En la dificultad de establecer un acabado plan descriptivo, hemos adoptado el de estudiar las enfermedades de los niños, agrupándolas unas, CON RELACIÓN Á LA PROXIMIDAD DEL NACIMIENTO, y el resto, FUERA DE DICHA ÉPOCA.

Estos dos grandes grupos, los estudiaremos *en cuatro partes*, siendo este plan, el general de nuestra Obra; la cual formará dos Tomos, con el exclusivo intento, de que dado su tamaño, sea ella mas manuable.

La **primera parte,** y á modo de introducción al estudio que haremos más tarde, se ocupa de todo aquello que conduzca mejor á la conservación, acrecentamiento y mejoramiento de la infancia, tanto en su parte material de salud, como de su moral, así como también al mejor éxito del tratamiento de sus dolencias; dando de paso, aquellas reglas generales de remediación, que resultarían difusas, de darlas en cada enfermedad de por sí.

En ella estudiaremos asimismo la *lactancia*, el *destete* y la *nostalgia*. Es esta primera parte, *el Vestíbulo de la obra*, que bien pudiera por sí sola, haber constituido su Prólogo ó Preámbulo.

La segunda entra plenamente al estudio detallado de las enfermedades, abarcando aquellas más próximas al nacimiento.

La tercera se ocupa de los padecimientos de la niñez ya transcurridos algunos meses de su vida extra-uterina, comprendiendo con todo, ciertas clases de enfermedades, capaces de ponerse de manifiesto á raíz del nacimiento.

Y por último, en una **cuarta parte** y con el nombre de **Intermediarias,** hacemos cuestión de estudio un número de accidentes, que no forman por sí solos verdaderas enfermedades.

PRIMERA PARTE

INTRODUCCIÓN.

CAPÍTULO PRIMERO

§ I.

Higiene en general.

Si curar las enfermedades es loable, lo es más el prevenirlas: tal hace la parte de la Medicina conocida con el nombre de *Higiene*. Ella nos traza el camino que debe seguirse, no solo para mejorar nuestra salud y conservarla bien, sino que, una vez perdida, nos da reglas prácticas para mejor recuperarla, viniendo en ayuda del tratamiento interno.

Que la Higiene tiene altísimas consecuencias para la salud, nos lo demuestran, hasta por instinto propio, los mismos séres irracionales. No es otra cosa que la práctica de la Higiene, lo que hacen con sus pequeñuelos, la perra, la vaca, la cabra, la gata, y otros animales domésticos, asequibles siempre á nuestro estudio. Vedlos escojer primeramente el suelo en que han de depositar su prole, libre de ruidos, de

humedades, de corrientes de aire; ved la gran solicitud con que atienden á su limpieza, y el esquisito cuidado que ponen en su nutrición.

Que las reglas higiénicas son de notorios efectos, dígalo la estadística con sus irrevocables números á favor de aquellos que la practican.

Y nosotros, los homeópatas, ¿debemos despreciar una rama médica de tanta importancia, por el temor de que se nos diga que sólo hacemos higiene? Pues que, ¿no estamos convencidos de que *nuestros miasmoides*, producen más excelentes resultados con higiene que sin ella? Nunca; el homeópata, á la vez que médico es higienista, y por lo tanto ha de escojer para sus enfermos, todos los medios que quepan dentro de sus creencias, y con los que mejor y más pronto logre restablecer su salud.

§ II.

Higiene del recién-nacido.

