

poca leche ó la produzca debilidad la crianza; pero entiéndase bien que únicamente aconsejaremos semejante ayuda en el caso en que la salud del niño sea y siga siendo floreciente, y de que la madre pueda ya soportar la lactancia en estas condiciones sin perturbarse su salud; pues si la madre ó la criatura se desmejoraran, no habría otro medio de procurar la salud de ambos que aconsejar tome nodriza para el niño. Como la leche de vaca no es buena para éste cuando es pequeño, cuanto menos pronto se empiece á dársela y en menor cantidad, mejor; en estas palabras dejo expresado el consejo; el práctico resolverá según las circunstancias, pero teniendo buen cuidado de no consentir con su silencio las lactancias que yo llamo *contra naturaleza*, es decir, las que por tal ó cual razón no puede, desde el punto de vista médico, realizar la madre, y sin embargo, por cariño ú otros motivos quiere continuar y pretende complementarla con un número de tomas de leche de vacas, inconveniente para el niño. El médico no debe de transigir con esto, por ser perjudicial para la madre y para el hijo; si la lactancia materna no ha de llenar las condiciones que la ciencia y la conciencia reclaman, el consejo del médico debe ser que lacte al niño una nodriza; pero como la necesidad y otras circunstancias presentan mil casos diferentes, el médico los resolverá con su prudencia, fijándose en que su consejo ha de atender á la conveniencia de la madre y á la del hijo, pues ni la una ni el otro deben salir perjudicados.

Cuando se trata de la lactancia por nodriza hay gran libertad en principio para resolver; pero en la práctica no es mucha á veces, porque si el ama cria bien al niño y ha adquirido simpatías, desean los padres que, á ser posible, continúe la misma amamantando al niño. Estos detalles se resuelven en la práctica según las circunstancias; pero *à priori*, el principio general de conducta que, en mi opinión, debe establecerse, es: que cuando una nodriza no sirve, debe buscarse otra que sea buena; y que el niño no debe comenzar á tomar leche de vaca, algo aguada al principio, sino cuando haya cumplido ocho meses, en el caso de que el ama tenga buena y abundante leche; pero si no satisficiera por completo en cantidad ó calidad, y por cualquier razón no se pudiera cambiar de nodriza, se comienza antes de los ocho meses á dar al niño leche de vacas, pues sobre toda otra consideración está la de que el régimen alimenticio del niño sea suficientemente nutritivo.

¿Cuándo debe comenzarse á dar al niño otros alimentos además de la leche?, es decir, ¿cuándo debe empezar la *alimentación mixta*? A los

diez meses. Se comienza dándole una vez al día, por la mañana, la harina lacteada de Nestlé, adicionada y hervida con cierta cantidad de agua, según explica la instrucción que acompaña á los botes que la contienen, ó una sopa muy clara, líquida, hecha con leche y una de las substancias siguientes: arrow-root, harina de arroz, fécula de patata, ó harina de trigo secada al horno. Se procurará alternar en el uso de estas féculas y harinas, pues la variedad es conveniente para el sostenimiento de la salud y para que los niños las tomen con más placer. Cada una de ellas ofrece, no obstante, alguna particularidad que la hace recomendable según las circunstancias; así elegiremos el arrow-root como alimento ligero; la harina de arroz si tiene el niño tendencia á la diarrea; la fécula de patata como substancia poco excitante, y la harina de trigo como alimento muy nutritivo. En un principio se dará este líquido en muy pequeña cantidad, es decir, una cucharada grande, para habituar poco á poco al tubo digestivo á la elaboración de estos nuevos materiales, aumentando paulatinamente á dos, tres, cuatro cucharadas, pero sólo una vez al día; transcurridas dos semanas, se darán al niño dos de estas sopas claras al día, aumentando gradualmente la cantidad y observando su tolerancia á este régimen mixto.

