

Junta Provincial de Protección de Menores

BARCELONA



CONSEJOS A LAS MADRES

**La madre tiene el deber de criar a su hijo
El hijo tiene derecho a la leche de su madre**



MORTALIDAD INFANTIL

Mortalidad infantil significa mortalidad en el primer año de la vida.

La debilidad congénita, las enfermedades gastrointestinales por alimentación defectuosa y las enfermedades de las vías respiratorias, son las principales causas de mortalidad infantil.

La debilidad congénita, en la mayoría de los casos, es consecuencia de las enfermedades de los padres o del trabajo excesivo de la madre durante el embarazo.

Los casos mortales de gastroenteritis son excepcionales entre los niños criados al pecho.

Las bronconeumonias mortales no se producen casi nunca entre los niños con lactancia natural.

Los factores que influyen en la mortalidad infantil son: la separación de la madre y el hijo, con la supresión de la lactancia materna; ignorancia en la alimentación y cuidado del hijo; las malas condiciones higiénicas de la habitación; la miseria y los contagios de las enfermedades, sobre todo de la tuberculosis.

Estadísticas:

- Por cada 100 niños muertos, corresponden:
- 10 que se alimentaban solamente al pecho. (Lactancia natural.)
 - 25 que se alimentaban con el pecho y biberón. (Lactancia mixta.)
 - 65 que eran criados con biberón. (Lactancia artificial.)

La mortalidad infantil es del 7 por 100 entre las madres inteligentes e instruidas, y del 21 por 100 entre las analfabetas.

3 por 100 con habitaciones higiénicas y 81 por 100 en las familias que habitan en una sola habitación.

Tuberculosis: los niños mueren en un 80 por 100, si están expuestos al contagio tuberculoso.

La elevada mortalidad infantil no es un mal irremediable con el cual nos tengamos que conformar. Todo lo que se gasta en proteger al niño, rinde en proporción al esfuerzo realizado.

DESARROLLO DEL LACTANTE

El concepto del «niño sano» se deduce del estado general de su desarrollo: peso, talla, dentición, etc.

Un peso que corresponda al término medio de cada edad, según cifras señaladas en las tablas de peso, es un dato que ofrece cierta garantía de normalidad.

Al peso no debe dársele un valor absoluto. Es necesario, también, tener en cuenta la talla, y, especialmente, el aumento continuo y regular del peso.

La piel ha de ser tersa y sana, y la grasa proporcionada a la edad del niño, teniendo al tacto una sensación de resistencia y dureza.

Los primeros dientes incisivos medios inferiores salen de los cuatro a los seis meses. Retrasos grandes en la salida de los dientes y desorden en su aparición, pueden significar síntomas de raquitismo.

Una gran resistencia contra las infecciones es prueba de un buen estado de salud.

El bienestar del niño, que se aprecia por su quietud y satisfacción, demuestra normalidad. Muchas veces, el llanto y el malestar son provocados por el hambre.

El niño sano siempre tiene un sueño muy profundo.

Son también características del niño normal: el interés por todo lo que le rodea; la voluntad de hacer movimientos; la posibilidad de sostener la cabeza a los tres meses, permanecer sentado a los seis meses, sostenerse derecho a los nueve meses y caminar al año.

La inteligencia se manifiesta por la fijación de la mirada, entre los dos y tres meses, y la sonrisa en el segundo mes. Durante el segundo y tercer trimestre, la atención es más profunda y existe la voluntad de mantener los objetos.

JUGUETES

El niño necesita jugar, y para jugar necesita sus juguetes.

Como el niño pequeño todo lo que tiene en las manos se lo pone en la boca, sus juguetes no han de estar pintados; tampoco de plomo, para que no se intoxique, ni de piel o pluma que pueda tragarse, sofocándose con la tos; ni con bordes ni ángulos que corten, para que no se pueda hacer mal.

También es costumbre en los niños el tirar todo a tierra; por eso sus juguetes han de ser irrompibles y fáciles de limpiar.

Son a propósito para los niños los juguetes de goma sin pintar, los de hueso o marfil contorneados y pulimentados, y los modernos juguetes de madera.

