

CAPITULO IV

Hábitos de Limpieza

I

ÉPOCA APROXIMATIVA

Si se consulta á los médicos, responden que sólo á la edad de dos años y medio se puede obtener que el niño adquiera hábitos de aseo, en lo relativo á la satisfacción de ciertas necesidades. Y aun así cometerá accidentalmente alguna que otra infracción.

Las madres y nodrizas experimentadas darán una respuesta análoga.

No deja pues de causarnos asombro el leer lo siguiente en *le Livre des jeunes mères* de M.^{me} Millet-Robinet y del doctor Allix :

« Si se pone todo el cuidado necesario para hacer que el niño adquiera hábitos de limpieza y aseo, puede conseguirse, aun antes de la edad de tres meses, que sólo se ensucie accidentalmente; esto evitará muchas molestias y un gran consumo de pañales. »

En realidad es muy bueno y prudente intentar hacer que el niño sea aseado desde su más tierna edad. Por

lo menos se evitarán muchas molestias y numerosos accidentes á fuerza de vigilancia.

Se ven, sin embargo, niños de muy poca edad que avisan con sus gritos el momento en que hay que cogernos sin duda porque sienten alguna molestia y no porque tengan bastante conocimiento para temer mojarse.

Si, pues, la persona que está encargada de su cuidado, da pruebas de gran vigilancia, resultarán de esta coincidencia ciertos hábitos de aseo aun en niños bien pequeños.

Pero casi siempre esto cambia en la época de la dentición, ya porque las circunstancias no son las mismas, ya porque la salida de los dientes determina excitación en el aparato urinario, como lo hace constar el doctor Donné.

II

IMPEDIMENTOS NATURALES

La limpieza durante el día es mucho más precoz que durante la noche.

La dificultad de avisar, la pereza y la inconsciencia en que el sueño nos sumerge son en el niño las causas, si no la excusa de sus hazañas nocturnas.

Sin embargo, si este estado de cosas se prolongase,

por más que se haga, más de los tres años, — más de los dos, dice el doctor Bouchut, — sería preciso consultar á un médico.

Esto sería entonces incontinencia de la orina, una enfermedad de la segunda infancia, que Fonssagrives estudia detenidamente en su obra *Rôle des mères dans les maladies des enfants*. (Papel de las madres en las enfermedades de los niños.)

El doctor Bouchut, sin entrar en grandes detalles, aconseja que se haga tomar al niño, por la noche al acostarse, una ó dos cucharadas de una poción calmante.

Lo más prudente es recurrir al médico en tales casos.

Pero es muy preciso no perder de vista que la falta de aseo del niño durante los dos primeros años por lo menos, es un hecho natural y sería peligroso buscar su remedio.

Aun cuando éste sea inofensivo, más vale dirigirse al médico y hacer que él decida.

El niño puede no ser responsable de sus actos, sin estar por eso necesariamente enfermo.

Hace más de un siglo, el cirujano J.-J. Petit dividía los niños desaseados en tres categorías: perezosos, soñadores y dormilones.

Fonssagrives, analizando esta teoría, dice lo siguiente :

« Los primeros hubieran merecido ser azotados, en la época en que estaba en uso este inútil rigor.

» Los segundos son niños vivos, de imaginación activa; percibiendo su cerebro, la necesidad de orinar, responde á ella por mil combinaciones intelectuales imperfectas y sueñan que se encuentran en las mismas condiciones en que, durante la vigilia, satisfacen dicha necesidad.

» Los terceros tienen el sueño tan pesado que no sienten nada y satisfacen la necesidad de orinar pasivamente, sin darse cuenta de ello. Cuando se levanta á esos niños para modificar sus hábitos, se dejan levantar como masas inertes, y muchas veces se pasan muchos minutos excitándolos sin conseguir que despierten (1). »

La dentición produce en esto grandes perturbaciones. Un niño que era limpio deja á veces de serlo.

Los médicos indican aún otras varias causas, como por ejemplo un mal estado general de salud, una debilidad accidental producida por la fatiga del cuerpo y del espíritu, la convalecencia, la inminencia de una enfermedad más ó menos grave, etc.

Algunos médicos agregan también como causa de incontinencia las lombrices, pero esto no está demostrado.

(1) Fonssagrives : *Libro citado*.

El profesor Fonsagrives desaprueba el que la madre administre por sí misma medicamento ninguno. No deja á su cargo sino el cuidado de las precauciones higiénicas, tales como baños aromáticos, alcoholizados con un vaso de aguardiente, los baños de mar y para los niños fuertes los baños y abluciones fríos.

Para combatir el sueño demasiado pesado, aconseja dar al niño, antes de acostarle, algunas cucharadas de café; además invita á la madre á que distinga bien entre la incontinencia real y la fingida, no vacilando en prescribir en este último caso las medidas disciplinarias.