Después de algún tiempo se le puede dar sopas claras compuestas de caldo de vaca colado, en el que se cuece sémola, tapioca ó alguna de las harinas que acabamos de mencionar, y más tarde se le hacen las sopas con caldo ordinario, caldo, por supuesto, en el que no figuren el chorizo, la morcilla, ni ninguna substancia excitante ni indigesta; pudiéndosele dar también un poco de patata muy cocida humecida con caldo. Según va el niño avanzando en edad, se le va dando medio huevo batido mezclado con la sopa, de modo que quede crudo ó casi crudo, ó la mitad de un huevo pasado por agua muy blando, un poquito de carne muy tierna, como pollo, pichón, etc., cuidando de desmenuzarla, no separando sus fibras y dejándolas enteras, sino cortándolas á través, es decir, en sentido perpendicular al eje de la fibra muscular, en pedazos muy pequeños, para que les sea más fácil masticarla y digerirla; pero hágase que dirija una minuciosa observación á la transformación sucesiva del régimen alimenticio del niño, para que nuestros consejos se inspiren en el conjunto de circunstancias de cada caso.

¿Deben los niños tomar vino?—Pregunta es esta que yo resuelvo con una rotunda negativa. Prescindiendo ahora de las indicaciones que pueda llenar en caso de enfermedad, y limitándome á su aspecto de modificador higiénico, he de manifestar que no le concedo ninguna

influencia beneficiosa. En efecto, ¿qué acciones útiles puede ejercer el alcohol? ¿La de que siendo quemado en el organismo da lugar á producción de fuerzas? La economía no necesita de este peligroso y nocivo manantial de energía, pues encuentra en la alimentación los veneros de ella en condiciones de completa inocuidad. ¿Como estimulante para los niños de constitución débil? Insigne error, pues su acción estimulante sobre el sistema nervioso va seguida de depresión. Y si se le quisiera dar á título de agente de ahorro, tampoco sería conveniente desde este punto de vista, porque el retardo que imprime al metabolismo desasimilador es tal vez debido á depresión nutritiva, á encadenamiento de la actividad celular, en vista de las alteraciones degenerativas que el alcoholismo crónico produce; tampoco debe ser considerado como aperitivo ni como eupéptico, porque precipita la pepsina y es catarrógeno del estómago. Ciertamente que al vino común de mesa, tomado en cantidad moderada, no se le deben atribuir en toda su latitud estos perniciosos efectos; pero tampoco se puede negar que como bebida alcohólica es susceptible de determinar una acción más ó menos nociva, sobre todo tratándose de niños cuyos tejidos son tan extraordinariamente vulnerables.

Como el horizonte de la posibilidad es tan vasto y variado, no niego que se presente en la práctica algún niño cuyo temperamento linfático y escasa excitabilidad orgánica aconsejen darle algo de vino aguado á las comidas; pero hay que tener en cuenta otros aspectos del punto que estudiamos, y son: que el dar vino á los niños es crear en ellos un mal hábito en el concepto económico é higiénico y susceptible de degenerar con el tiempo en repugnante vicio; que las familias, sobre todo las poco ilustradas, dan á los niños, no poco, sino mucho vino, como tengo ocasión de observar diariamente en mi consulta de la Facultad de Medicina, donde veo con frecuencia niños de tres y cuatro años con catarro gástrico debido al abuso del vino; y por último, que las gentes en general propenden á combatir la inapetencia de los niños dándoles vino. ¡Cuántas veces á las pobres madres que desfilan por la consulta les digo: no dé usted vino á su hijo, porque le perjudica; lo que gasta usted en vino empléelo en leche.

Terminaré este asunto formulando mi opinión en las siguientes conclusiones: 1.^a El vino es innecesario y perjudicial á los niños. 2.^a Hay que oponerse á la rutina de los profanos, que descansa sobre un concepto erróneo, de combatir con vino la inapetencia. 3.^a La anorexia es un hecho morboso que acusa enfermedad del estómago ó de otros órga-

nos; otras veces es expresión de miseria fisiológica, etc., y exige, por consiguiente, un tratamiento adecuado. 4.^a Admito la posibilidad de que en la práctica se presente algún niño á quien deba darse vino; pero ha de ser en muy corta cantidad, mezclado con bastante agua, tomado en el centro de la comida y con observación, para que los efectos nos asesoren lo que debemos hacer.

