

Junta Provincial de Protección de Menores

BARCELONA



**CARTILLA  
MATRIMONIAL**





La felicidad del hogar que vais a fundar dependerá en gran parte de vuestra salud y la de vuestros hijos. Esta salud bienhechora debéis ganarla con una sana moral y atendiendo a los consejos de la Higiene.

**TRABAJO, MORALIDAD y SALUD,**  
son los tres puntales en que se sostiene el bienestar de las familias.



R. 14733

## DIGNIDAD DEL PADRE

Grande es un rey que tiene en sus manos el régimen de millones de súbditos; lo es el conquistador que, con la fuerza de su genio y el poder de su espada, ha ensanchado los límites de su patria; lo es el sabio que ha podido arrancar sus secretos a la esfinge de la naturaleza. Pero más grande que todos ellos es el padre, por el poder físico que Dios le dió de crear una nueva vida, por los tesoros de afectión específica que escondió en su pecho, por la trascendencia incalculable de su acción en el mundo moral.

## DIGNIDAD DE LA MADRE

El primer título de la dignidad de la madre es su *absoluta igualdad en naturaleza* con el padre; es de la misma carne del hombre, de la misma substancia del padre Adán. Dios tomó una porción del padre y la transformó en mujer. Todos los seres humanos vendrán al mundo unidos por esta lazada irrompible de la solidaridad formada por la identidad de carne y sangre.

Dios llamó a la mujer Eva, dice el sagrado texto, porque era la madre de todos los vivientes. En el seno de Eva, Dios puso los tesoros de toda la vida humana.

Peşad bien, madres, esta excelsitud de la maternidad, porque sin ello jamás pesaréis la grandeza de vuestros deberes y responsabilidades.

(Del libro *La Familia*, del Emmo. Cardenal Gomá y Tomás.)

## MARIDO

Las enfermedades que llevan la desolación al hogar son : la tisis, la sífilis y el alcoholismo.

Si estás enfermo del pecho, o eres sifilítico, o si lo has estado y no tienes la seguridad de estar bien curado, no deberías haber contraído matrimonio ; pero aleja en seguida los peligros que amenazan a tus hijos y a ti mismo, haciéndote practicar las curas y exámenes convenientes. El hijo de un tísico peligra de enfermar también del mismo mal ; el hijo de un sifilítico puede ser un deformado, un degenerado y, en ocasiones, un idiota o un criminal.

Si te gustan con exceso el vino y los licores, modérate ; tu salud y porvenir, así como el de tus hijos, están gravemente amenazados si continúas con tu vicio.

Te has casado para tener hijos, y este deber no lo quieras alejar o no cumplir. Si evitas el tener hijos llevarás la inmoralidad a tu hogar, con malas consecuencias, tarde o temprano, para tu salud y para la de tu mujer.

Tu hijo, desde el momento de la concepción, tiene el mismo derecho a la vida que tú. Cualquiera atentado en contra suyo es un crimen. ¡No quieras ser un parricida!

Cuando tu esposa esté embarazada, mírala como un estuche ; las atenciones que tengas con la madre las encontrarás en tu hijo.

## MUJER

La excelsa misión de la maternidad que te está encomendada tiene ciertos peligros, que

pueden evitarse, ya que hoy no lleva aparejada, como antes, amenaza de muerte.

El mejor camino para evitarlo es hacer dos visitas obligadas al médico: una, al comienzo del embarazo, y la otra, a los ocho meses.

La primera visita servirá para conocer si tienes algún órgano enfermo, si toleras bien el embarazo, si estás bien conformada para el parto; la segunda tendrá principalmente por objeto averiguar si la criatura está bien colocada y si el parto se anuncia feliz.

Estas visitas, como ves, son de alta necesidad; pero es imprescindible la primera si eres débil o enfermiza; si cuando niña principiaste a caminar después de los quince meses, o bien sí, habiéndolo hecho antes, dejaste de hacerlo algún tiempo más tarde; o si eres coja o tienes las piernas torcidas. ¡Puede costarte la vida!

Llamarás al médico si tienes pérdidas o dolores: el aborto te amenaza. Esperando la visita guardarás reposo en cama.

No olvides que el aborto es causa frecuentísima de graves males. ¡Cuántas mujeres han perdido su fecundidad, su salud y hasta la vida por causa de un aborto provocado!

Hay una enfermedad que mata cuarenta mil mujeres embarazadas cada año en Europa, y es la albuminuria. Puedes, casi siempre, librarte de sus perniciosos efectos tratándote debidamente.

Harás, por tanto, que te examinen con frecuencia los orines, cada ocho días, por lo menos, en los dos últimos meses. Estos exámenes, siempre convenientes, son absolutamente nece-

sarios si te observas hinchazones, si tienes dolor de cabeza, dolor de vientre o si orinas menos de un litro por día.