Nacido el niño sin accidentes, hay que colocarlo transversalmente y boca arriba, sobre los muslos de la madre. Cuando las mucosidades retenidas en sus fauces, le priven la respiración, bastará quitárselas con el dedo pequeño. Cuando se está seguro de su buena respiración, se liga el cordón umbilical á cuatro dedos por encima del anillo de este nombre, practicando fuerte atadura con hilo encerado, y repitiendo otra, dos dedos más arriba de la primera. Entonces se corta el cordón umbilical por entre estas dos ataduras; operación que no se llevará á cabo, *si no estamos seguros del cese de sus pulsaciones;* pues de lo contrario, supondría que no quedó bien obturado por la ligadura, dicho cordón umbilical. Una vez cortado éste, no hay inconveniente alguno en dejar al niño acostado en la cama de la madre, pasando luego á procurar la expulsión de la placenta. Terminada esta operación, y mientras no

vaya ella retardándose, se pasará á la limpieza del recién-nacido; *comenzando por los ojos, á fin de prevenir la oftalmia purulenta.*

Es una práctica muy aceptable el untar la piel del niño con cuerpos grasos, como la manteca dulce, el aceite de olivo, la glicerina químicamente pura, el cold-cream, y la misma yema de huevo, sirve también perfectamente, para quitarle su capa sebácea viscosa, siempre tenaz, de que es común, venga aquel recubierto. Luego, se procede á su lavado, con agua simple y tibia, tras el cual se enjugará bien, y seco con sábana ligeramente calentada en invierno, se vestirá al recién-nacido con lijeros vestidos, holgados siempre, y proporcionados á la temperatura reinante.

Es, en vestido del cuerpo el niño, y antes de completar con los pañales su vestimenta, que se debe proceder *á la cura del cordón umbilical,* y del siguiente modo. Se toma el cordón con dos dedos de la mano izquierda, y se atraviesa con él, una compresa de hilo empapada en aceite puro de olivo, la que préviamente perforada en su centro, se le pasa hasta la base del cordón, el cual á su vez se deja replegado encima de aquella, en donde el todo se mantiene sujeto con una venda ancha, arrollada al vientre, pero aplicada sobre otra compresa que en forma de almohadilla, y también untada de aceite de olivo, fija al cuerpo el cordón umbilical. Tamañito apósito se renovará diariamente al vestir al niño, evitando en lo posible la ulceración del cordón; accidente que *en sí,* pequeño, es causa de consecuencias desagradables para el niño, de ser este endeble, y de temperamento muy nervioso.

Por regla general, á los seis días del nacimiento, se cae el cordón umbilical, más, es práctica recomendable, que para prevenir la hernia del ombligo, se siga vendando el vientre del niño, con ancha venda y compresa, del mismo modo que se hacía para la cura del cordón.

Volviendo á nuestro punto, hay que decir, ser el momen-

to de acabar de vestir al niño cuando á este se le curó ya por primera vez el cordón, y es entonces también la ocasión para entregarlo á la madre, con la cual, limpia su cama, es bueno esté el recién-nacido, sobre cuatro días, á fin de participar así de aquella dulce temperatura, que fueran inútiles medios artificiales, para proporcionarle otra de más perfecta.

Transcurridos los cuatro días del nacimiento, es preferible para el recién-nacido y para la madre también, viva aquél separado de ésta, en cuna colocada á su lado, desde donde la vigilancia pueda bien practicarse por la misma, y sacar al niño fácilmente para darle el pecho, atendiendo así á sus cuidados, sin necesidad de levantarse la madre. Destiérrese el mal hábito de las pieles para la cuna. Nada más contrario á toda higiene. Empléese el encerado, que se puede lavar siempre que venga súcio.

En cuna aparte el recién-nacido, duerme más tranquilo, está más limpio, respira aire más puro, goza de una temperatura más uniforme, y sin peligro de ser asfixiado involuntariamente por la madre. El niño debe dormir donde no haya corrientes de aire, ni demasiada luz, ruidos, ni escesivo calor.

De nacer el niño débil ó de nacer antes de tiempo, lo mejor es colocarlo dentro de un aparato calentado con agua caliente, hasta que su robustez sea suficiente para vivir en la atmósfera natural y sin artificio alguno.