Son útiles las pelotas de goma, que entretienen al niño y le estimulan a los movimientos. Los aros de hueso o marfil facilitan la salida de los dientes, por producir el desgaste de las encías.

Las sillitas para niños no son útiles, porque pueden facilitar la producción de desviaciones de la espalda, por posiciones viciosas, y también porque siendo asientos con un agujero, retardan que el niño aprenda a ser limpio.

Es preferible que el niño, debidamente vigilado, juegue libremente, sentándose y levantándose cuando quiera, y con libertad de movimientos que le fortalezcan y libren de deformidades.

ALIMENTACIÓN

El niño tiene su alimento normal en la leche de la madre; alimento que está adaptado completamente a sus necesidades nutritivas.

Las contraindicaciones de la lactancia materna son excepcionales, y por eso se ha de insistir mucho en que las madres críen a sus hijos.

La falta absoluta de leche se produce casi siempre por equivocaciones en la técnica de la lactancia, sobre todo durante las primeras semanas.

La lactancia materna es extraordinariamente favorable para el niño y también para la madre.

Los hijos han de ser criados por su madre, teniendo con esto el medio más favorable para disminuir sus enfermedades y mortalidad.

LACTANCIA MATERNA

La primera tetada se podrá dar a las doce o catorce horas, después del nacimiento. Antes puede darse algunas cucharaditas de agua hervida, pero nada de jarabe de achicoria.

Por regla general como técnica en los primeros días, al dar el pecho, la madre observará a su hijo y distanciará las tetadas según la abundancia de leche que la criatura tomó; no teniendo al principio de la lactancia un valor absoluto las reglas para el número, intervalo y duración de las tetadas. La principal regla está en cubrir las elevadas necesidades alimenticias del niño pequeño, para conseguir un desarrollo perfecto. En los primeros días la criatura no tiene gran fuerza para la succión y por esto resultará insuficientemente alimentado, si en cada tetada toma poca cantidad y se distancian mucho las tomas del pecho.

Siempre es peligrosa la alimentación insuficiente, pero, sobre todo, en los primeros meses.

Pasadas las primeras semanas, cuando ya las energías para la succión son grandes, con cinco o seis tetadas al día se consigue la ración suficiente para la nutrición completa del niño.

Hasta los cuatro meses el lactante tomará exclusivamente el pecho de la madre.

A los cuatro o cinco meses se prescribirá la primera alimentación adicional en forma de sopa, puré, papilla y fruta; al principio suprimiendo una tetada, y después de unas semanas, suprimiendo dos tomas del pecho para dar la alimentación adicional.

Por la noche descansará el niño, sin tomar ningún alimento.

Es mala costumbre poner el niño al pecho cada vez que llora.

La madre no modificará su método general de vida, alimentándose convenientemente y tomando un suplemento de un litro diario de leche. Usará del café moderadamente y se abstendrá de licores alcohólicos.

Cuando esté enferma, no tomará ningún medicamento sin consultar con su médico.

Cuando la secreción de la leche es insuficiente, la lactancia mixta—pecho y biberón—da mejores resultados que la lactancia artificial, y también es preferible a una insuficiente lactancia natural.

La lactancia mixta ha de ser ordenada y vigilada por un médico puericultor.

El destete será progresivo y lento, y no se hará, si es posible, durante los fuertes calores del verano, ni durante las epidemias de gripe del invierno, ni en el momento de la salida de los dientes o de una indisposición.

Un nuevo embarazo es compatible con la continuación de la lactancia.

Durante una enfermedad aguda, generalmente se podrá continuar la lactancia, pero tomando todas las precauciones necesarias para evitar un contagio.

Uno de los mejores medios de conocer si está suficientemente alimentado, consiste en pesarlo cada semana, hasta el tercero o cuarto mes, y después, cada quince días.

Ha de bañarse el niño diariamente, teniendo siempre bien limpios los genitales y piernecitas. La cabeza y la cara, lavada con agua hervida tibia.

Las uñas se cortarán periódicamente.

Siempre que el tiempo sea bueno, se le sacará al aire libre a pasear.

ALIMENTACIÓN DEL NIÑO DE UN AÑO

Primer desayuno: 200 gramos de leche y una galleta, un bizcocho o pan con mantequilla.

