

te objeto, se expresará también en la casilla de observaciones o en la de procedencia el nombre del donante.

Los ingresos en metálico con destino a la biblioteca, lo mismo que la inversión de los mismos, deberán figurar en el registro de gastos e ingresos de la escuela.

TERCERA PARTE.

EDUCACION.

INFLUENCIA DE LA HIGIENE SOBRE LA EDUCACIÓN EN GENERAL.

Un importante beneficio alcanzado por el hombre, como consecuencia de su reunión en sociedad, consiste en la progresiva elevación del nivel moral de las colectividades. La aspiración de los tiempos actuales es asegurar i mejorar las condiciones intelectuales de los pueblos, ennobleciendo sus aspiraciones i procurando a los niños sanos la mayor suma posible de conocimientos. El aumento i mejora de las escuelas es hoy una cuestión vital para todos los pueblos cultos, pues mientras antes la educación de los hijos se dejaba a la iniciativa de los padres, ahora están éstos obligados a enviarlos a la escuela i a procurar que aprendan un oficio o profesión que los ponga en aptitud de ganarse la vida. Para esto son ante todo necesarios ciertos conocimientos generales, que tan sólo en la escuela pueden adquirirse, los cuales auxilian al hombre para que pueda llenar mejor sus deberes i aprovechar su actividad de un modo más conveniente. La enseñanza de las profesiones elegidas, se adquiere durante largo tiempo en las universidades, escuelas superiores i escuelas prácticas. Simultáneamente, con el mayor desarrollo de la inteligencia, se ha observado una disminución en las fuerzas físicas. Sostener éstas i aumentarlas, no sólo incumbe al individuo, sino también a la sociedad, que ha de procurar aumen-

tar el desarrollo orgánico de sus individuos, pues un pueblo en que las fuerzas físicas de éstos disminuyen de generación en generación, es un pueblo que degenera i no se halla en condiciones de defenderse contra las agresiones de los extraños. Es, por lo tanto, un deber de los padres, de los maestros i de la administración pública, procurar que los hombres del porvenir sepan ponerse a cubierto de las influencias perjudiciales, i que el conveniente cultivo de la inteligencia no se haga en detrimento del desarrollo físico, que no es menos importante.

MORTALIDAD INFANTIL.

En ninguna época de la vida corre ésta tanto peligro como en la niñez. Según datos del Consejo Imperial de Higiene de Berlín, durante el año de 1896 ocurrieron en Alemania 34,7 defunciones por 100 individuos en el primer año de la vida, siendo esta proporción de 30,7 por 100 en el reino de Baviera i de 32,8 por 100 en Berlín. También en otros países hace la muerte numerosas víctimas, durante tan tierna edad. De cada cien niños nacidos vivos, murieron durante dicho año en Alemania 19,9; en el reino de Prusia, 19,1; en Baviera, 23,3; i en Sajonia, hasta 24,8; así es, que de todos los niños nacidos vivos en los mencionados Estados, solamente pasaron al segundo año de su vida, de los $\frac{3}{4}$, a los $\frac{4}{5}$. Sin embargo, la cifra de la mortalidad infantil experimenta notables oscilaciones en relación con el tiempo i el lugar. El tercio próximamente de las defunciones ocurridas en los niños de menos de un año durante el de 1896 ya indicado, tuvieron lugar en los meses de julio i agosto. En las grandes ciudades, la mortalidad infantil es mucho mayor que en la población rural. Los hijos naturales, especialmente, mueren en mucho mayor número durante el primer año de la vida, fenómeno que parece debido a que por lo general obtienen de sus padres menos cuidados de los hijos legítimos.

ALIMENTACIÓN DE LOS NIÑOS.

La mayoría de las enfermedades de la primera infancia son debidas al uso de una alimentación poco apropiada a la edad.

Hai madres que no pueden, i otras que no quieren criar a sus hijos, unas veces por mal estado de la salud, otras por el afán de obtener las ganancias que les proporciona el servicio de la lactancia mercenaria i otras sin ningún motivo serio para dejar de cumplir tan sagrado deber. En estos casos sólo a los padres prudentes les es dable confiar sus hijos a una nodriza para que supla enteramente a la madre i, por tanto, hai muchos niños que carecen por completo de alimento natural, i la leche humana es substituida por la de vacas o de otros animales. Aunque parecida a la de la mujer, no es aquélla tan apropiada al indicado objeto, i para dársela al niño es preciso preservarla de toda impureza i diluirla con agua hervida, añadiéndole algo de azúcar i cociéndola bien. Las madres imprudentes que administran a sus hijos la leche sin cocer o poco diluida, con el objeto de proporcionarles una alimentación mui nutritiva, sólo consiguen que el estómago de éstos no pueda tolerarla i la devuelva en forma de vómito, o que adquieran graves enfermedades de las vías digestivas.

