

GENERALITAT DE CATALUNYA

CONSELLERIA DE SANITAT I ASSISTÈNCIA SOCIAL



CONSELLS A LES MARES

La mare té el deure d'alletar el seu fill
El fill té el dret a la llet de la seva mare

53

1934



R. 9.257

MORTALITAT INFANTIL



MORTALITAT infantil significa mortalitat en el primer any de vida.

La debilitat congènita, les malalties gastro intestinals per alimentació defectuosa i les malalties de les vies respiratòries, són les principals causes de mortalitat durant el primer any de vida.

La debilitat congènita en la majoria dels casos, és conseqüència de les malalties dels pares o del treball excessiu de la mare durant l'embaràs.

Els casos mortals de gastro enteritis, són excepcionals entre els infants criats al pit.

Les bronconeumònies mortals, no es produeixen quasi mai, entre els infants amb lactància natural.

Els factors que influeixen en la mortalitat infantil, són : la separació de la mare i el fill, amb la supressió de la lactància materna; la ignorància

en l'alimentació i cura dels fills; les males condicions higièniques de l'habitació; la misèria i els contagis de les malalties, sobretot de la tuberculosi.

Estadístiques;

Per cada 100 infants morts, corresponen:

10 que s'alimentaven solament al pit. (Lactància natural.)

25 que s'alimentaven amb el pit i biberon. (Lactància mixta.)

65 que eren criats solament amb biberon. (Lactància artificial.)

La mortalitat infantil és del 7 per 100 entre les mares intel·ligents i instruïdes, i del 21 per 100 entre les analfabetes.

La mortalitat infantil és del 5 per 100 entre les classes riques i del 20 per 100 entre les pobres.

3 per 100 entre les habitacions higièniques i 81 per 100, en les famílies que habiten en una sola habitació.

Tuberculosi: els infants moren en un 80 per 100, si estan exposats al contagi tuberculós.

L'elevada mortalitat infantil no és un mal irremediable amb el qual ens hàgim de conformar. Tot el que es gasta en protecció de l'infant, produeix en proporció a l'esforç esmerçat.

DESENROTLLAMENT DEL LACTANT

El concepte de «nen sà» es dedueix de l'estat general del desenrotllament : pes, talla, dentició, etcètera.

Un pes que correspongui al terme mig de cada edat, segons xifres determinades en les taules de pes, és una dada que ofereix certa garantia de normalitat.

Al pes no se li ha de donar un valor absolut, puix que un pes excessiu és moltes vegades senyal d'un trastorn de nutrició. És necessari també tenir en compte la talla i, sobre tot, l'augment continu i regular del pes.

La pell ha d'ésser tivant i sana, i la grassa proporcionada a l'edat del nen, tenint al tacte una sensació de resistència i duresa.

Les primeres dents incisives mitges inferiors, surten dels quatre als sis mesos. Retards grans en la sortida de les dents i desordre en llur aparició, poden significar símptomes de raquitisme.

Una gran resistència contra les infeccions és prova d'un bon estat de salut.

El benestar del nen que s'aprecia per la seva quietud i satisfacció, és manifestació de normalitat.

Moltes vegades el plor i el neguit, són provocats per la fam.

El nen sà sempre té una son molt profunda.

Són també característiques del nen normal : l'interès per tot allò que el volta ; la voluntat de fer moviments ; la possibilitat de moure el cap als tres mesos ; romandre assegut als sis mesos ; sostenir-se dret als nou mesos, i caminar a l'any.

La intel·ligència es manifesta per fixació de la mirada, entre els dos i tres mesos, i el somriure en el segon mes. Durant el segon i tercer trimestre l'atenció és més profunda i existeix la voluntat de mantenir els objectes agafats.

JOGUINES

L'infant necessita jugar i per a jugar necessita les seves joguines.

Com que l'infant petit, tot el que té a les mans s'ho posa a la boca, les seves joguines no han d'ésser pintades, tampoc de plom perquè no s'intoxiqui, ni de pèl o ploma perquè no se les degluti, produint-li accessos sufocants de tos, ni amb cantonades o caires que tallin perquè no es pugui fer mal.