En cuanto á sus cubiertas, éstas deben ser holgadas, de mucho abrigo sin dar peso, y más aumentadas en el primer mes de nacido el niño, que pasado éste.

Detéstese completamente el uso de cunas mecedoras, que solo sirven para hacer dormir al niño, atontando su encéfalo, después de haber sido la pesadilla de la madre. El mecer al niño, es el primer comienzo de una mala educación.

Con agua templada en invierno, y natural luego, hay que bañar diariamente al niño, con cuya práctica se le robustece, evitando luego sus acatarramientos, por la mayor fortaleza que á su piel se dá.

Es también de rigor todas las mañanas, limpiar su boca con compresa mojada en agua pura y fría, y preferible fuera repetirlo dos ó tres veces diarias.

Respecto al sueño, enseguida de alcanzar el primero, hay que respetarlo, pues en su virtud, el niño se rehace de las fatigas experimentadas al venir al mundo; y al despertar es el *oportuno momento*, para que la madre le dé el pecho, cuyo calostro le sirve admirablemente para expulsar su meconio, sin accidentes de ninguna clase, y sin necesidad de purgantes para lograrlo.

Cabe enseguida hablar del orden alimenticio del recién-nacido. En él consiste la vida lozana del niño. Este, hasta la salida de sus dientes de leche, ningún alimento le es tan útil y necesario, como la leche, y de esta, la de la madre con condiciones para lactar. En su defecto, le sigue en orden de bondad, la de una buena nodriza.

El amamantamiento debe practicarse al principio, cada dos horas, alargando sucesivamente luego las distancias. Dar el pecho al niño, más amenudo, es darle una leche que no ha tenido tiempo de formarse en los senos.

Las indigestiones de los niños de teta, son casi siempre hijas de un esceso de lactancia. Es un error de las comadres, la creencia de que los pechos de la recién-parida, durante los tres primeros días, carecen de alimento para el recién-nacido, y que por lo tanto, no debe aquella dar el pecho á su hijo, hasta trascurrido dicho tiempo. La madre al parir, lleva ya cierto líquido en sus pechos, y éste basta para el recién-nacido. La prueba mejor para la madre de que su hijo ha chupado algo de sus senos, es la de verlo mojado. Si lo está, es señal de que ha alimentado á su criatura. De no estar mojados sus pañales, sin que deje de darle sus pechos, se suplirá la falta de líquido, con algunas cucharaditas de buena leche de vaca ó cabra, mezclada en la proporción de una parte de leche, por dos de agua pura y de cual mezcla se le dará al niño

cada dos ó cuatro horas, según sus necesidades. La leche de burra, cuando es fácil obtenerla, es preferible á otras leches. Debe darse pura. Jamás se dará al niño leche sin cocer, ni tampoco fría, ni menos caliente. Su temperatura debe ser como la leche salida de los senos. Templarla al baño-maría, es lo mejor.

CAPÍTULO SEGUNDO

El lloro y el sueño del recién-nacido, dentro y fuera la época del nacimiento.

§ I.

El Lloro.

Por naturaleza, el niño no es llorón; pero cuando bien nace éste, la diferencia de medio en que entra, tan distinto del claustro materno, le causa agudo dolor, cosa que manifiesta él con sus gritos agudos, de tanto mejor augurio, cuanto más vigorosos, sonoros, y fáciles se desarrollen.

El lloro es por regla general, la expresión de las necesidades instintivas de los niños, salvo el llanto de los por *natura* llorones. Así pues, hay que examinar la causa de los gritos acentuados, menos durante la época de la dentición, que ya pueden suponerse provocados por este trabajo.

Es el *llanto*, el habla de la primera infancia, demostrando con él, la necesidad de repetir el pecho, de cambiar de ropa, de dormir, de incómodas posiciones, de sufrir de cólicos, de indigestiones, de respirar aire impuro, de estreñimiento; de un algo que le molesta, sea su abrigo escesivo, ó deficiente, alfileres que le punzan, vestido apretado, quizá una hernia incipiente, una cefaléa, etc., etc.