Simultáneamente con la leche, o para sustituirla, se suele dar a los niños la leche condensada u otros sucedáneos de aquélla. A los que cuenten más de tres años se les podrá dar al mismo tiempo sopa de avena o de cebada bien cocidas; pero es preciso no olvidar que el valor nutritivo de tales sopas es mui inferior al de la leche. Un ensayo prematuro para dar a los niños la misma alimentación que a los adultos, va seguido casi siempre de graves trastornos digestivos.

Las terribles diarreas i el cólera infantil son frecuentemente consecuencia de descuidos en la calidad de la leche suministrada i en la limpieza de los utensilios para guardarla i darla al niño, observándose que dichas enfermedades causan mucho mayor número de muertes entre los niños que se alimentan con leche animal o sus sucedáneos, que en los que están criados al pecho. En el último trimestre del primer año se pueden dar a los niños pastas ligeras, i los huevos pasados por agua, mui claros, es seguro que no perjudicarán hacia el final del primer año. Las carnes blandas i fáciles de digerir, suelen soportarlas mui bien los niños en el curso del segundo año i se les pueden dar

sin temor hacia el final del mismo. En dicha época digieren bien ciertas legumbres i en particular las patatas i las frutas. Más tarde los niños van poco a poco tomando una alimentación más fuerte, pero no se les debe permitir el uso de alimentos indigestos o fuertemente especiados, ni tampoco las bebidas espirituosas. El dar a los niños dulces i golosinas en exceso, no solamente es pernicioso para la educación, sino que además les produce enfermedades en los dientes i trastornos digestivos que ponen en peligro su salud.

BAÑOS.—VESTIDOS PARA LOS NIÑOS.—NECESIDAD DE AIRES PUROS.—OFTALMÍA DE LOS RECIÉN NACIDOS.—SUEÑO.—CAUSA DE LOS GRITOS DE LOS NIÑOS.

Uno de los cuidados más necesarios a los niños es la *limpieza*, por cuya razón conviene mucho bañarlos todas las días, limpiarles muy bien los cabellos i las arrugas existentes a nivel de las articulaciones, separando cuidadosamente todas las suciedades i después empolverar sus partes i, si es necesario, engrasarlas ligeramente. Cuando los niños no son objeto de tales cuidados, su piel se ulcera fácilmente i se desarrollan en ella erupciones perjudiciales a su desarrollo.

El cuerpo del niño es muy sensible a los *enfriamientos*. Por esto el agua para bañarlos ha de ser templada a unos 34° c., i calientes sus vestidos i cama. Por el contrario, es un error perjudicial privarles del aire puro i del ejercicio que tanto apetecen, i a no ser por causa de lluvia, nieve o fuerte viento, en cuyos casos es fundado el temor a enfriamientos i humedades, los niños sanos deben ser llevados al aire libre todos los días, a partir de pocas semanas después del nacimiento.

Los ojos de los recién nacidos requieren particular atención, pues la terrible *oftalmía purulenta*, que desgraciadamente deja ciegos a tantos niños en la primer época de su vida, puede ser curada casi siempre si se acude a tiempo i es bien tratada. Hai que reclamar sin pérdida de tiempo el auxilio del médico tan pronto como se noten en los niños los ojos enrojecidos i los párpados cerrados o gotas de moco en los ángulos de los mismos,

pues tales síntomas anuncian el principio de una inflamación. La claridad del día no daña la vista del niño, a no ser cuando directamente da en sus ojos la luz del sol.

La habitación del recién nacido debe permanecer tranquila i silenciosa, porque durante los primeros meses los niños necesitan dormir mucho.

Los gritos del niño no son muchas veces otra cosa que una manifestación exterior de su vida, pues no tienen otro medio de dar a conocer sus necesidades. A veces gritan porque sí, otras porque tienen hambre, i quedan tranquilos tan pronto como se les aumenta la alimentación o se cambia la composición de la misma. Raras veces es fundado el temor de que los gritos del niño sean debidos a alguna enfermedad; por el contrario, una voz fuerte debe considerarse como signo de salud.

