

importante y es que como los indicados artículos cuestan en general bastante caros, esto impide el que puedan renovarse tan frecuentemente como sería de desear.

Los materiales generalmente recomendados son la paja de avena, hojas de maíz, musgo, helecho y varech.

La paja de avena tiene un gran inconveniente, cual es el de humedecerse con facilidad y el de secarse difícilmente.

Las hojas de maíz participan en menor grado de los defectos señalados.

Quedan los helechos y varech que llenan perfectamente las condiciones deseadas.

Los helechos que abundan tanto en ciertas comarcas son muy recomendables por su baratura, su olor suave y sus propiedades higiénicas.

Según dicen, procuran un sueño bienhechor, refrescan la sangre y fortifican los miembros,

Para emplearle se despojan de todas las partes fuertes y duras y se secan fácilmente al sol, en algunos días, ó también aunque sea en una habitación.

El varech es mucho más caro que el helecho, en los países que no están próximos al mar; pero tiene sobre todo las grandes ventajas de durar mucho y de poder lavarse.

La cuna debe guarnecerse con uno á dos jergones.

Algunos autores aconsejan que se pongan dos, á fin de que el uno preserve al otro.

Crear eso es hacerse una verdadera ilusión.

En efecto, estando cada jergón lleno de materias casi impermeables en estado de sequedad, el líquido pasa por sus intersticios con más facilidad que por el mejor filtro; basta el espacio de una noche para traspasarlos los dos, si el niño está en contacto directo con ellos.

Por consiguiente, como el hueco de la cuna debe quedar sólo medio lleno con los jergones, es preferible y mucho más cómodo y barato hacer un solo jergón un poco más grande.

La única ventaja que habrá en el caso de ser dos, es que se secarán más pronto.

El doctor Seraine propone una ingeniosa combinación, que sin embargo no se ve con frecuencia poner en práctica.

He aquí sus palabras:

« La composición más cómoda para la cuna de un niño es la siguiente: primero un gran colchón que ocupe el fondo de la cuna y encima un segundo colchón dividido en tres partes ó cojinetes, que pueden renovarse separadamente, lo cual permite cambiar con más frecuencia el de en medio que es el que más se ensucia (1). »

Cualquiera que sea la cantidad y forma de los jer-

(1) Dr. Seraine, libro citado . 29.

gonos ó colchoncillos, es necesario que no ocupen, como ya hemos indicado, sino la mitad del hueco de la cuna.

Si otra cosa fuera, el niño correría peligro de caerse á poco que se removiera ó agitara, ó bien al incorporarse, como suelen hacer á los pocos meses.

Los colchones de los niños deben hacerse de algodón blanco ó crudo.

Las telas de color y hasta las telas oscuras adamacadas dan á la cuna un aspecto miserable. Además, al lavarse, se descoloran.

Se deben redondear sus extremidades y hacer una más pequeña que otra á fin de llenar perfectamente el contorno de la navecilla.

En suma no es más que un saco cuyos ángulos se redondean al coserlos y que se vuelve en seguida.

Esto no obstante, como las cunas pueden ser de diferentes formas, nadie mejor que la madre ó la persona encargada de preparar la cama puede darse cuenta de la forma que se ha de dar á los colchoncillos.

El extremo ó lado por donde se llenan dichos colchones puede coserse, sujetarse con cordones ó cintas ó abrocharse por medio de botones.

Respecto á la almohada, sólo diremos que debe llenarse de las mismas materias que los colchoncitos.

Sin embargo, según dejamos apuntado en otro lugar, se suele preferir la crin.

Hay que tener mucho cuidado con no hacer la almohada ni demasiado dura, ni demasiado grande. La cabeza del niño debe encontrarse únicamente un poquito más elevada que el resto del cuerpo.

Es preciso también cuidar de que la almohada no esté demasiado baja, á fin de evitar el que se moje.

Los médicos se muestran unánimes en preferir los fieltros que absorben á las telas impermeables, como caucho, pieles de animales, etc.

« Estas telas impermeables se amoldan al hueco que el cuerpo del niño produce en el colchón y constituyen una especie de balsa donde se depositan los orines del niño (1). »

Á éste hay que agregar otro inconveniente, que vale la pena de ser tenido en cuenta.

Las telas impermeables, cualquiera que sea su naturaleza, no tardan en deteriorarse bajo la doble influencia del calor y de la humedad corrosiva de la orina.

Además, por mucho cuidado que se tenga en extenderlas bien, no tardan en cortarse y en llenarse de grietas, que dan fácil paso á los orines. Por otro lado, la pasta que cubre la tela impermeable no tarda tampoco en irse desprendiendo y hace su empleo completamente inútil.

Las pieles ó pellejos de animales — carnero, cor-

(1) Doctor Gérard : *Conseils d'hygiène et d'acclimatation.*

dero ó cabra — se endurecen y ofrecen soluciones de continuidad.

Además, si se las emplea con la lana como sucede en muchos puntos de España, ofrecen los mismos inconvenientes que los jergones ó colchones de lana.

Los fieltros absorbentes tienen por su parte el inconveniente de comunicar su humedad á cuanto se encuentra en contacto con ellos. Sería pues necesario poner más de uno para que el que se halla en contacto con el colchón se mantuviese seco.

Lo mejor de todo es extender sobre el colchón un hule ó caucho, y colocar encima el fieltro. De este modo se logrará evitar casi por completo los inconvenientes antes indicados (1).

Los fieltros absorbentes se encuentran en ciertos grandes almacenes de camas y artículos de menaje, en las casas donde venden canastillas hechas, en las tiendas de caucho y tela encerada, en las farmacias, etc.

Hay madres que substituyen este fieltro con un gran pedazo de tapiz ó alfombra de fieltro, doblando lo una ó más veces para que tenga el espesor que se desea, ó bien cortándolo en pedazos que colocan unos encima de otros.

(1) Este sistema último lo hemos puesto en práctica con nuestros hijos y ha dado los mejores resultados. Donde no se pueda disponer de fieltro absorbente, se colocan encima del hule, caucho ó tela encerada unas mantillas de lana oscura dobladas y se obtiene el mismo resultado.
(N. del T.)

M.^{me} Millet-Robinet y su colaborador el doctor Allix, aconsejan para este uso « una especie de almohadillas de muletón ».

« Entre las dos telas se coloca una capa de huata, que se sujeta cosiendo la almohadilla á máquina (1). »

Creemos que este medio no resuelve la cuestión, á causa de la dificultad que hay para lavar estas almohadillas, y porque la huata, por muy bien mantenida que esté, se endurece y se desgarran.

Para cubrir al niño se emplea además de la sábana una colcha de algodón, una de lana y un cubre-cama que puede ser más ó menos vistoso y más ó menos rico.

Claro que en tiempo de calor se cubre al niño solamente con lo indispensable.

Las sábanas y fundas de almohadas deben hacerse de algodón. El frío contacto de la tela de hilo ó cáñamo impresiona penosamente al niño y le impide á veces dormir.

(1) M.^{me} Millet-Robinet y el doctor Allix : *Le livre des jeunes mères*, pág. 14.