També és costum en els infants de llençar-ho tot

a terra; per això llurs joguines han d'ésser infrangibles i fàcils de netejar.

Són a propòsit per als infants les joguines de goma sense pintar, les d'ós o marfil arrodonides i pulimentades i les modernes joguines de fusta.

Són útils les pilotes de goma, que entretenen al nen i l'estimulen a la motilitat. Els cèrcols d'ós o de marfil, faciliten la sortida de les dents, per produir desgast a les genives.

Les cadiretes per a infants no són útils perquè poden facilitar la producció de desviacions en l'espinada, per posicions vicioses, i també perquè essent seients foradats, retrassen que el nen aprengui a ésser net.

És preferible que el nen, degudament resguardat, jugui lliurement, asseint-se i ajaçant-se quan vulgui, i amb llibertat de moviments que l'enforteixen i el lliuren de deformitats.

ALIMENTACIÓ

L'infant té el seu aliment normal en la llet de la mare, aliment que està adaptat completament a les seves necessitats nutritives.

Les contra-indicacions de la lactància materna, són excepcionals i per això s'ha d'insistir molt, en que les mares criïn els seus fills.

La manca absoluta de llet, es produeix quasi sempre per equívocacions en la tècnica de la lactància, sobretot durant les primeres setmanes.

La lactància materna és extraordinàriament favorable per a l'infant i també per a la mare.

Els fills han d'ésser criats per llur mare, tenint amb això el mitjà més eficaç per a minvar les seves malalties i mortalitat.

Estadístiques :

Per cada 100 infants morts, corresponen :

10 que s'alimentaven solament del pit. (Lactància natural.)

25 que s'alimentaven amb el pit i biberon. (Lactància mixta.)

65 que eren criats solament amb biberon. (Lactància artificial.)

LACTANCIA MATERNA

El primer dia el nen no necessita res.

Des del segon dia fins a complir dues setmanes, pendrà quatre o cinc mamades en vint-i-quatre hores.

Després de la segona setmana, set o vuit mamades en vint-i-quatre hores. Durant el dia

cada dues hores i mitja i a la nit una o dues vegades.

Des dels sis mesos es posarà el nen al pit cada tres hores i a la nit passarà sis hores sense mamar. El nombre total de vegades que prendrà aliment en les vint-i-quatre hores serà de sis o set.

Les mamades seran menys distanciades quan la mare tingui poca quantitat de llet, però sempre amb un interval al menys de dues hores.

No cal prolongar una mamada més de dotze minuts.

És una costum dolenta, el posar al pit el nen cada vegada que plori.

La mare no modificarà el seu mètode general de vida, ni d'alimentació. Prendrà poca quantitat de cafè i s'abstindrà de licors alcohòlics.

Quan estigui malalta no prendrà cap medicament sense consultar el seu metge.

Quan la secreció de llet és insuficient, la lactància mixta — pit i biberon — dona millors resultats que la lactància artificial exclusiva i també és preferible a una insuficient lactància natural.

La lactància mixta deu ésser ordenada i vigilada per un metge puericultor.

Fins al sisè mes, l'aliment exclusiu del nen és la llet. Després del mig any es deu substituir una mamada, per una sopa de llet i farina.

Després dels nou mesos, el nen prendrà dues sopes més espesses i abundants i quatre mamades, durant les vint-i-quatre hores.

El desmamament serà progressiu i lent no fent-lo, si es possible, durant les fortes calors de l'estiu ni en el moment de la sortida de les dents o d'una indisposició.

Un nou embaràs, és compatible amb la continuació de la lactància.

Durant una malalta aguda, generalment, es podrà continuar la lactància, però prenent totes les precaucions necessàries per a evitar el contagi.

Un dels millors medis de conèixer el desenvolupament d'un nen consisteix en pesar-lo cada setmana, fins el tercer o quart mes i després cada quinze dies.

Les primeres dents — incisius inferiors mitjos — surten al sis mesos. Al fi de l'any han sortit els vuit incisius i comença l'erupció dels queixals.

Un gran retard en la dentició indica un trastorn en el desenvolupament, però un lleuger retard o una lleugera precocitat, no tenen cap significació.

L'habitació del nen deu ésser ben airejada. Cal evitar el fred i la calor excessius.