APARICIÓN DE LOS DIENTES.—DESARROLLO DEL LENGUAJE.—FACULTADES DE MANTENERSE DERECHO I DE ANDAR.

Al contar los niños seis meses, poco más o menos, suelen experimentar ciertas molestias, pues a consecuencia de la erupción de los dientes sus encías se hinchan i se ponen dolorosas, la saliva es segregada con abundancia, se llevan los objetos a la boca i los oprimen entre las encías, están caprichosos, de mal humor i su sueño es intranquilo. Algunas ligeras fiebres que se presentan a veces pueden también atribuirse a la dentición. En esta edad suelen darse además otros estados más graves, como erupciones, convulsiones, tos, fiebre alta, etc., que de ordinario no tienen nada que ver con la dentición, sino que simplemente coinciden con ella. La costumbre de atribuir a la dentición todas las enfermedades que pueden presentarse en los niños mientras ésta se verifica, haciendo que se descuide la asistencia del médico para ellas, ha ocasionado la muerte de muchos niños.

Hacia el final del primer año de su vida, el niño empieza a articular las primeras palabras. El *desarrollo del lenguaje* se verifica de ordinario sin ninguna dificultad i no es influido por el frenillo, pues aunque éste sea algo corto o fuerte, va cediendo gradualmente con los movimientos de la palabra, i, por lo tan-

to, es superfluo cortarlo i puede dar lugar a inflamaciones i supuraciones. En la misma edad empiezan los niños a *sostenerse i a andar*. Con este motivo se ha de redoblar la vigilancia, a fin de impedir que puedan caerse i hacerse daño. Algunas veces, a consecuencia de cierto reblandecimiento de los huesos, que puede llegar a constituir una enfermedad (raquitis), se retrasa más o menos la época de mantenerse de pie i de aprender a andar, lo cual no suelen hacer tales niños antes de los dos años, siendo esto una ventaja, porque los huesos reblandecidos se encorvan con facilidad bajo el peso del cuerpo.

DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA.—JARDINES DE LA INFANCIA.

Simultáneamente con el crecimiento del cuerpo se va gradualmente desarrollando la facultad de pensar, el juicio i la voluntad, con lo cual empieza *la cultura del espíritu*. Sobre esto conviene tener presente que cuanto más se tiene en cuenta el desenvolvimiento natural i menos se recarga la memoria del niño, tanto más sana se desarrolla su inteligencia. Los padres que por sus ocupaciones, enfermedad u otros motivos no pueden cuidar durante mucho tiempo de sus hijos, encuentran en los *Jardines de la Infancia* un poderoso medio de educación. Allí los niños se recrean mucho jugando con otros de su edad i simultáneamente reciben mui útiles enseñanzas. Respecto de los locales i disposición de los *Jardines de la Infancia*, en lo que se refiere a la higiene pública, hai que tener presentes consideraciones análogas a las indicadas para las escuelas.

ESCUELAS.—DEBERES DE LA ADMINISTRACIÓN I DE LOS DIRECTORES, LOS PROFESORES I LOS PADRES.

Quando el niño empieza a ir a la escuela se produce un cambio completo en su género de vida, pues pasa convenientemente ocupado una parte del día, i con arreglo a su edad practica ejercicios corporales e intelectuales, acostumbándose a tener el concepto de sus deberes.

Los niños que en la escuela aprenden i cumplen con su deber, están menos expuestos a influencias nocivas. El director ha de

procurar con el mayor celo que se cumplan las ordenanzas del Estado, en forma que ni por la disposición del establecimiento ni por el modo de enseñar pueda resultar ningún inconveniente para la salud de los alumnos. Los profesores deben observar detenidamente a cada uno de sus discípulos, tanto en lo referente a la parte física como a la intelectual, con lo que se facilita mucho a los padres el cumplimiento de sus deberes respecto de los niños. La vigilancia sobre éstos en sus horas libres, la observación de las particularidades que su apetito i su sueño ofrezcan, conduce más fácilmente que en la escuela al descubrimiento de ciertos trastornos en su modo de ser orgánico o de posibles defectos de desarrollo. Estos antecedentes facilitan al maestro o preceptor el perfecto conocimiento i posible separación de algún peligro que pueda amenazar la salud del niño. Son deberes de la familia procurarle un ejercicio conveniente i paseos al aire libre, dispensarle asistencia adecuada, en caso de enfermedad, i atender a todas sus necesidades, al propio tiempo que se preocupa de que aumente sus fuerzas i le facilita todos los medios apropiados a su educación.

