

## PRÓLOGO DE LA AUTORA

---

Nadie enseña al ave á construir su nido, y sin embargo, á cada nueva estación la vemos edificar ó restaurar, según los inmutables principios de su raza, su frágil ó sólida vivienda.

Llámesese cóndor ó reyezuelo, nadie le indica qué insecto debe perseguir en el fondo de una corola, qué presa ha de sorprender al borde del precipicio. Y sin embargo, tanto los hijuelos del ave majestuosa encaramados en su nido de roca, como los del humilde cantor de las florestas, reciben en todo tiempo el pasto que conviene á su temperamento.

Todas las especies animales, sin excepción, tienen la intuición de los cuidados que deben dar á la generación recién nacida.

Hasta los animales que parecen más desprovistos de inteligencia, tienen el suficiente instinto para depositar su prole en el medio más propicio á su eclosión y á su normal desarrollo.

Sólo la criatura humana aparece ignorante y privada de toda iniciativa personal en presencia del pequeño ser, que acaba de dar á luz.



Creada la mujer para llenar el alto fin de la maternidad y consagrado este principio por la sociedad hasta tal punto que ésta considera á la soltera vieja como un ser que no cumple su misión, parecería natural que la educación supliese ante todo la ciencia que la naturaleza no le ha concedido.

Pero no sucede nada de esto. Cuando da á luz un niño, todo lo más que puede obtener la joven madre de su madre ó de su abuela son algunas nociones medio olvidadas que ellas pusieron ó vieron poner en práctica en otro tiempo.

Aparte de esto, no todas las jóvenes madres encuentran en su familia propia guías que las inicien en los deberes maternales. La mayor parte, ó han perdido ya á estos seres queridos que pudieran instruir las con sus consejos, ó se hallan separadas de ellos por largas distancias ó por las constantes vicisitudes de la vida.

Además, gran número no se encuentran en disposición de enseñar á sus hijas deberes que ellas mismas nunca han querido ni sabido practicar.

En el campo y entre las clases poco acomodadas de las ciudades, la madre que se ve obligada por su pobreza á criar á sus hijos encuentra generalmente asistencia y consejo en sus vecinas.

Á falta de esta ayuda, hace con su primer hijo — generalmente á costa del mismo — el aprendizaje de la maternidad. Ayúdale á salir airoso en su empresa la costumbre de cuidar á sus hermanos

pequenitos ó de haberlos visto criar y cuidar en su misma casa ó en la vecindad.

Pero en las clases más acomodadas, la joven madre no tiene más recurso que confiar á manos mercenarias el delicado ser objeto de su maternal cariño.

Si la familia está algo apurada, una nodriza se lleva al niño, y con frecuencia no se le vuelve á ver más.

Si los padres son ricos y de elevada posición, ocupa generalmente el primer puesto junto á la cuna del recién nacido una mujer asalariada. La madre no hace nada sin su consentimiento y consejo y adquiere de la misma las nociones que le han de permitir criar á los hijos que nazcan en lo sucesivo.

Resulta pues de estas y otras causas análogas que la educación física de los niños se encuentra generalmente confiada á mujeres sin cultura y llenas de preocupaciones, en vez de estarlo á mujeres ilustradas y dirigidas por el estudio.

La consecuencia lógica y necesaria de semejante estado de cosas es una mortalidad tan grande en los niños de pecho, que las sociedades de medicina han tenido que dar la voz de alarma.

Estudiando el mal y reconociendo como causa principal en muchos casos la indiferencia de las madres que se niegan á lactar á sus hijos, los médicos han tenido que confesar, sin embargo, que la



causa fundamental de esta mortalidad excesiva de los niños es la ignorancia de las mujeres encargadas de su cuidado.

De esto á pensar que era urgente instruir á la mujer en el cumplimiento de sus deberes, mediaba sólo un paso. Pero era difícil poner en práctica esta teoría, pues las mujeres escapan á toda influencia, unas por falta de instrucción y otras á causa de su educación defectuosa. Sin embargo, quedaba libre el camino para dirigirse á las madres de buena voluntad.

Desde hace cierto número de años se nota una tendencia pronunciada á buscar en los libros los conocimientos que en otro tiempo se aprendían por la enseñanza oral.

Métodos para aprender el dibujo sin maestro; tratados prácticos para estudiar sin profesor las lenguas extranjeras; obras de toda especie que vulgarizan desde las ciencias más abstractas hasta las artes más complicadas á fin de ponerlas al alcance de todos los que quieren instruirse por sí mismos; tales son los libros que llaman ahora la atención del público y que tienen un éxito seguro.

Los médicos pensaron que entre las ciencias hay una, que aunque modesta, debe ser vulgarizada con especial cuidado; tal es el arte de educar á los niños de pecho.

Los más ilustres doctores no se desdeñaron de tratar la materia. De aquí han resultado multitud

de obras, cuyo mérito está sobradamente indicado por las numerosas ediciones que de las mismas se han hecho.

Pero la misma abundancia y bondad de dichas obras y la incesante aparición de otras nuevas, indican sobradamente que ninguno de los referidos libros ha satisfecho cumplidamente los deseos del público, y que por lo tanto queda algo que hacer en la materia.

Esto consiste sin duda en que en tales obras ocupan lugar preferente los razonamientos y explicaciones puramente científicos.

Es más, si ha habido alguna pluma femenina que se haya aventurado en semejante terreno, lo ha hecho poniéndose prudentemente bajo la égida de la colaboración de un médico conocido y su libro ha resultado, si cabe, más científico y técnico que los demás.

En realidad poco importa á la madre conocer los elementos que entran en la composición de la leche, puesto que no ha de poder analizarla por falta de medios ó aparatos á propósito.

Menos le importa aún saber lo que pasa antes, durante y después del nacimiento, pues en tales casos es indispensable la asistencia de una persona práctica.

Más seguridad habrá para la paciente en seguir las instrucciones de dicha persona que sabe lo que conviene en su caso especial, que en hacer caso de



esos consejos, algo vagos, por lo mismo que se dirigen á todo el mundo, en que tanto abundan las indicadas obras.

Aun en el caso extremo de no tener más guía ni asistencia que los libros, sería preferible consultar un tratado especialmente consagrado á la materia.

Sea como quiera la madre primeriza, vacilando entre tantas obras de igual autoridad no sabe cual escoger, con tanta más razón cuanto que los maestros únicamente preocupados con la exposición de sus teorías favoritas, ofrecen entre sí marcadísimas divergencias.

Falta pues un libro que resuma esas obras célebres á fin de evitar á las madres la molestia de consultar numerosos volúmenes. Y, como después de todo, el arte de educar á los niños de pecho es humilde ciencia de mujeres, lo que realmente falta es un libro sencillo que á los consejos de los doctores ilustres una los ínfimos y útiles detalles de la práctica doméstica.

# HIGIENE DE LA INFANCIA

## PRIMERA PARTE

### LOS VESTIDOS

#### CAPÍTULO PRIMERO

##### Canastilla

##### I

##### PREPARACIÓN DE LA CANASTILLA

Como el niño nace viable al sétimo mes, es necesario que todo esté preparado para recibirle, en la época indicada.

En las grandes capitales hay gran facilidad para adquirir en breve plazo todo lo que constituye la canastilla, gracias al desarrollo del comercio que ha creado los grandes almacenes y las grandes casas que se dedican á las especialidades.

Dichas casas confeccionan *canastillas de cristianar* según sus modelos y con arreglo á todas las condiciones y á todas las fortunas.

No es nuestro propósito detenernos á hablar de estos casos excepcionales, sino tratar más bien de esos