Destete.

Después de los grandes peligros que el niño corre en el accidentado mecanismo del nacimiento, la primera crisis fisiológica que atraviesa es la dentición, y la segunda el destete. El factor primero del grado de vigor orgánico del niño es el sello hereditario, que comprende en su amplio horizonte las múltiples y recónditas contingencias del período de formación intrauterina; el segundo, la lactancia; y el tercero el destete, problema de gran complejidad, rodeado frecuentemente de múltiples dificultades y que exige de parte del médico mucha perspicacia y resolución para dar su consejo á las familias con la necesaria claridad, que no está reñida con la discreción. La importancia del destete es extraordinaria, pues los procesos gastro-intestinales desde luego, el raquitismo después, el empobrecimiento orgánico, la anemia, la tuberculosis, etc., forman la secuela de procesos que puede originar un destete inoportunamente establecido ó dirigido con poco acierto.

Para determinar el momento oportuno del destete hay que tomar en consideración la edad del niño, el estado de su desarrollo, el de la dentición, régimen dietético de que hace uso, estado de salud actual y la estación del año en que nos encontremos.

La *edad* constituiría la síntesis de las condiciones orgánicas si éstas se ajustaran á un patrón invariable; mas como en la realidad existen tantas discrepancias, la edad queda reducida á uno de tantos factores. Fijémosla, pues, de los dieciseis á los veinte meses.

El *desarrollo* general ha de haber alcanzado un grado suficiente, científicamente considerado, para que el niño pueda vivir independiente, pues la lactancia representa para él el segundo cordón umbilical, que una vez cortado deja al niño ya privado del auxilio íntimo que le prestaba la madre, tan íntimo, que más que auxilio le llamaría con gusto *sostén directo*; porque de tal manera se identifica el niño con la lactancia, con tal facilidad digiere la leche de su madre ó nodriza, que recuerda lo expedito de la nutrición del niño durante su vida

intrauterina. El desarrollo se refiere á la talla, al peso, á la energía de los movimientos, á la osificación de la fontanela, etc., etc.

La *dentición* es muy irregular y variable en cuanto al orden eruptivo de los dientes, y más aún en su aspecto cronológico. El momento oportuno es después de la salida de los caninos, eligiendo para ello la tregua que la sigue, pues la erupción dentaria ofrece, en medio de la irregularidad con que se realiza, períodos de descanso, uno de los cuales hay que aprovechar para efectuar el destete, siendo el preferible cuando ha terminado el brote de los colmillos.

El *régimen dietético* es, á mi juicio, la condición más fundamental, porque al fin y al cabo encarna lo que constituye esencialmente el destete, ó sea la suspensión de la lactancia por medio del pecho. Todas las demás condiciones son importantísimas, es verdad, pero no absolutas, pues un poco más ó menos de desarrollo, ó un diente más ó menos, no constituyen esencia, pero sí la constituye el régimen. El niño que no está acostumbrado á digerir la alimentación mixta, sino que, por el contrario, se sostiene principalmente con el pecho, no puede ser destetado; sería, más aún que imprudencia temeraria, ocasionar deliberadamente un daño al niño, un verdadero atentado, supuesto que no ha adquirido todavía el hábito indispensable de vivir sin el auxilio de la que le lacta; es pues, absolutamente necesario, antes que se le prive de la teta, el que haya adquirido su aparato digestivo aptitud para elaborar las substancias alimenticias precisas para subvenir á las exigencias de su nutrición.