Deu banyar-se diàriament tenint sempre ben nets els genitals i les cametes.

El cap i la cara netejats amb aigua bullida tèbia.

Les ungles es tallaran periòdicament.

Sempre que el temps sigui bo, deuen sortir a l'aire lliure a passejar.

La vacunació anti-variòlica deu fer-se a l'edat de tres mesos.

PLA ALIMENTÓS PER A INFANTS D'UN ANY D'EDAT

Primer desdejuni : 200 grs. de llet, un bescuit o una galeta.

Segon desdejuni : 100 grs. de llet, mitja poma ben picada o un plàtan.

Dinar : Brou amb 25 grs. de sèmola, arròs o fideus; 50 a 100 grs. de llegums i dues o tres culleradetes de suc de fruita o de compota.

Berenar : igual que en el primer desdejuni.

Sopar : Farina eta de 200 grs. de llet amb 20 grs. de sèmola, farina de blat, arròs, bescuit, patates i 30 a 50 grs. de confitura de pomes o suc de fruites.

MEDICINA PREVENTIVA

La medicina moderna s'ocupa amb preferència de la medicina preventiva per a evitar la propagació de les malaltes contagioses.

La higiene procura suprimir les causes d'infecció, i la medicina preventiva immunitza l'infant vacunant-lo contra algunes infeccions.

Amb la medicina preventiva, que cada any realitza progressos més apreciables, s'aconsegueix una gran disminució de la mortalitat i morbilitat. Molts de casos de malalties i estats incurables, poden evitar-se amb la medicina preventiva.

Els Consultoris de Puericultura, poden ésser considerats com centres moderns, on es practiquen examens complets, amb el màxim de garantia i d'utilitat.

El coneixement precoç de les malalties, pot produir uns serveis considerables. Particularment la tuberculosi és una malaltia curable, quan es fa un diagnòstic precoç.

VACUNACIÓ ANTITUBERCULOSA

Per a la tuberculosi, existeix una vacuna anomenada B. C. G., d'eficàcia comprovada.

Essent la tuberculosi la malaltia més mortífera, és necessari prevenir al nadó, evitant sempre tot contagi segur o probable, i a més administrar-li en els primers dies després del naixement la vacuna B. C. G.

La vacuna B. C. G. és absolutament inofensiva, no determinant mai, cap mal, i els resultats són clarament favorables.

«Mentre que a Europa, la mortalitat per tuber-

»culosi entre el nens de menys d'un any, nascuts i
»criats en un medi familiar contaminat, és al
»menys del 25 per 100, els infants vacunats pel
»B. C. G., és solament del 2 per 100. La vacuna
»ció permet salvar al menys el 93 per 100 de nens.
»Schreiber.»

VACUNACIÓ ANTIDIFTÈRICA

Encara que la mortalitat per diftèria ha disminuït molt des que fou descobert el sèrum antidiftèric es pot considerar encara, que aquesta malaltia sigui inofensiva, puix que aquest mal produeix víctimes a bastament entre els infants.

Amb la vacunació antidiftèrica s'obté el mitjà de lluita més complet, aconseguint-se una defensa segura i de duració.

La vacunació es fa per injeccions.

L'eficàcia de la vacuna antidiftèrica està amplemment demostrada, i ni una sola vegada aquesta eficàcia ha estat desmentida.

VACUNACIÓ ANTIVARIÒLICA

La vacuna contra la verola ja està acceptada universalment, i la seguretat de la vacunació és reconeguda per totes les famílies : sols és precís, doncs, que els pares, recordant els perills de la malaltia, procurin no retrassar la vacunació de llurs fills.

MIDES PREVENTIVES CONTRA LA GRIP

Són freqüents els catarros respiratoris aguts en els nens (bronquitis i bronconeumònies) i generalment aquestes malalties són extraordinàriament perilloses i greus.

Moltes vegades pot evitar-se la bronconeumònia malaltia que és gravíssima i que acaba amb la vida de molts infants.

Els nens ben alimentats i nets són els que millor es defensen contra les bronconeumònies; per consegüent *tingueu esment amb llur aliment i amb llur netedat.*

La grip és molt contagiosa. El refredat d'un adult pot contagiar-se a un nen produint-li una forta bronquitis. Els mateixos microbis que en l'adult, per la seva resistència, produeixen un refredat, en el nen dèbil, poden produir una greu bronquitis.