EL EDIFICIO-ESCUELA I SUS LOCALES.

Una casa destinada a escuela requiere ciertas particularidades, además de las condiciones que, según hemos manifestado, son exigibles a las construidas para habitación. Las dimensiones de las clases deben permitir ver i leer fácilmente lo que se dibuje o escriba en los encerados, hasta a los niños de los últimos bancos. Además, la pared situada al lado opuesto de las ventanas ha de recibir luz suficiente, pero no exagerada, i la altura i disposición del techo no serán obstáculo a la claridad. Por regla general, una clase de 10 metros de longitud por 7 de latitud i 4 de altura, dimensiones que dan un espacio de 280 metros cúbicos, permite cómoda e higiénica permanencia a 50 o 55 niños, pues si bien según esta cubicación corresponde proporcionalmente a cada uno menor espacio que el que necesita, debe tenerse en cuenta la circunstancia de no ser mui larga la duración de las clases i la frecuencia con que se ventila el lo-

cal, a cuyo fin cuando los niños están fuera de él se tendrán abiertas las puertas i ventanas para que de este modo se verifique una completa ventilación, la cual también se ha de procurar, en cuanto sea posible, durante las horas de clase.

La temperatura de la escuela suele estar en relación con el clima i otras particularidades de la localidad, así como también con las dimensiones del edificio. Para las escuelas grandes, lo mejor es la calefacción de conjunto por un procedimiento que establezca simultáneamente la ventilación. La mejor temperatura para los niños es la de 18° c.

Es preferible que las paredes, el suelo i todos los objetos que constituyen el mobiliario de una escuela sean lisos, a fin de que el polvo i la suciedad no puedan fijarse en ningún ángulo, grieta o labor, i sea además fácil evitar por una limpieza frecuente i detenida, la acumulación de materiales sucios, siempre nocivos.

Un vicio que se adquiere con mucha frecuencia en la niñez, es el de escupir, lo que debe impedirse en nombre de la limpieza i del decoro, consintiendo tan sólo en caso de enfermedad. Los niños que tengan tos, ni dentro ni fuera de la escuela escupirán en el suelo, sino en escupideras que se limpiarán con frecuencia, pues dicha costumbre es causa de que el aire de las habitaciones contenga gérmenes de enfermedades que, al ser respirados por los niños sanos, les comunica el contagio.

RELACIONES ENTRE LA LUZ QUE TIENEN LAS ESCUELAS I LA MIOPIA.

De gran importancia para la higiene es el grado de claridad que hai en las escuelas, porque la escasez de luz facilita la miopía i las desviaciones de la columna vertebral. Ambos defectos suelen tener por origen una posición viciosa del cuerpo, pues mientras la miopía depende de los esfuerzos que hacen los ojos para leer i escribir en locales poco iluminados, las desviaciones de la columna vertebral se desarrollan fácilmente en los niños, cuando a consecuencia de la escasez de luz, tienen que aproximarse demasiado al libro o al papel, bajando mucho la cabeza.

La clase debe, pues, recibir la luz del día, sin que lo estorben casas, paredes ni árboles. El espacio señalado por las ventanas debe representar, cuando menos, el quinto de la superficie total del suelo. La entrada de la clase debe ser ancha, i las paredes de un gris o azul claro, colores que no deslumbran i favorecen más que los otros la difusión de la luz. Es preferible que esa luz penetre por la izquierda o bien por arriba, pues si llega por delante deslumbra, la que viene por detrás proyecta la sombra del niño sobre el libro o el papel, i cuando se recibe por la derecha, hace otro tanto con la de la mano i de la pluma, dando margen a que el niño, para evitar dicha sombra, adquiera posiciones viciosas. Si en los días oscuros de invierno, la luz natural es insuficiente, no debe escasearse la artificial. Es sumamente importante que los libros utilizados para la enseñanza no tengan letra mui pequeña ni líneas mui estrechas, a fin de que la vista no tenga que esforzarse. Conviene también que los mapas no tengan colores mui brillantes ni contengan muchas indicaciones a un mismo tiempo (por ejemplo, estados, ciudades, ríos, montañas, caminos, etc.)

LOS BANCOS DE LA ESCUELA I SU RELACIÓN CON LAS DESVIACIONES DE LA COLUMNA VERTEBRAL.