Segundo desayuno: fruta cruda, o bien 100 gramos de leche y media manzana o un plátano.

Comida: Sopa de caldo con 25 gramos de sémola, arroz o fideos; hortalizas o puré de patatas con carne, sangre o con un huevo, y zumo de frutas.

Merienda: 100 gramos de leche con pan, galletas o bizcochos.

Cena: Papilla de 200 gramos de leche, con 20 gramos de sémola, maízena, harina de arroz, etc., y zumo de frutas o mermeladas.

HABITACIÓN DEL NIÑO

Es difícil hablar de habitaciones higiénicas en un tiempo en que la mayoría de las casas son antihigiénicas.

La habitación del niño debe ser ventilada y con sol.

La cocina-habitación es antihigiénica porque tiene una atmósfera artificial, caliente y húmeda, desfavorable.

La casa más conveniente para la salud y confort de los niños, es la casita de planta baja con jardín.

La situación aislada de la casa permite que el sol la pueda bañar mejor, como también que la aireación sea más perfecta. Teniendo jardín, los niños pueden pasar muchas horas al aire libre.

Las casas de pisos también pueden ser útiles si tienen suficiente aire y sol.

La habitación para los niños conviene que esté orientada al sol. Muchas veces se reserva para sala la habitación más amplia y ventilada, privándola así del uso habitual.

Al niño se le ha de destinar siempre la mejor habitación de la casa. Cualquier desperfecto ha de ser reparado inmediatamente. El pavimento de linoleum es el más conveniente.

Habitación para enfermos: necesita el niño enfermo que su habitación sea tranquila, soleada y que, fácilmente, pueda ser ventilada.

Es conveniente, siempre, durante una enfermedad utilizar de la casa la mejor habitación.

MEDICINA PREVENTIVA

La medicina moderna se ocupa con preferencia de la medicina preventiva, para evitar la propagación de las enfermedades contagiosas.

La higiene procura suprimir las causas de infección, y la medicina preventiva inmuniza al niño vacunándolo contra algunas infecciones.

Con la medicina preventiva, que cada año realiza progresos más apreciables, se consigue una gran disminución de la mortalidad y morbilidad. Muchos de los casos de enfermedades y estados incurables pueden evitarse con la medicina preventiva.

Los Consultorios de Puericultura pueden considerarse como Centros modernos, donde se practican exámenes completos con el máximo de garantía y de utilidad.

El conocimiento precoz de las enfermedades puede reportar unos beneficios considerables. Particularmente, la tuberculosis es una enfermedad curable, cuando se hace un diagnóstico precoz.

Vacunación antituberculosa

Para la tuberculosis, existe una vacuna llamada B.C.G., de eficacia comprobada.

La tuberculosis es la enfermedad más mortífera. Por lo tanto, es necesario prevenir al recién nacido, evitando todo contagio seguro o probable, y, además, administrarle, en los primeros días después del nacimiento, la vacuna B.C.G.

La vacuna B.C.G. es absolutamente inofensiva. No determina nunca ningún mal, y los resultados son claramente favorables.

«Mientras que en Europa, la mortalidad por tuberculosis entre los niños de menos de un año, nacidos y criados en un medio familiar contaminado, es, por lo menos, del 25 por 100, en los niños vacunados con el B.C.G. es solamente del 2 por 100. La vacunación permite salvar, por lo menos, el 93 por 100 de niños.» Schreiber.

Vacunación antidifláctica

Aunque la mortalidad por difteria ha disminuido mucho desde que fué descubierto el suero antidifláctico, no se puede considerar, todavía, que esta enfermedad sea inofensiva, ya que esta infección produce bastantes víctimas entre los niños.

Con la vacunación antidiftérica se obtiene el medio de lucha más completo, y se consigue una defensa segura y de duración.

La vacunación se practica por inyecciones.

La eficacia de la vacuna antidiftérica está plenamente demostrada, y ni una sola vez esta eficacia ha sido desmentida.

Vacunación antivariólica

La vacuna contra la viruela ya está aceptada universalmente, y la seguridad de la vacunación es reconocida por todas las familias; sólo es preciso, pues, que los padres recuerden los peligros de la enfermedad, procurando no retardar la vacunación de sus hijos.

