

cos. Es lo cierto que en estos casos la lactancia es inofensiva.

En lo concerniente á las enfermedades agudas ó crónicas, los médicos son generalmente de parecer que sólo debe prohibirse la lactancia cuando resulta perjudicial para la madre ó insuficiente para el hijo.

En este último caso puede acudirse al biberón ó á las sopas para suplir la falta de alimento.

Se citan hechos maravillosos de inocuidad de la leche en casos de cólera, de viruela, de pulmonía, etc.

Sin embargo, es más prudente tomar el parecer de un médico, como debe hacerse en todas las circunstancias que presenten alguna gravedad.

### III

#### MANERA DE LACTAR

Bien esté levantada ó bien acostada, la madre debe buscar siempre la postura más cómoda.

Debe estar colocada de tal suerte que durante la lactancia no sienta molestia ni cansancio.

Debe sentarse con preferencia en una silla baja y poner uno de los pies sobre un banquillo.

Como el recién nacido no se muestra siempre muy hábil para mamar, hay necesidad á veces de echarle

en la boca algunas gotas de leche para decidirle á coger el pezón que se le presenta.



Fig. 117. — La nodriza del duque de Borgoña (niño bien lactado ó amantado).

Á fin de facilitar la operación é impedir que el niño se fatigue con esfuerzos inútiles, la madre debe oprimir suavemente la mamella de cuando en cuando, entre el dedo índice y el del corazón, ó por lo menos



hacer de suerte que se mantenga el pezón en la boca del niño.

También debe evitar con cuidado el que se interrumpa la respiración del niño por medio de las fosas



Fig. 117. — Niño mal amamantado.

nasales, impidiendo que el niño con el ansia de mamar pegue sus narices al pecho.

El niño debe estar cómodamente echado en la falda de su madre, con la cabeza apoyada en el brazo de la misma. Uno de sus brazos debe estar libre y el otro ha de pasar bajo el brazo de la madre.

Una simple ojeada basta para comprender que si la cabeza del niño no tiene punto de apoyo, éste, aunque

tenga el pecho junto á los labios, no podrá mamar largo tiempo.

Cuando la madre da de mamar en el lecho debe tener la cabeza suficientemente elevada, inclinarse de lado y apoyarse en el brazo que sostiene la cabeza del niño.

« Las mujeres no deben olvidar nunca el siguiente principio fundamental de la lactancia maternal :

» Para que el niño mame bien, madre y niño deben hallarse con comodidad.

» En virtud de dicho principio, la madre que está criando no debe gastar corsé (1). »

Si se trata del verdadero corsé, el doctor Brochard tiene razón, pero si sólo se trata del corsé bajo y flojo, llamado vulgarmente corpiño, no está en lo cierto, pues es muy útil y cómodo, y hasta necesario para sostener la flexibilidad y hasta á veces la debilidad del tronco ó busto, igualmente que el peso de las mamellas cargadas de leche.

Cada vez que se dé de mamar al niño, hay que darle los dos pechos para evitar molestos inconvenientes é indisposiciones.

Si el niño no mama demasiado, antes de que se sacie, se le debe quitar un pecho para ponerle el

(1) Doctor Brochard: *Guide pratique de la jeune mère*, pág. 62.



otro (1). Hay madres que tienen uno de los senos atrofiados ó enfermos y que sin embargo crían con facilidad á su hijo con el único pecho que les queda.

Respecto al tiempo que se ha de dejar al niño mamar de un pecho antes de darle el otro, nadie puede ser mejor juez que la propia madre.

Por la misma razón nos abstenemos de dar reglas en esta materia.

Otros autores aconsejan que cuando la leche de la madre es demasiado abundante y el apetito del niño no está en relación con esta abundancia, se le debe dar al referido niño un pecho cada vez y no los dos, según antes se ha dicho.

Este método parece ser en tales casos el más conforme con las teorías emitidas acerca de la formación de la leche. En efecto, de esta suerte el niño después de haber mamado la leche serosa que la mamella contiene, puede aprovecharse de la leche más nutritiva que sube después.