La disposición de los bancos tiene gran importancia para favorecer o, por el contrario, para evitar las desviaciones de la columna vertebral. Las malas posiciones del cuerpo se evitan fácilmente si el alumno, durante la escritura, puede permanecer sentado, con el tronco en sentido vertical, sin que para sostenerse necesite ejercer ninguna contracción muscular. Un asiento demasiado alto, en el cual, si las rodillas están dobladas en ángulo recto, los pies no llegan al suelo, o un banco mui estrecho que no tenga sitio para la parte posterior del muslo, cansan los músculos de la pierna. Una distancia más pequeña de la regular entre la mesa i el asiento da como resultado una inclinación de la cabeza, mayor de lo conveniente. Una mesa excesivamente alta, dificulta la buena colocación del brazo derecho para la escritura i trae consigo una elevación del hombro dere-

cho i una inclinación de la parte superior del cuerpo hacia la izquierda, i simultáneamente los ojos se aproximan más de lo conveniente a lo que se escribe. La excesiva separación entre el borde posterior de la mesa i el anterior del banco, exige una gran inclinación del tronco hacia adelante, lo que dificulta la respiración i cansa los músculos de la espalda. Para evitar, que a consecuencia del cansancio de éstos, se relajen, dando lugar a que se desarrollen inclinaciones viciosas de la columna vertebral, el alumno se apoyará con alguna frecuencia en el respaldo de su asiento. Según las ordenanzas de Württemberg i otras, los respaldos de los bancos deben constituir una superficie vertical no interrumpida, desde el asiento hasta donde alcance el borde superior de los omóplatos o muy poco más abajo, a fin de que presten un buen apoyo a la espalda i eviten sus desviaciones, pudiendo, a partir de dicho nivel, inclinarse ligeramente hacia atrás.

Hace algún tiempo, los centros directivos de la enseñanza se han visto obligados a dictar reglas higiénicas sobre la iluminación de las aulas i la altura de las mesas i bancos, en relación con las diversas estaturas de los niños; a pesar de lo cual, muchos de ellos descuidan mantenerse en buena posición, aunque haya en la clase luz suficiente i la mesa i el asiento estén perfectamente dispuestos. En tales casos se trata de una mala costumbre, que se ha de procurar corregir, o de un estado morboso que, si no se cura a tiempo, puede tomar mal carácter, por cuya razón, en cuanto tengan los padres i preceptores la menor sospecha respecto de su existencia, deben solicitar los consejos del médico.

La influencia perniciosa de la mala posición de los niños en la escuela, no solamente se manifiesta por el desarrollo de la miopía o de las incurvaciones anormales de la columna vertebral, sino que, además, alcanza a producir trastornos en la circulación de la sangre, que pueden dar lugar a éxtasis sanguíneos en el cerebro, dolores de cabeza i hemorragias nasales.

DEL PRETENDIDO EXCESO DE TRABAJO DE LOS ESCOLARES.—MALA DISTRIBUCIÓN DEL TRABAJO ESCOLAR.

En ciertas i determinadas alteraciones de la salud se ha pretendido ver modernamente las consecuencias de un exagerado esfuerzo intelectual, i de ahí que se haya culpado a las escuelas superiores de recargar con excesivo trabajo a los alumnos. Generalmente este reproche no es justo, sino que suele pecar de exagerado, pues aun siendo cierto que en el plan de enseñanza figuran bastantes trabajos que los alumnos deben hacer, no es menos cierto que buena parte de ellos los verifican ya en la edad adulta. Entre otras ocupaciones el desarrollo de temas prácticos es de imprescindible necesidad para que el alumno se acostumbre a pensar por su cuenta, puesto que en la vida social habrá de dirigir por sí mismo sus trabajos i acciones. En Alemania el plan de los establecimientos de enseñanza consiste en acomodar los temas objeto de estudio a la edad i condiciones de los niños i jóvenes, i las autoridades académicas cuidan muy especialmente de que los profesores no permitan a ningún discípulo trabajos superiores a sus fuerzas. Si a pesar de esto en algunas escuelas los niños ofrecen un aspecto mustio, exceso de irritabilidad, interrupción de su desarrollo corporal o visos de ciertas enfermedades, ello es debido generalmente, más que al exceso de trabajo intelectual, a otras cosas, entre las cuales suele encontrarse con frecuencia la mala distribución de aquél. Se procurará, pues, que las lecciones que el niño haya de aprender en su casa no sean muy largas i que tenga tiempo suficiente para estudiarlas, sin necesidad de dedicar a ello las horas de esparcimiento o recreo, i mucho menos las del sueño, pues éste, en los niños i jóvenes, no puede escasear sin detrimento de su salud; además de que el niño que no ha dormido bien no puede en clase prestar la debida atención a las explicaciones de sus profesores. Por otra parte, escaseando el sueño, los estudios que el niño hace en su casa no son bastante eficaces, i, por lo tanto, dejan descontentos a los profesores; la facultad de retener lo aprendido disminuye, lo que hace que las materias de estudio queden conocidas de un modo muy superficial, i como los

conocimientos que ulteriormente se van adquiriendo están siempre fundados en los anteriores, lo que no ha sido bien comprendido se olvida i después en las clases superiores se han de hacer violentos esfuerzos que generalmente no tienen resultado i que, en cambio, concluyen produciendo una gran fatiga.