Per això *és deure d'apartar els nens de tots els que tinguin tos o refredat,* evitant sobre tot el petonejar-los i el netejar-los llur boca o nas amb els mocadors d'una altra persona.

Deuen evitar-se també els refredats.

El fer *respirar* dos o tres cops al dia, els vapors

que es desprenen *de la tintura de iode*, col·locada en un plat, serveix també per a evitar la grip.

Quan el nen presenta els primers símptomes de malaltia (febre, catarro del nas, veu lleugerament ronca, una mica de tos i sopor), el millor tractament consisteix en donar-li una mica d'*aspirina*, amb una infusió de *til·la o malví calent*, sense donar-li purgants, i com aliment el pit.

En resum: *els catarrs respiratoris poden ésser molt greus en els nens petits i per a prevenir-los deuen evitar-se els contagis i refredaments, recordant que els nens ben alimentats i nets es defensen millor contra la grip.*

COM CAL DEFENSAR ELS INFANTS CONTRA LA CALOR

Durant l'estiu, en els mesos de més calor, augmenten considerablement les malalties dels nens petits, sobretot les anomenades gastro-enteritis (diarrees d'estiu). Aquestes gastro-enteritis són la causa d'una mortalitat infantil molt gran i en realitat constitueixen el transtorn nutritiu més important de la primera infantesa.

El millor mitjà per a evitar les susdites diarrees tan mortíferes és l'alimentar els infantons amb el

pit de la mare. L'elevada mortalitat infantil dels mesos estivals es troba gairebé exclusivament entre els nens criats amb biberon.

Durant els mesos esmentats cal atendre amb gran cura l'alimentació dels infantons, sota una direcció mèdica que assenyali la quantitat suficient i la qualitat més convenient per a cada criatura. El més lleu manquement a les regles elementals d'alimentació infantil pot produir a l'estiu mals irremeiables i ràpidament mortals.

Cal que la pell estigui sempre ben neta per a evitar infeccions. Durant les mesades de calor es banyaran els infantons diàriament: així se'ls netejarà de la suor i se'ls allunyan les erupcions per infecció.

Cal evitar, també, que les criaturetes prenguin excessivament el sol, i que llurs habitacions siguin caloroses, procurant airejar-les.

Els vestits dels infantons seran lleugers i ben adients a l'estació, per tal que deixin en plena llibertat braços i cames.

ALTRES CONSELLS

No hi ha per al nen millor aliment que la llet de la seva mare.

Qualsevol aliment que no sigui la llet és una metzina per al nen de pit.

Durant els primers mesos de la vida és quan el biberon és més perjudicial.

La immensa majoria de les mares, ja exclusivament, ja auxiliades amb llet animal, poden criar el seu fill.

Mai deu ésser desmamat un nen sense consultar el metge.

No deuen prendre els nens, purgants ni d'altres medicaments sense consultar el metge.

És convenient que dormi sol en el seu bressol.

El nen sà es passa dormint moltes hores. Nen que dorm poc, necessita que el metge el visiti.

Diàriament deu treure-se'l a passeig però mai a la nit.

Respirar aire pur és essencial per al nen. Mai no se'l deu dur a llocs on hi hagi aglomeració de gent. Cal evitar que respiri aire impregnat d'olor i carregat de pols.

TAULA DE PES (Mitjana aritmètica)

Pes inicial	3100	grams
Final del 1. ^{er} mes	3700	»
» » 2. ^{on} »	4400	»
» » 3. ^{er} »	5100	»
» » 4. ^{rt} »	5800	»

Final del 5. ^è	mes	6500	grams
»	»	6. ^è	»	7000	»
»	»	7. ^è	»	7400	»
»	»	8. ^è	»	8000	»
»	»	9. ^è	«	8400	»
»	»	10. ^è	»	8500	»
»	»	11. ^è	»	9000	»
»	»	12. ^è	»	9300	»

RF-1-66

ESCOLA OBRADOR DE TIPOGRAFIA
DEL GRUP BENÈFIC
BARCELONA

53