Al acercarse el final del embarazo ten mucho aseo y limpieza de todo el cuerpo, y procura que ninguna de sus partes esté enferma. A tal objeto, entre otros, es buen recurso el baño, que no hace parir con más facilidad, pero aleja muchos peligros.

Se dice, con razón, que un buen parto se hace con las piernas, es decir, haciendo un paseo moderado todos los días.

Para que te asista en el momento del parto busca una persona más limpia que sabia.

En cuanto sientas los primeros dolores del parto, ponte una lavativa. Si no lo haces, te ensuciarás cuando salga la criatura, y la suciedad es el peor peligro de las parteras.

No consientas que a cada momento te examinen con los dedos durante el parto. Si no te tocan tienes casi la seguridad de que no te pasará nada durante el sobreparto; con una sola vez te pueden infectar. Ya ves si la cuestión es importante. Resístete, por lo tanto, a ser examinada, y no lo consientas a no ser que lo diga una persona de ciencia.

Exige a quien te asista una extremada limpieza de las manos, lavándoselas durante diez minutos con agua caliente y jabón, y después con alcohol y una solución de sublimado al 1 por 1000.

Si el parto está parado más de dos horas, avisa a un médico.

Desde el momento de romper las aguas no abandones la cama.

Después de parir no quieras que te ayuden para la salida de la placenta hasta pasada, por lo menos, una hora.

Si eres cristiana, y tu hijo, al nacer, tiene en peligro la vida, acuérdate que ha de bautizarse.

Nacida la criatura, exige un gran cuidado con los ojos y con el cordón.

En los ojos han de ponerse unas gotas de zumo de limón o de un líquido que te recetará el médico; y el cordón será cortado con tijera y ligado con hilo que haya sido hervido o estado durante largo rato en alcohol.

De la falta de precauciones en los ojos quedan muchas criaturas ciegas, y si no se tiene cuidado con el cordón, el recién nacido puede morir.

No quieras que a tu hijo le expriman los pechos, le amolden la cabeza o le corten el frenillo de la lengua. Son prácticas inútiles y que pueden producir mucho mal.

Nunca la criatura ha de estar en la misma cama de su madre. Muchos niños mueren ahogados por no atender este precepto.

Reposo, limpieza y orden son las bases de una buena crianza.

No permitas que con la excusa de acariciar a tu hijo le mortifiquen. Si los niños pudieran hablar, dirían que su principal deseo es que los dejen tranquilos.

Si tu hijo va mojado, cámbiale la ropa cuantas veces sea necesario. No es verdad que la criatura, como el pez, en el agua crece.

El primer deber de una madre es criar a su hijo. La que declina tal obligación comete grave

falta, y para comprender lo que ello significa has de saber que las criaturas criadas con biberón, o fuera de casa por un ama, se mueren muchas, muchísimas más que las criadas con el pecho o bajo la mirada amorosa de una madre. Además, el hijo del ama tiene el mismo derecho que todos los otros niños, derecho que se le usurpa cuando su madre vende su leche a otro.

Evitarás en gran parte las molestias de las grietas del pecho lavándote, un mes antes del parto, con agua caliente y jabón, los pezones; y después de secos, los untarás con manteca de cacao o con glicerina y alcohol a partes iguales. Con igual objeto, durante los primeros días de la lactancia no dejarás que tu hijo esté al pecho más allá de diez o doce minutos.

A las doce horas después del parto puedes comenzar a dar el pecho, cosa que ha de hacerse desde un principio con gran limpieza. Después que tu hijo haya tomado el pecho, te lo lavarás, teniendo las manos bien limpias, con una mezcla de agua, alcohol y glicerina a partes iguales.

Darás el pecho a tu hijo cada dos horas durante los primeros meses; cada tres horas, más tarde, durante el día. Durante la noche ha de pasar seis u ocho horas sin mamar.

No cojas en seguida a tu hijo en cuanto lllore, ni para hacerle callar darle el pecho; son malos hábitos que los niños aprenden inmediatamente.

Si tienes poca leche, o no tienes y quieres utilizar el biberón como ayuda o manera de criar a tu hijo, piensa que tienes muchos peligros.

No lo darás sin consultar previamente con un facultativo y obedeciendo sus órdenes.

No tardes en vacunar a tu hijo contra la viruela más de tres meses.

Siendo la tuberculosis la enfermedad más mortífera, como también la que determina más estados de enfermedad e invalidez, evita los contagios tuberculosos y vacuna a tu hijo inmediatamente después de nacer con la vacuna de Calmette, llamada B.C.G., que nunca hace daño y es siempre beneficiosa.

¡Marido! ¡Mujer! Si cumplís con estos preceptos contribuiréis en mucho a hacer que la alegría y la salud de vuestros hijos llenen de satisfacción vuestros corazones.



RF. 1-52

Casa Provincial de Caridad  
Imprenta - Escuela