MEDIDAS PREVENTIVAS CONTRA LA GRIPE

Son frecuentes los catarros respiratorios agudos, en los niños (bronquitis y bronconeumonias), y generalmente estas enfermedades son extraordinariamente peligrosas y graves.

Muchas veces puede evitarse la bronconeumonia, enfermedad que es gravísima y que acaba con la vida de muchos niños.

Los niños bien alimentados y limpios son los que mejor se defienden contra las bronconeumonias; por

consiguiente, tened cuidado con su alimentación y con su limpieza.

La gripe es muy contagiosa. El resfriado de un adulto puede contagiarse a un niño, produciéndole una fuerte bronquitis. Los mismos microbios que en el adulto, por su resistencia, producen un resfriado, en el niño débil pueden producir una grave bronquitis.

Por esto, se debe apartar a los niños de todos los que tengan tos o resfriado, evitando, sobre todo, toser junto a ellos, besarlos y limpiar su boca o nariz con el pañuelo de otra persona.

Han de evitarse también los resfriados.

El hacer respirar, dos o tres veces al día, los vapores que se desprenden de la **tintura de yodo**, colocada en un plato, sirve también para evitar la gripe.

Cuando el niño presenta los primeros síntomas de enfermedad—fiebre, catarro nasal, voz ligeramente ronca, un poco de tos y sopor—, el mejor tratamiento consiste en darle un poco de **aspirina con una infusión de tila o malvavisco caliente, sin darle purgantes; y como alimento, el pecho.**

En resumen: los catarros respiratorios pueden ser muy graves en los niños pequeños, y para prevenirllos han de evitarse los contagios y enfriamientos, recordando que los niños bien alimentados y limpios se defienden mejor contra la gripe.

MANERA DE DEFENDER A LOS NIÑOS CONTRA EL CALOR

Durante el verano, en los meses de más calor, aumentan considerablemente las enfermedades del niño de pecho, sobre todo las llamadas gastroenteritis (diarreas de verano). Estas gastroenteritis son la causa de una mortalidad infantil muy grande, y, en realidad, constituyen el trastorno nutritivo más importante de la primera infancia.

La mejor manera para evitar dichas diarreas tan mortíferas, consiste en alimentar al niño con el pecho de la madre. La elevada mortalidad infantil de los meses de verano se encuentra casi exclusivamente entre los niños criados con biberón.

Durante el verano es preciso atender con especial cuidado la alimentación de los niños, bajo una dirección médica que precise la cantidad suficiente y la calidad más conveniente para cada criatura. El más pequeño descuido a las reglas elementales de alimentación infantil puede producir males irremediables y rápidamente mortales.

Es preciso que la piel esté siempre bien limpia, para evitar infecciones. Durante los meses de calor se bañará a los niños diariamente; así se les limpiará del sudor y se les evitarán las erupciones por infección.

Se ha de evitar, también, que los pequeños tomen excesivamente el sol y que sus habitaciones sean calurosas, procurando airearlas.

Los vestidos de los niños serán ligeros y adecuados a la estación, para que dejen en libertad piernas y bra-
citos.

Otros consejos

No hay para el niño mejor alimento que la leche de su madre.

Durante los primeros meses de la vida es cuando el biberón es más perjudicial.

La inmensa mayoría de las madres, ya exclusivamente, ya auxiliadas con leche animal, pueden criar a sus hijos.

No debe nunca destetarse a un niño sin consultar al médico.

No se darán purgantes ni medicinas sin consultar al médico.

Es conveniente que el niño duerma solo en su cu-
nita.

El niño sano duerme muchas horas. El niño que duerme poco necesita que el médico lo visite.

Diariamente saldrá a paseo, pero nunca por la no-
che.

Respirar aire puro es esencial para el niño. No ha de ir nunca adonde haya aglomeración de gente. Ha de evitarse que respire aire impregnado de olor y car-
gado de polvo.

Tabla de peso

| | | |
|--------------------|-------------|---------|
| Al nacer | | 3 kilos |
| A los cuatro meses | | 6 » |
| A los ocho meses | | 8 » |
| Al año | | 9 » |
| A los dos años | | 12 » |