En los primeros tiempos hay necesidad de lavar la mamila con agua tibia antes de ponérsela al niño.

Si éste no la quiere tomar, se unta con miel el pezón, pero hay recién nacidos á quienes esto repugna más que nada.

(1) Á veces la abundancia de leche es tal que los médicos aconsejan el dar el pecho á otro niño además del que se está criando.  
(N. del T.)

En estos casos no se debe dar nada al niño para calmar su sed, á fin de que el apetito le obligue á tomar el pezón.

No obstante, á veces para enseñar al niño á mamar, hay que empezar por darle un biberón algunas veces; pues como en dicho aparato la leche sube con la mayor facilidad, el niño le toma el gusto y no se muestra tan rebelde.

Levert y después de él el doctor Gyoux ponen á la madre en guardia contra un defecto que puede tener graves resultados, y es que algunos niños, bien por haber estado largo espacio sin mamar ó por vicio natural, pegan su lengua al paladar y cogen la teta entre la parte inferior de la lengua y la mandíbula inferior; de este modo se encuentran en la imposibilidad de mamar.

Esto es muy fácil de remediar, colocando la lengua en su posición verdadera, con el dedo ó con el mango de una cucharilla.

Cuando la madre experimentare alguna sacudida moral ó viva emoción, será muy conveniente el que no ponga el pecho al niño inmediatamente sino que aguarde á estar más tranquila.

En tal caso valdría más arrojar la primera leche.

Científicamente se han hecho constar casos de convulsiones y hasta de muerte, causados por la leche absorbida en tales circunstancias.



Algunas nodrizas tienen el hábito de ordeñar la primera leche bajo pretexto de que no es buena.

Sin embargo, creemos preferible no turbar el orden de la naturaleza.

Después de un momento de fatiga, es también conveniente algún descanso antes de dar de mamar al niño.

La mayor parte de los autores no dicen nada sobre si se ha de dar de mamar antes ó después de comer.

Algunos, como M.<sup>me</sup> Millet-Robinet y el doctor Allix, dan por sentado en su libro que el lactar después de comer puede perjudicar á la madre y turbar la digestión.

En la práctica, por el contrario, se ven muchas mujeres á quienes hace daño el dar de mamar en ayunas.

Por el contrario muchas mujeres, sobre todo del pueblo, dan de mamar al mismo tiempo que comen.

De todos modos y en vista de la diversidad de casos, es de creer que en esta cuestión influye mucho el temperamento, ó que dicha circunstancia no influye para nada en la salud de la madre.

## IV

## PRIMERA TETA

Refieren los médicos que en tiempos pasados era costumbre no poner al niño el pecho hasta el tercero ó cuarto día de su nacimiento.

En el intermedio se le daba á chupar al niño miel refinada ó azúcar buena, y luego se le echaban en la boca algunas gotas de hidromiel (1).

Pero todo ha cambiado por completo. Hoy, tanto los médicos como los simples practicantes, aconsejan « que se presente al niño el pecho de la madre tan pronto como ésta haya descansado de las fatigas del parto (2). »

Para esto alegan dos razones: la primera es que el niño aprovecha los calostros, esa leche rudimentaria, laxante y ligera, cuya acción saludable no puede ser reemplazada por ninguna cosa.

Durante la vida intra-uterina, se acumula en los intestinos del niño una materia verde-oscura de la consistencia de la pez.

(1) Oribase: *Œuvres*, t. III, pág. 119. — Soranus: pág. 70, 72, 77, 79.

(2) E. Bouchut: *libro citado*, pág. 79.



« Es, dice el doctor Donné, un compuesto de mucus intestinal y de materia biliar. »

Para obtener la evacuación de esta materia cuando el niño no ha de mamar de la madre, es preciso recurrir á purgantes ligeros, como jarabe de achicoria, etc.

Pero estos medios artificiales no llenan sino á medias las exigencias de la naturaleza, y reemplazan de un modo incompleto el calostro.