Hasta la época en que el lloro puede atribuirse al trabajo de la dentición, esto es, hasta el cuarto mes, todo lloro infantil prolongado, debe buscarse entre las causas señaladas, y otras que pueden serlo también, cual la produce, removiéndolas, para que aquél cese. Cuando removidas las causas del lloro repetido, este no cesa, tendremos seguridades de que será producido por alguna enfermedad, cuyo origen se buscará para corregirla.

Se ha pretendido buscar en el ritmo del llanto, timbre y su duración, la clase de enfermedad que lo provoca. Punto dificilísimo de encontrar, puesto que, á escepción de los *chillidos hidrocefálicos*, propios del crup, y edema de la glotis, los demás, son comunes á diferentes enfermedades, y por tanto no expresan á ciencia cierta, sentido dado de enfermedad.

§ II.

Del sueño.

Durante los primeros meses de nacido el niño, este, bien amamantado y limpio, no debe hacer más que mamar y dormir. Son causas de insomnio, una escesiva lactancia, produciendo indigestiones, así como las constipaciones ventrales, cuyo tratamiento no es de este lugar, pues ya se hallará en sus debidos capítulos la manera de su corrección, y también el de la falta de sueño puramente por esceso de nervosidad. *Véase Insomnio.*

CAPÍTULO TERCERO

Lactancia materna. Lactancia mercenaria. Lactancia artificial. Lactancia mixta. Biberones. Prolongación de la lactancia. Alimentación conveniente antes del destete. Destete. Nostalgia de la leche materna ó de nodriza.

§ I.

Lactancia materna.

Solo en circunstancias especiales, debe la madre dar á pechos mercenarios sus hijos. La madre que pudiendo cría á sus hijos, aparte de sus goces maternales, tendrá de momento menos esposición á las metritis puerperales, que las que no crien, y gozará más salud que estas. La madre que quiere lactar á sus hijos, no teniendo contraindicación para ello, puede entregar á aquellos sus pechos, después de una y otro haber descansado del trabajo del alumbramiento.

Contraindican la lactancia á la madre de mejores disposiciones morales para ella, los siguientes casos: la tuberculosis, ó de ella venir engendrada; la sífilis ó reumatismo, congénitos ó adquiridos, la gota, propensión á las metrorragias, la epilepsia, corea, herpes muy manifiestos, la falta de pezones ó mala conformación de sus pechos, el escrofulismo, raquitismo, dispepsias crónicas, leucorreas pertinaces y otras causas por el estilo.

§ II.

Lactancia mercenaria.

Cuando la madre no pueda ó no quiera criar á sus hijos, hay que proceder á la elección de nodriza. Esta es preferible sea de 20 á 30 años, y algo esperimentada ya. Elíjase una bondadosa, de antecedentes sanos, nada ávida de alcoholes; de fuerte constitución, morena, de negros cabellos, con preferencia á los rubios, dentición sana y que no brille, mamas llenas, agudas y poco voluminosas, sin manchas en su cútis, ni cicatrices, ni abultamientos, ni grietas en sus pezones, viendo salir su leche en varios chorritos y no en forma de caño único. La leche de buenas condiciones, es la que tiene un color blanco algo azulado, dulce, inodora, algo gomosa y no resbale de la uña.

No será elegible ninguna nodriza, que al par que reuna las contraindicaciones dichas para impedir á la madre la lactancia, sufra bronquitis, fuertes sudores, diarreas y gastralgias, y también pueden estos casos, aplicarse á las contraindicaciones para la lactancia materna.

Las nodrizas de pechos venosos, suelen ser muy buenas para la lactancia.

Cuanto al regimen de la madre ó nodriza, es menester una y otra, no abandonen su regimen alimenticio, dejando sí malos hábitos, renunciando á las aproximaciones sexuales; y á la lactancia, al primer síntoma de embarazo y al continuar con sus reglas.