El *estado de su salud actual* ha de ser satisfactorio, pues constituiría realmente una grave inconveniencia el privar al niño del pecho cuando se hallara sufriendo una enfermedad, ó en la convalecencia, ó en uno de esos períodos en que sin estar el niño verdaderamente enfermo, no goza de bastante salud, porque se le nota, por ejemplo, algo más llorón, no tiene la alegría habitual, es más escaso el apetito, el excremento no está del todo bien elaborado, está algo inquieto durante el sueño ó despierta á menudo contra costumbre, etc., etc. En todos estos casos debe continuar la lactancia hasta que el niño recupere la salud, pues lo contrario sería inconveniente y peligroso.

La *estación* es también muy importante; ya lo saben las familias. ¿Cuál es la razón científica de esta condición? La diferente manera que, desde el punto de vista cuantitativo, se comporta el vigor orgánico según la temperatura ambiente, que es seguramente la que sobresale entre todas las condiciones atmosféricas. En el verano, las funciones

cutáneas se ejercen con gran intensidad, mientras que las de los órganos profundos adolecen de atonía; la nutrición languidece; decaen las fuerzas; la acción muscular se muestra perezosa y la sensibilidad goza de una impresionabilidad extraordinaria. En el transcurso del invierno la piel aminora su funcionalismo, aumentando, por el contrario, el de las vísceras. Las elaboraciones nutritivas son más activas y completas, hay mayor aptitud para el ejercicio muscular y la sensibilidad no es tan impresionable. La primavera y el otoño producen efectos en relación con sus condiciones intermedias, si bien en general debemos considerar á estas estaciones como las más adecuadas á las necesidades de la economía, pues son las que establecen mayor armonía entre las actividades de los diferentes aparatos, manteniéndolos, por consiguiente, dentro de los límites de un perfecto fisiologismo.

Fácil es ya deducir cuáles son de las distintas estaciones las más convenientes, con una sola excepción, la primavera, porque participa relativamente de las condiciones del verano, para el asunto que ahora nos ocupa, no sólo por el contraste que forma con la época más fría del año que la precede, sino porque es sabido que las estaciones médicas se adelantan un mes próximamente á las astronómicas, por lo que la segunda mitad de la primavera suele ser bastante calurosa; y aparte de esto, es mediana época para el destete, porque va seguida del verano, lo cual constituye una pésima perspectiva para el niño. Pues bien, el orden de conveniencia, de más á menos, es: el otoño, el invierno, la primavera y el verano; á ser posible no debe destetarse á ningún niño en esta última estación.

La reflexiva justipreciación de todas estas circunstancias inspirará al médico cuál es el momento oportuno para aconsejar el destete.

Debe realizarse paulatinamente, pues el destete brusco es una crueldad y una imprudencia; la crueldad no hay que razonarla, porque las anomalías ó irregularidades en el orden del sentimiento no es preciso demostrarlas, las acusa nuestra afectividad, sea la persona médico ó profana; la imprudencia consiste en el riesgo que se hace correr á la salud del niño por lo repentino de la supresión de la lactancia, con tanto más motivo, cuanto que se hace coincidir este importante cambio de régimen con el quebranto moral que para la criatura representa el verse privada del pecho, que constituye de ordinario para ella, no sólo un gran placer, sino una deleitosísima pasión.

El *procedimiento*, por decirlo así, del destete, consiste en ir disminuyendo gradualmente el número de tetas diarias y aumentando, por

consiguiente, el de biberones, sopas, etc.; es decir, se va transformando paulatinamente el régimen del niño, de modo que se encuentre destetado sin apercibirse de ello; pero no se olvide la utilidad de que en el nuevo régimen siga figurando la leche en la debida proporción durante bastante tiempo, porque es muy beneficioso para los niños y compatible con las demás substancias que formen parte de su alimentación.