Este calostro, que los senos secretan durante muy breve tiempo — de uno á diez días generalmente — es muy á propósito para lubricar la superficie interna del conducto intestinal, excitar suavemente sus contracciones, desleír el meconium y por lo tanto facilitar su evacuación (1).

El doctor Gyoux atribuye la virtud del calostro á la parte aceitoso del mismo.

Sea como quiera, es lo cierto que todos los médicos están de acuerdo para reconocer la benéfica influencia del calostro en el recién nacido.

La segunda razón es que cuando se tarda demasiado en hacer mamar al niño, se obstruyen los pechos, los pezones se endurecen y el niño los toma difícilmente. De ahí provienen grietas que hacen sufrir cruelmente á muchas madres.

« Los movimientos de succión del recién nacido,

(1) E. Bouchut: *Libro citado*, pág. 69.

además de que aseguran su mantenimiento corporal, tienen por efecto en estos momentos poner los pezones más blandos y salientes, los orificios ó caños más libres y favorecer y regularizar la lactancia. De otra suerte, cuando la secreción de la leche se hace abundante, es decir hacia el tercer día ó el cuarto, sería muy de temer la fiebre — *verdadera fiebre de leche en tales circunstancias*, — que vendría á poner obstáculos á la lactancia (1). »

Sin embargo, no hay que fatigar á la madre haciéndole dar el pecho demasiado pronto, pues el niño, al venir al mundo, antes que todo necesita dormir.

En las condiciones ordinarias no se le debe poner el pecho ni antes de las dos horas, después de nacer, ni después de las ocho horas.

Puede suceder que la leche tarde en subir. Para calmar al niño se le dan entonces algunas cucharadas de agua tibia azucarada.

Si la madre no tuviese leche durante los tres primeros días, se le hará tomar al recién nacido leche de vacas, cortada con dos terceras partes de agua tibia.

Á esto se agrega un poco de azúcar y una insignificante cantidad de sal gorda.

En otro tiempo se aromatizaba el agua azucarada

(1) M.<sup>me</sup> Millet-Robinet y el doctor Allix: *Le livre de la jeune mère*, pág. 121 y 126.



con agua de azahar; los médicos desaprueban esto.

Los pechos contienen siempre la cantidad suficiente de calostro para apaciguar la sed del niño.

## V

### RÉGIMEN DE LA MADRE

Rousseau dice :

« La única costumbre que se debe permitir tomar al niño, es la de no contraer ninguna. »

Modificando ó parodiando esta frase del célebre filósofo, podemos decir que el mejor régimen consiste en no seguir ninguno.

La mujer que cría puede y debe comer todo lo que le agrada y cuanto le agrada, con tal que no coma con exceso, ó absorba por pura golosina alimentos que le hagan daño.

Lo mismo que en el estado ordinario, debe buscar los alimentos más favorables á su temperamento y al mismo tiempo más de acuerdo con sus gustos, en virtud del principio de que se digiere mejor lo que se come con placer.

El doctor Donné, tal vez el más experto de cuantos han escrito sobre la materia dice :

« Ninguna sustancia alimenticia tiene la propiedad

de hacer la leche más abundante en las mujeres, ni de disminuir su cantidad.

« La única regla que hay que observar en este punto es la siguiente :

» Todo alimento bien digerido, al cual se halla acostumbrado el estómago de la nodriza, es conveniente para ésta; por el contrario, los alimentos reputados por más sanos, pero á los que su estómago no está acostumbrado y que son demasiado sustanciales, no le convienen en manera alguna.

» Por consiguiente para las nodrizas, como para todo el mundo, todo está reducido á digerir bien lo que se come y á no comer con exceso.

» Así no hay razón para proscribir en absoluto tal ó cual manjar, ni aun la ensalada, como tampoco hay motivo para preferir ciertas legumbres ó carnes.

» El quid de la dificultad estriba en la buena ó mala digestión.

» Lo mismo se ha de decir de las diferentes especies de bebidas. El vino cortado con agua es muy bueno para las que están acostumbradas á él y lo mismo podemos decir de la cerveza; pero no hay motivo para atribuir á uno ú otra una virtud especial, como muchos creen de la cerveza, suponiendo que favorece la secreción de la leche.