Recomienda — como hacen los demás médicos, — que se procure, en cuanto sea posible, regularizar esta función, con la costumbre de levantar al niño á horas fijas y acostumbrarle á retener durante el día la orina el tiempo que pueda.

También, según él, debe modificarse el régimen. Los alimentos sustanciales reemplazan á los acuosos y ligeros. Las bebidas deben limitarse á lo estrictamente necesario, sobre todo en la comida de la noche.

III

PRECAUCIONES EMPLEADAS

Tan pronto como el niño comprende lo que se le dice, es posible obtener hábitos de aseo relativo. Las reprensiones y castigos son llamamientos incesantes á su razón naciente. Pero lo que sobre todo hay que hacer en este punto es la educación del instinto.

Los autores del *Livre des jeunes mères*, hacen á este propósito una excursión útil por los dominios naturalistas y dan acerca de la materia instrucciones completísimas.

« Á la edad de un mes ó seis semanas, cuando el niño acaba de mamar ó cuando hace largo tiempo que no ha ensuciado, se abre la parte inferior de los pañales (lo que es muy fácil) y se coge al niño por las piernas, separándolas ligeramente; así se le mantiene encima de un orinal delante del fuego, si es invierno, haciendo con la boca de un modo continuado y suavemente un ligero ruido muy conocido de todas las madres en ciertos países como Francia, *psi, psi, psi, psi...*

» Una vez acostumbrado, bastará ese ligero ruido para hacerle orinar con la mayor facilidad.

» En el verano se colocará al niño sobre un orinal

largo y el frío de la loza al tocar en sus piernas le servirá de aviso.

» En el paseo, la impresión del aire libre producirá el mismo efecto y de esta suerte será muy fácil habitar al niño á satisfacer sus necesidades.»

Á este propósito, es bueno añadir que uno de los doctores más justamente estimados, censura enérgicamente la costumbre de descubrir al niño y exponerle al contacto del aire, sobre todo en invierno. Esto suele dar lugar á molestias y enfermedades.

« Por último, inmediatamente que los niños son bastante grandes para ser colocados en un orinal redondo, es preciso hacerlo. Para ello se sienta uno, coloca el orinal en sus rodillas y al niño encima, sosteniéndolo por detrás; en esta posición se halla muy cómodo (1). »

Á su vez el doctor Seraine dice :

« Es preciso habitar al niño á hacer sus necesidades en el orinal tan pronto como sea posible. En la infancia los hábitos se adquieren con la mayor facilidad; para ello basta acostumar al niño desde muy temprano á ensuciar y orinar á horas regulares (2). »

Desgraciadamente para las madres y nodrizas, es inútil que presenten el orinal á horas regulares. La

(1) M.^{me} Millet-Robinet y Dr Allix : *libro citado* pág. 190.

(2) D.^r Seraine : *De la santé des petits enfants*, pág. 69.

naturaleza en este punto no se deja violentar. Si es posible al niño contenerse, es preciso para ello un esfuerzo de voluntad que no puede esperarse de un ser inconsciente.

Estos hábitos que, al decir del doctor Seraine, se contraen con extrema facilidad, exigirán largos meses, — hasta dos y tres años, — de perseverantes esfuerzos para arraigarse.

Esta reglamentación de horas que los doctores están de acuerdo en recomendar, es en realidad una teoría irrealizable. La nodriza más simple lo demostraría en caso necesario.

Desde este punto de vista, lo que convendría regular sería las horas de comer.

Todavía, hasta observando bien cual es el espacio de tiempo necesario con arreglo al temperamento del niño, á la cantidad y naturaleza de los alimentos absorbidos, habría además que contar con la actividad más ó menos variable, sin causa apreciable, del aparato digestivo.

En suma, esas instrucciones son buenas de seguir con tal que la madre se tome el trabajo y el cuidado excesivo que exigen.

Inmediatamente que el niño tenga conocimiento y buena voluntad será para la madre un precioso auxiliar. Únicamente deberá limitarse á obtener de él que le avise cuando tenga necesidad.

Si el eminente profesor Fonsagrives prescribe en su citada obra que *se acostumbre al niño á retener la orina durante el día tan largo tiempo como pueda*, los demás médicos en general consideran este esfuerzo como perjudicial y á veces peligroso.

CUARTA PARTE

EL EJERCICIO

CAPITULO PRIMERO

Salidas

I

NECESIDAD DE LAS SALIDAS

La necesidad de hacer tomar el aire cada día al niño está de tal manera reconocida, y este precepto es tan generalmente seguido, que sólo para recordarlo á las madres vamos á citar el célebre pasaje de Hufeland.

Pero ante todo hay que hacer al eminente doctor la justicia de reconocer que se debe principalmente á sus esfuerzos el que esta reforma tan útil haya entrado al fin en las costumbres.

« En general, cuando se trata de tomar aire, no se piensa sino en el placer del paseo, y como el niño de un año no conoce ese placer y además sucede con frecuencia que el tiempo no está bueno, se comete la im-