origen es una ligera enfermedad eruptiva de las vacas, caracterizada por pústulas que contienen el virus vaccino (cow-pox), el cual se puede transmitir ó inocular al hombre por medio de una picadura.

El virus vaccinal de la vaca trasmitido al hombre por este procedimiento constituye la vacuna humana, y es el que se emplea mas comunmente.

Los beneficios de la vacuna están tan bien probados, que en algunos paises, y entre ellos Inglaterra, Austria y Suecia, la vacuna de los niños es obligatoria. Hasta el presente se han contentado en Francia con establecer el servicio gratuito de vacunacion.

La operacion es tan benigna que puede efectuarse á veces, sin despertar siquiera al niño cuando está dormido. Consiste en introducir debajo del epidermis un poco del líquido contenido en las pústulas

vacunales. Mas como importa escojer bien la pústula de donde ha de tomarse el expresado líquido, conviene confiar este cuidado á los médicos que son los únicos competentes. El dia quinto despues de hechas las picaduras aparece un boton que adquiere su máximo de actividad desde el séptimo al octavo dia y comienza á desecarse hácia el duodécimo formando una costra que cae en el curso de la tercera ó de la cuarta semana, dejando en su lugar una cicatriz esculpida indeleble y característica. Al desarrollarse el boton se declara una fiebre ligera que aumenta hasta el décimo dia

En los casos ordinarios no hay necesidad de someterse á un tratamiento. Es suficiente la precaucion de cuidar que las picadas no sufran roce ó frotamientos que pudieran inflammarlas. Hácia el noveno dia, si la rubicundez y el dolor dejan temer una inflamacion demasiado viva del brazo, se aplica á la rejion una cataplasma de fécula ó de harina de arroz. No hay, por otra parte, motivo para inquietarse porque las glándulas del sobaco se hinchen é ingurgiten, ni porque los movimientos del brazo lleguen á ser algo dolorosos.

El médico resolverá si hay alguna cosa que hacer para atenuar estos ligeros accidentes, despues de examinar los botones en el octavo dia para cerciorarse de que son de buena calidad y no falsa vacuna.

No hay por otra parte que cambiar nada en los hábitos, ni en el régimen del niño vacunado hasta el séptimo dia; entónces solamente se evitarán los paseos al aire frio, mientras dure el período febril que es por cierto muy breve.

El momento mas favorable para vacunar un niño, es del tercero al cuarto mes, es decir, cuando tiene alguna resistencia y antes de los trastornos de la den-

cion. Podrá, no obstante, anticiparse un mes la época que designamos para esquivar las temperaturas extremas del Invierno y del Verano; pero se debe estar persuadido de que la vacuna puede practicarse en cualquier estacion del año.

Mas á pesar de todo, cuando una epidemia de viruela más ó menos intensa se ceba en cualquier poblacion ó distrito, es preciso apresurarse á vacunar el niño en los ocho dias primeros consecutivos á su nacimiento.

Como á veces es difícil procurarse vacuna de vaca, se empléa con ciertas ventajas la que se recoge en el brazo de un niño saludable, porque abriendo así los botones ó pústulas se disminuye la inflamacion sin atenuar en nada la eficacia de su vacunacion.

## CAPÍTULO X.

### Conclusion.

Nuestra mision está cumplida; la de las madres empieza. Nosotros les hemos dicho todo lo que deberán hacer para educar y criar debidamente su hijo. A ellas toca ahora comprender y observar las reglas que hemos trazado.

Una dulcísima recompensa les espera como premio de sus fatigas y de sus sufrimientos. Su hijo crecerá fuerte y vigoroso. Transcurridos veinte años ellas

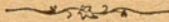
se apoyarán con orgullo en el brazo robusto de su hijo del que ellas habrán hecho un hombre.

Ellas habrán desarrollado las felices facultades de su hija que habrá llegado á ser una jóven hermosa.

Ellas habrán demostrado ser dignas de la mision sagrada que Dios les ha conñado, haciéndolas participar activamente de los goces y de los dolores de la maternidad.

La Sociedad tendrá para ellas la estimacion y el respeto que impone el cumplimiento del deber.

La humanidad reconocida las bendecirá.



## ÍNDICE.

	Concurso de 1878. . . . .	3
	PRÓLOGO. . . . .	5
	CAPÍTULO I. Consejos á la madre para antes de nacer el niño . . . . .	7
CAP.	II. De las diferentes maneras de alimentar los niños. . . . .	9
	§ 1.º Lactancia exclusiva en el seno de la madre.	10
	§ 2.º Lactancia únicamente en el pecho de una nodriza. . . . .	14
	§ 3.º Lactancia con biberon solo, llamada arti- ficial. . . . .	16
	§ 4.º Lactancia mixta por el pecho y el biberon.	20
	§ 5.º Lactancia por la hembra de un animal (cabra). . . . .	21
CAP.	III. Comprobacion de la salud de los niños. Pesadas. . . . .	23
CAP.	IV. Destete. . . . .	25
CAP.	V. Denticion. . . . .	27
CAP.	VI. Vestidos. . . . .	29
	Cuidados corporales. . . . .	32
	Lecho y Sueño. . . . .	34
CAP.	VII. Habitación. . . . .	35
	Aire. . . . .	37
	Luz. . . . .	38
	Temperatura. . . . .	39
	Sonido. . . . .	40
CAP.	VIII. Salidas. Ejercicios. Paseos. . . . .	40
CAP.	IX. De la Vacuna. . . . .	43
CAP.	X. Conclusion. . . . .	45



# OBRAS DEL DR. PIZARRO.

(LIBRERÍA DE CÁRLOS M. SANTIGOSA.)

**Organizacion del servicio sanitario;** bases adaptables a todos los Municipios de España, con estudios históricos acerca de la prostitucion y documentos muy curiosos relativos á las mancebias de Sevilla. Un vol. Dos pesetas

**Anuario de Higiene pública.**—Contiene un tratado de Aguas potables. Un tomo cinco pesetas.

**Profiláxis del cólera morbo.** Folleto, una peseta.

**Del trabajo y de su influencia** en la salud y en las costumbres públicas. Discurso inaugural. Una peseta cincuenta cts.

**Ensayos de Higiene Urbana.** Agotado el primer cuaderno, próximamente se repartirá el segundo.

---

LIBRERÍA, IMPRENTA, LITOGRAFÍA

Y ÚTILES DE ESCRITORIO,

CÁRLOS M. SANTIGOSA,

Plaza de la Constitucion 7.—Sevilla.

**LIBRERIA.**—Surtido de obras de todas clases.—Libros de texto.—Suscripcion á obras y periódicos.

**IMPRENTA.**—Tipos ingleses y franceses.—Se imprime con gusto, prontitud y economía.

**LITOGRAFIA.**—Trabajos para Comercio, participaciones, etiquetas de colores, etc., y tarjetas de visitas.

**ENCUADERNACIONES** de lujo y económicas. Libros rayados.

**ÚTILES DE ESCRITORIO:** todo lo concerniente á este año.

Teniendo esta casa correspondencia con las principales librerías Españolas y Extranjeras se encarga de traer con la mayor brevedad toda clase de obras de Medicina y de cualquier otro género.