GÉNERO DE VIDA QUE HA DE HACERSE DURANTE LA ÉPOCA ESCOLAR.

Los inconvenientes que acabamos de reseñar son aún mayores si el estudiante lleva un género de vida poco apropiado a su edad i ocupaciones. Al mismo tiempo que se cultiva la parte intelectual, no ha de descuidarse la física. Las horas de recreo i las temporadas de vacaciones deben dedicarse a los paseos i otros ejercicios, tales como la gimnasia, esgrima, natación, etc., i no a ocupaciones sedentarias. La alimentación del niño o joven que está creciendo ha de ser sencilla i nutritiva, i debe impedírsele a toda costa el uso prematuro del tabaco i de las bebidas alcohólicas. Es altamente perjudicial en estas edades acostarse tarde, i sólo por excepción podrá permitirse a los jóvenes la asistencia a teatros, conciertos i otros espectáculos que, además de concluirse tarde, tienen el inconveniente de ocupar su imaginación, apartándole de los estudios. Lo mismo es aplicable también a la lectura de ciertos libros que contienen historias de crímenes o de amores i que preocupan antes de tiempo la imaginación distrayéndola de su conveniente objetivo. Hai ocasiones en que los malos libros transforman por completo las condiciones morales de los jóvenes, i de buenos estudiantes llegan a convertirlos en viciosos, criminales i suicidas. Los libros buenos, tanto por sus nobles tendencias i pensamientos, como por su literatura hermosa i castiza, son muy útiles i deben recomendarse sobre todo para ocupar las horas de recreo durante los días malos, en que no se puede pasear al aire libre. La música i otras artes han de ser estudiadas principalmente por los jóvenes de uno u otro sexo que hayan de tenerlas como profesión, i además, por los que sin cansancio ni precisión de dedicar a ellas

las horas de recreo, gusten de cultivarlas una vez cumplidos todos sus deberes escolares.

DESARROLLO I PROTECCIÓN DEL ORGANISMO EN LAS ESCUELAS. GIMNASIA.

El desarrollo corporal de los niños i niñas es asunto de vital interés i no ha de ser descuidado en las escuelas. Los profesores deben observar la constitución orgánica i desarrollo de los niños, i dar sobre ello a éstos o a sus padres cuantos consejos crean convenientes, avistándose con los últimos siempre que lo estimen de necesidad. Los alumnos que padezcan enfermedades contagiosas, lo mismo que sus hermanos, deben ser separados de los otros, i no se permitirá que vayan de nuevo a la escuela hasta que haya pasado todo peligro de contagio. Cuando una enfermedad infecciosa ataque simultáneamente a varios niños de una escuela, debe ésta ser cerrada.

La gimnasia favorece el desarrollo i la agilidad del cuerpo i de los miembros, i es, además, un elemento importante para corregir ciertos defectos orgánicos. Hai padres excesivamente cuidadosos que no gustan de que sus hijos se dediquen a tan útiles ejercicios si no hai para ello una causa muy apremiante. Las lesiones corporales que pueden originarse por la gimnasia son casi siempre insignificantes i no ofrecen ningún cuidado, siendo además muy raro que ocurran; por otra parte, los niños tienen gran necesidad de hacer ejercicios corporales i es preferible que éstos sean metódicos i dirigidos por un profesor, a que los hagan por sí mismos i sin vigilancia alguna, en lo cual realmente puede haber verdadero peligro.

CAPACIDAD I APTITUDES DE LOS ESCOLARES.

Cuando el niño, a pesar de sus esfuerzos, no puede superar las dificultades que el estudio le ofrece, i existe el temor de que su salud se resienta por exceso de trabajo, se presenta la cuestión de si su capacidad no será proporcionada al esfuerzo intelectual que tiene que hacer. Con frecuencia basta un cambio de estudios o dedicar al niño a una profesión que los requiera