Jamás deben dar de mamar, sinó después de dos horas de haber comido. Hacer otra cosa, es procurar al niño cólicos ventosos é indigestiones.

Cuanto á las horas de lactancia, es lo preferible, reglamentar convenientemente al niño, sin dar oidos á sus persistentes gritos. Cada tres ó cuatro horas dar de mamar, es por

regla general suficiente. Con todo, la madre ó nodriza deben seguir estudiando las necesidades instintivas de sus hijos, y trazar según ellas, las horas de lactancia.

§ III.

Lactancia artificial.

Cuando por destinos Providenciales un recién-nacido no puede ser criado de pecho materno ó de nodriza, puede recurrirse al uso de la leche de burra, de vaca ó de cabra, ya ordeñándola, ya mamada directamente de sus mugres, en cuyo caso se prestan también las perras. Cuando la criatura no pueda tetar del animal, hay que ordeñar su leche y en estos casos es lo preferible, se ordeñe cada vez que deba darse, ó á lo menos hacerlo cada cinco ó seis horas.

La leche ordeñada, debe cocerse al baño-maría, y darse tíbia, después de desnatada.

Si se usa la leche de burra, no hay que adicionar agua, pero sí de ésta añadir una tercera parte, cuando sea la leche de vaca ó de cabra, y reemplazada el agua pura por la horchata de cebada mondada, cuando venga el niño eccematoso.

Y últimamente, cuando no se pueda obtener leche de los animales aludidos, puede emplearse la que nos llega, condensada, de Suiza.

§ IV.

Lactancia mixta.

Consiste en un amamantamiento cualquiera, combinado con el uso de sustancias sólidas, préviamente escogidas para bien poderlas digerir el niño. De entre las sustancias alimenticias que deben darse al niño de teta, preferimos: la sopa de corteza de pan, perfectamente cocida, sobre todo, la de su capa inferior; y la harina lacteada de Nestlé. Pueden añadirse,

los mismos alimentos que referiremos al tratar de la alimentación antes del destete. Más, nosotros, daremos siempre la preferencia á las sopas de pan, y de la harina dicha. Véase en este capítulo, el § VII.

§ V.

Biberones.

Son estos aparatos, unas botellas de formas múltiples, que llenas de leche, hacen á la criatura, las veces de pecho materno, por succionar aquella, mediante un tubo de cristal que las atraviesa, y terminado por otro de goma, al final del que hay una pezonera de la cual mama el niño. Los pobres usan una botella ordinaria, en cuya boca adaptan una pezonera de goma. Sean los que quieran los biberones elegidos, hay que tener con ellos los más prolijos cuidados de limpieza, y aún con esta, difícil es, dejen de crearse hongos, los que absorbidos por el niño, le acarrean enfermedades de carácter criptogámico. El *Muguet*, las astricciones ventrales, las diarreas, y los vómitos, son la secuela del uso del biberón; y sobre todo, del biberón mal limpiado.

§ VI.

Prolongación de la lactancia.

La sola lactancia materna ó por nodriza, se basta para criar bien al niño generalmente hasta los seis meses, pasados los que deficiente viene en criaturas robustas, á menos de tener de que mamar, leche abundantísima. Por regla general, desde los seis meses, deben comenzarse á dar al niño, sustancias sólidas, en previsión del destete, así como para dar á la criatura mayor fuerza orgánica.

§ VII.

Alimentación conveniente antes del destete.

