

## **Capítulo 30**

# ***El Cuidado de los Pequeñuelos***

### ***Actitudes correctas en la que amamanta***

El mejor alimento para el niño es el que suministra la naturaleza. No debe privársele de él sin necesidad. Es muy cruel que la madre, por causa de las conveniencias y los placeres sociales, procure libertarse del desempeño de su ministerio materno de amamantar a su pequeñuelo.

También el carácter del niño se ve afectado en mayor o menor medida por la naturaleza del alimento que recibe de su madre. Cuán importante es, pues, que mientras la madre amamanta a su hijo se mantenga en condición mental feliz, teniendo perfecto dominio de su propio ánimo. Si obra así, la nutrición del niño no sufrirá perjuicio, y la conducta serena de la madre dueña de sí en el trato que da a su hijo contribuirá mucho a amoldar la mente del niño. Si éste es nervioso y se agita con facilidad, la actitud cuidadosa y reposada de la madre ejercerá una influencia suavizadora y correctora, y mejorará mucho la salud del infante.

### ***El alimento no reemplaza la atención***

Los infantes han sufrido mucho por haber sido tratados incorrectamente. Por lo general, si eran irritables se les alimentaba para hacerlos callar, cuando, en la mayoría de los casos, su irritación se debía precisamente al hecho de haber recibido en exceso un alimento hecho perjudicial por

los hábitos erróneos de la madre. Tal exceso de alimento no podía sino empeorar las cosas, pues su estomago estaba ya recargado.

Generalmente, desde la cuna se enseña a los niños a satisfacer su apetito y a vivir para comer. Durante la infancia, la madre contribuye mucho a la formación del carácter de sus hijos. Puede enseñarles a dominar el apetito, o a satisfacerlo y volverse glotones. [94] Es frecuente que la madre ordene sus planes para hacer cierta cantidad de trabajo durante el día; y cuando los niños la molestan, en vez de tomarse el tiempo para calmar sus pequeñas tristezas y distraerles, los acalla dándoles de comer, lo cual cumple su propósito durante breve plazo, pero al fin empeora las cosas. El estómago de los niños quedó atestado de alimento cuando menos lo necesitaba.

Todo lo que ellos requerían era un poco del tiempo y de la atención de su madre, pero ella consideraba su tiempo como demasiado precioso para dedicarlo a entretener a sus hijos. Posiblemente la tarea de ordenar su casa con buen gusto, a fin de merecer la alabanza de las visitas, y la de preparar alimentos en forma aceptable, son para ella de más importancia que la felicidad y la salud de sus hijos.

### ***Comida sana, apetitosa y sencilla***

La comida debe ser tan sencilla que su preparación no absorberá todo el tiempo de la madre. Es verdad que debe dedicarse cierto cuidado a proveer alimentos sanos, preparados en forma también sana y atrayente, y no se ha de creer que cualquier cosa que se pueda mezclar descuidadamente para servirla como alimento es bastante buena para los niños. Sin embargo, debiera dedicarse

menos tiempo a la preparación de platos malsanos y al esfuerzo por agradar al gusto pervertido, y más tiempo a la educación e instrucción de los niños.

### ***Preparación del ajuar para el niño***

En la preparación del ajuar para el niño hay que buscar lo que más conviene, la comodidad y la salud, antes que la moda o el deseo de despertar la admiración.

### ***Proporciónesele aseo, calor y aire puro***

Los infantes requieren calor, pero se incurre muchas veces en el grave error de tenerlos en cuartos caldeados y faltos de aire puro.

Debe evitarse a la criatura toda influencia que tienda a debilitar o envenenar su organismo. Debe ejercerse el más escrupuloso [95] cuidado para que cuanto la rodee sea agradable y limpio. Es necesario proteger al pequeñuelo de los cambios repentinos y excesivos de la temperatura; pero hay que cuidar de que cuando duerma o esté despierto, de día o de noche, respire aire puro y vigorizante.

### ***El cuidado de los niños enfermos***

En muchos casos las enfermedades de los niños pueden achacarse a equivocaciones en el modo de cuidarlos. Las irregularidades en las comidas, la ropa insuficiente en las tardes frías, la falta de ejercicio activo para conservar la buena circulación de la sangre, la falta de aire abundante para purificarla, pueden ser causa del mal. Estudien los padres las causas de la enfermedad, y remedien cuanto antes toda condición defectuosa.

Todos los padres pueden aprender mucho con respecto al cuidado y a las medidas preventivas y aun al tratamiento de la enfermedad. La madre en particular debe saber qué hacer en los casos comunes de enfermedad en su familia. Debe saber atender a su enfermito. Su amor y perspicacia deben capacitarla para prestar servicios que no podrían encomendarse a una mano extraña. [97]