» Aun la misma sidra es buena cuando se está acostumbrado á ello.



» En cuanto al café, que forma hoy con la leche el desayuno habitual de muchas mujeres de diversas condiciones, no hay razón para excluirlo; pero se debe tomar ligero (1). »

Lo mismo enseña el doctor Bouchut.

« Las nodrizas, dice, deben comer toda clase de carnes y toda clase de legumbres; pueden tomar *ensalada, frutas*, beber vino, en corta cantidad (una botella por día, con agua) cerveza, sidra, si están acostumbradas á ello; en una palabra, pueden comer todo aquello que pueden digerir.

» La única cosa en que hay que tener gran vigilancia, es en el uso del vino y de los licores, porque las nodrizas que se embriagan dan á los niños una leche muy excitante que produce insomnios y hasta convulsiones. No sería imposible que esas nodrizas expusiesen á los niños á ser atacados de meningitis (2). »

Además de alimentarse bien la nodriza ó la mujer que cría, debe dormir mucho y tranquilamente.

« El sueño tranquilo, profundo y suficientemente prolongado, dice el doctor Donné, es más necesario aún para la reparación de las fuerzas que el alimento mismo (3). »

Las veladas y las fatigas mundanas son los mayores

(1) A. Donné: *Conseils aux mères*, pág. 169.

(2) E. Bouchut: *Hygiène de la première enfance*, pág. 232.

(3) A. Donné, pág. 64.

obstáculos que encuentran las mujeres de clases elevadas para dar de mamar á sus hijos.

Recomiéndase á las mujeres que crían, de hacer durante el día, en todo tiempo y sobre todo al sol, algún ejercicio moderado paseando á pie. Esto es también muy necesario al niño (1).

Oribase les prescribe que eviten la insuficiencia de alimentos igualmente que su exceso y sobre todo la constipación prolongada, porque el primer estado da lugar á una nutrición insuficiente y el segundo á una fatigosa acumulación de residuos.

La reaparición de las reglas, y lo que es más digno de asombro, una nueva preñez, no son motivos suficientes para interrumpir la lactancia, si el niño no parece resentirse de ello.

Sin embargo, en ambos casos muchos médicos aconsejan despedir á la nodriza.

El doctor Bouchut se opone á ello, sobre todo en el primer caso:

« La nodriza dice, debe continuar lactando y sólo se le hará suspender en el caso en que, durante la menstruación, el niño pareciese ponerse enfermo, lo cual es raro. »

En resumen, los baños templados, la limpieza del cuerpo, una buena alimentación, el paseo, el ejercicio,

(1) E. Bouchut, pág. 232.



la tranquilidad moral, en una palabra lo que en el orden ordinario contribuye á mantener la buena salud de la mujer, deben ser para la madre otras tantas prescripciones que debe seguir.

Únicamente no debe tomar purga ni remedio alguno sin consultar al médico.

## CAPITULO IV

### Lactancia mixta.

Cuando la leche maternal no es suficientemente rica ó abundante para satisfacer las necesidades del niño, ó también cuando la madre siente síntomas de fatiga, se cría al niño, parte con el pecho, parte con el biberón.

La madre prolonga la lactancia hasta el destete, ó da de mamar sólo los primeros meses, según vea el estado de sus fuerzas.

Hay además otro género de lactancia mixta.

Á veces una mujer ve agotarse ó secarse su seno después de un espacio de tiempo que varía de seis semanas á seis meses.

Entonces se da al niño el biberón y cuanta más edad tenga, mejor soporta la lactancia artificial.

Los médicos atribuyen excepcional importancia al hecho de que la madre alimente al recién nacido por lo menos durante las primeras semanas, pues en esa época la mortalidad es excesiva. Lo que en ese tiempo aprecian más en la leche de la madre es el calostro, que el niño no puede encontrar en el pecho de una nodriza extraña á menos de circunstancias excepcionales.