El destete *moral* no deja de ofrecer á veces sus espinas. Me refiero á eso que yo llamaría *viscosidad afectiva* del niño, representada por una exacerbación del cariño filial y una vidriosidad de carácter que cuesta trabajo separarle de su madre, por el llanto en que con facilidad prorrumpe. No son infrecuentes estas resistencias pasivas al destete, que hay que vencer con dulzura y habilidad para evitar que degeneren en estados de ánimo peligrosos, en tristeza honda, que constituye una verdadera pasión deprimente nada favorable al buen funcionalismo del aparato digestivo ni á la salud en general del niño. El procedimiento es análogo al del destete material. Cierta vez antes se empieza á acostumar al niño al trato frecuente primero, y casi constante después, de las demás personas de la familia, á la vez que su madre, próxima á él al principio y en otra pieza de la habitación más tarde, le habitúa á prescindir de su compañía durante una, dos, tres horas, hasta que acaba la criatura por adaptarse insensiblemente al nuevo género de vida. Hay otros niños, por el contrario, de cariño menos entrañable ó menos mimoso, porque hay de ambas clases, que se acostumbran desde luego á prescindir de su madre. Esto se explica en unos casos por la diferente manera intensiva que cada niño tiene de querer; y en otros, por el número y naturaleza de las manifestaciones de cariño á que la madre le tiene acostumbrado.

Vestidos.

En los vestidos del recién nacido hay que considerar su amplitud, su suavidad y el calor que proporcionan. Han de ser holgados, para que permitan el libre ejercicio de todas las funciones, cuidando mucho de que la faja y las cintas del gorro no compriman el tórax ni el cuello respectivamente; pero sin caer en el extremo opuesto, porque si están flojos, como el niño es de poco volumen y en cambio abulta bastante la ropa que se le pone en invierno, pudiera suceder que si la niñera ó nodriza le tenían por descuido sostenido sólo con el brazo que rodea

las mantillas y las piernas, hiciera el niño un movimiento y se cayera al suelo, quedándose la niñera con las mantillas nada más en el brazo. Debía establecerse la costumbre de poner, una vez vestido el niño, unos tirantitos que, pasando por los hombros, se prendieran en la mantilla con imperdibles ó botones, ó bien unir á la mantilla, mediante un par de imperdibles, la parte inferior del jubón del niño; el objeto es poder dejar los pañales todo lo flojos que la comodidad del niño reclame, y sin riesgo de que se caiga. Cuando ya tienen más edad, debe de prohibirse á las madres apretar los justillos á sus hijos y los corsés á las niñas, costumbre tan generalizada como perniciosa y cuyo objeto es formar un esbelto talle, lo cual es sinónimo, científicamente hablando, de disminución de los diámetros de la base del tórax, compresión directa de ciertos órganos, como el estómago y el hígado, indirecta de las demás vísceras abdominales, y dificultad para el descenso del diafragma, con la consiguiente limitación de la excursión inspiratoria de los pulmones, cuando lo que debemos procurar es la amplitud de las cavidades espláncicas y el cabal funcionalismo y desarrollo de todos los órganos.

No insistiré en esto, por ser un punto de general asentimiento; y si semejante nociva costumbre no se reforma, es por esa presión casi incontrastable de la moda y del ejemplo, que forma una corriente social que impone al individuo su mandato, con análogo impulso que le arrastran las oleadas de la muchedumbre cuando se encuentra en la vía pública. Tan detestable costumbre no tiene en su apoyo ni los preceptos de la belleza, porque la estética es en gran parte convencional é inspirada en el hábito, y seguramente no sería menos agraciada la figura de la mujer si se consintiera adquirir á su talle las proporciones que reclama la salud; siendo de advertir que su perniciosa influencia se hace sentir, no sólo en la niñez, sino que lleva sus irradiaciones á la pubertad, á la juventud y aun á la edad adulta; pues implicando una acción debilitante y detentora del desarrollo orgánico, contribuye á que el establecimiento de la función menstrual sea más accidentado, á que en la juventud sufran las jóvenes con frecuencia clorosis, gastralgia, etc., y ofrezcan ese sello de tenuidad constitucional que tanto abunda en nuestra sociedad, y á que muchas en la edad adulta no puedan lactar á sus hijos, ó si los lactan sea en medianas condiciones y con grave detrimento del escaso contingente de energías que su economía tiene. Es, pues, un deber de los médicos aconsejar á las familias lo que la salud reclama imperiosamente.