Nosotros creemos que la solución de este problema, se halla en el gran libro de la Naturaleza, estudiado, entre las clases menesterosas. Así vemos que ellas, nutren bien á sus hijos con alimentos cuya base es, la *cocción* de los mismos. *El pan*, constituye el prototipo de la alimentación de los hijos de los pobres, y con él, destetan perfectísimamente bien á sus hijos. La sopita de la corteza inferior del pan (más rica en fósfatos que la corteza superior), cocida grandemente, dá al niño cuanto al líquido, una semi-gelatina de gran alimento, y tocante á la parte sólida, dá todos los componentes de la vida orgánica, desde el momento que, el pan es de por sí, el alimento primordial del hombre, y por tanto, es un alimento completo. En corroboración á nuestro aserto, apuntamos el cuadro de su análisis, según el distinguido Mr. Barral.

EL PAN CONTIENE.	Corteza.	Miga.
Agua.	17'15	44'45
Materias azoadas é insolubles.	7'30	5'92
Materías azoadas y solubles.	5'70	0'75
Materias *no* azoadas y solubles.	4'88	3'79
Almidón.	62'58	43'55
Materias grasas.	1'18	0'70
Materias minerales.	1'21	0'84
	100'00	100'00

Con este cuadro, al par que vemos la mayor nutritibilidad que la corteza proporciona sobre la miga, vemos que ya no existe otra sustancia mejor que el pan, para nutrir bien á la criatura. Le sigue, y quizá le aventaje en importancia, el em-

pleo de la harina lacteada de Nestlé, cuyo uso jamás será bastante recomendado. Vienen luego otras sustancias alimenticias de provecho para ayudar á la lactancia, y preparar el destete, y son: el arroz, sagú, tapioca, la revalenta y la harina de avena.

Las carnes deben absolutamente prohibirse, hasta que las pueda bien mascar el niño.

Cuanto á reglas de alimentación, se debe ser parco al principio, en dar sólidos, y sólo ir aumentándolos, conforme los digiera y apetezca bien el niño. Nadie cuida mejor de la salud de los niños, que una madre advertida.

§ VIII.

Destete.

Cuando un niño mame bien, la madre siga perfectamente, y no haya ninguna contraindicación, la lactancia puede prolongarse hasta la salida de los colmillos, pero sin descuidar prepararse para el destete, y en este caso, á más tardar, desde los doce meses. Esta es la regla más general, á seguir para el destete, en niños bien nutridos. Esto es, que no se debe pasar de los doce meses, sin, con alimentos sólidos, venir en ayuda de la lactancia, para preparar al niño á su destetamiento.

Los niños que pueden mamar á la salida de sus dientes, soportan mejor la osificación dentaria. La salida de los doce primeros dientes, es ya una buena época para destetar á las criaturas.

El destete prematuro, tiene el grave inconveniente de que el estómago se fatiga antes de tiempo, obligado á digerir alimentos de no tan fácil digestibilidad como es la leche; y por otra parte peor, no teniendo aquél, bastante jugo gástrico para elaborar bien los alimentos ingeridos. Y si á esto se añade, la falta de saliva para formar bien el bolo alimenticio, pues que

aquella se escapa por el trabajo dentario, tendremos que la mejor época en definitiva para sin peligros poder destetar un niño, sin aguardar la salida de sus colmillos, es aquella en que quede completado el brote de sus dientes.

De todas las estaciones del año, el verano, es la peor época para el destete.

La mejor manera de destetar al niño, es valerse del vulgar medio de hacerle tomar asco al pecho, colocando encima de estos, aceite desleído en acíbar. Así, de una parte la repugnancia al ver los pezones untados, y de otra, las náuseas del acíbar, repugnan tanto al niño, que es ya difícil á los pocos ensayos, que éste vuelva á probar el pecho, máxime si es ayudado con alguna espresión materna adecuada al caso.

Un destete así practicado, permite que el niño siga acostándose con la madre, sin peligro á su nostalgia, como sucede cuando de ésta se separa.

§ IX.

Nostalgia de la leche materna ó de nodriza.

La nostalgia de la leche para el niño destetado, es lo que para el adulto la nostalgia del país, con la sola diferencia de que éste cura cuando vuelve donde su pensamiento le atrae, mientras que al pobre niño, el volverle al pecho, es en la gran mayoría de casos, precipitarlo más á la muerte, toda vez que, transcurridos muchos días, ha perdido ya el instinto de succionar y por tanto le es imposible en posesión de su objeto codiciado, disfrutar de él: causa pronta del cese de su vida, después de haber pasado por el calvario de la consunción.

Nosofisia del niño mal destetado, y por tanto NOSTÁLGICO. Mal humor en sus primeros días; inapetente; le repugna toda alimentación; está ojeroso; ardiente; pellizcándose casi de

contínuo las narices; labios y párpados. Conforme avanza su nostalgia, aumenta su depresión moral; llegan sus gemidos á ser continuados; le alcanza la demacración; cualquiera cosa le vuelve colérico; es grande su tristeza; acentuadas sus ojeras; azulados sus párpados; triste su mirada, que va dirigida á los pechos de la madre ó de cualquiera muger que en brazos le tenga; busca de contínuo la posición horizontal, como para tomar la teta é introducir en el seno de la madre ó nodriza sus manos, pidiendo el pecho si habla ya.

Cuando un niño nostálgico de esta clase, viene incorregible, adquiere la fiebre lenta, vómitos, diarrea, y la verdadera entero-colitis, que acaban si así sigue, por consunción, aquella lozana vida de cuando estaba lactándose.

Tratamiento. Al principio, como á remedio de causa, es conveniente la *Ignatia amára* á la 12.ª D. para combatir sus trastornos morales. De no conseguir resultado, emplearemos la *Coffea* 12.ª D. para sus trastornos nerviosos, y para los gástricos, la *Chamomilla* 12.ª D. Dos, tres ó cuatro gotas diarias de dilución, serán suficientes, suspendiéndolas sobre todo, al notar mejora, y volviendo tan solo á su repetición, cuando no prosiga el alivio.

Es el caballo de batalla en estos enfermitos, la dificultad en nutrirlos. Nosotros entre su muerte por inanición, ó el peligro de indigestiones, siempre hemos optado por lo último. Así hemos obrado nosotros con nuestros carísimos hijos, á quienes un destete prematuro y en la estación del verano verificado, les ha sumido nostálgicos en alto grado. Acogidos á la harina lacteada, les hemos ingerido su sopita á *viva fuerza*, quedando agradecidos de semejante proceder. Es verdad que una así forzada dieta, les acarrea indigestiones, pero la *Chamomilla*, se ha bastado siempre para curarlas.

Convienen al niño nostálgico, muchas horas de paseo, reteniendo al niño en casa, solo forzados por el mal tiempo. Los baños templados, el cambio de localidad y una gran higiene, son poderosos elementos para combatir la nostalgia de la leche.

BIBLIOTECA

CAPÍTULO CUARTO

DIRECCIÓN FÍSICA Y MORAL DE LOS NIÑOS

Baños. Vestidos. Ejercicio. Sueño. Deposiciones. Alimentación. Hábitos en general. Hábitos en particular. Instrucción. Perfectibilidad de los sentidos. Educación moral.

§ I.

Baños.

La gran estensión de nuestros tegumentos dice de por sí cuán alta debe ser su función á desempeñar en nuestro organismo. Y esto cierto, cuanto hagamos para no entorpecer su libre ejercicio, debe resultar, como resulta, en provecho del individuo. Conviene pues, que desde el nacimiento, se lave diariamente la piel del niño, con agua ligeramente tibia en invierno, y fría en el resto del año. Esta operación fuera mejor hacerla general, introduciendo la criatura por breves instantes en un pequeño barreño, y luego enjugarla perfectamente. Con ello se tonifica más la piel, que con un simple lavado mediante esponja empapada en agua.

El baño y los lavatorios diarios, tienen las ventajas siguientes: hacen al niño menos sensible á los cambios atmos-