

PROTECCION A LA INFANCIA

POR EL

DR. BENITO SORIA

Profesor de Patología Quirúrgica en la Facultad de Ciencias Médicas
de la Universidad Nacional de Córdoba.

En el breve trabajo que presento en este certamen como un homenaje a la juventud de América, expongo en forma sucinta algunas consideraciones sobre la transformación del niño débil, contemplado bajo el doble punto de vista, físico e intelectual, procurando encontrar el medio que ha de hacer disminuir la morbilidad y la mortalidad infantil, y que ha de dar a las nuevas generaciones una mayor vitalidad física e intelectual.

Los que por nuestra profesión nos rozamos a diario con el dolor y la miseria humana, tenemos motivos para palpar realmente bien, con todos sus relieves, la lamentable decadencia de la salud y de la virilidad que soportan las generaciones actuales, sobre todo, en algunos países latinos.

Es necesario consagrar todos nuestros esfuerzos y todos nuestros sacrificios, hasta conseguir la formación del tipo ideal que ha de perpetuar la especie a través de los siglos.

Cuando hayamos logrado formar tipos superiores y dar finalidad a las naciones, derroteros a los pueblos e ideales a las razas, habremos cumplido recién con nuestro deber.

Pienso que ha llegado la hora de iniciar un movimiento intenso, general y científico a la vez, para prevenir los peligros a que nos llevaría la acentuación probable de esta situación, pues sólo las razas de mentalidad suficiente pueden realizar los grandes designios que conducen a la inmortalidad.

En distintas ocasiones me he ocupado del niño débil, tanto durante su primer edad como durante su edad escolar, en los diferentes síntomas que presenta, como las anomalías constitucio-

nales, alteraciones de su desarrollo, herencias, estados patológicos de los grupos escolares, profilaxis correspondiente, etc.

El desarrollo del ser vivo se realiza bajo el constante impulso de dos clases de factores: los hereditarios y los que son provocados por estímulos funcionales.

La herencia es aquella propiedad por medio de la cual las particularidades biológicas se transmiten a través de varias generaciones sucesivas y los organismos se conservan duramente con las particularidades de estructura y función que distinguen sus géneros, especies y variedades.

Representa en nuestra actividad personal el pasado con todos sus tanteos y sus infructuosos y provisionales ensayos, pero también con sus felices y definitivas experiencias.

La influencia esencial de la herencia en el desarrollo del organismo, es un hecho perfectamente comprobado e indiscutible. En lo que respecta a su efecto físico, vemos que se transmite a sus descendientes las propiedades típicas de los padres; la que influencia también la naturaleza de los descendientes en el sentido moral, imprimiendo al niño un carácter y una individualidad que se aproxima a la de los ascendentes.

El organismo vivo que en todas sus manifestaciones es dominado por la influencia de las generaciones anteriores, no es siempre un esclavo de la herencia. Puede transformarse la acción de las relaciones exteriores, ganando por este medio nuevas propiedades que hasta en cierto grado pueden anular los obstáculos de la herencia.

Estas consideraciones de orden general, me han parecido indispensable puntualizar porque así nos explicaremos mejor las transformaciones de que son susceptibles los niños desde sus primeros días hasta llegar a su completo desarrollo, si tienen una dirección médica inteligente, en colaboración con pedagogos que pongan sus actividades al servicio de la flor humana. Estas transformaciones se operan no solamente en el sentido físico, sino también en el sentido intelectual y moral.

No entraré a considerar en detalle la influencia de la herencia, por no ser ese mi objeto, solo diré que el estado morbozo que el niño puede traer al nacer, puede provenir de un trastorno de la salud de las madres, durante el cual se ha ocasionado una nutrición deficiente del organismo en su estado fetal; puede ser producida también por una enfermedad del padre, de la madre o de ambos, influyendo sobre las células de pro-creación.

Todos estos niños, hijos de padres enfermos o débiles, mal

nutridos desde su primera infancia, que han sufrido enfermedades debilitantes, ya sea del aparato digestivo o respiratorio, que se desarrollan en un medio antihigiénico, de aire viciado, en casas con habitaciones pequeñas, mal ventiladas y húmedas, son los organismos predispuestos para la explosión de la tuberculosis.

Gran parte de ellos llegan a la edad escolar y se incorporan a la caravana de los débiles o predispuestos. Son los que han salvado el primer período de la vida, la zona peligrosa de la primera infancia, entrando de lleno a las actividades de la vida diaria, donde es necesario seguir observándolos, vigilándolos y cuidándolos. Cuando nos detenemos a considerar este punto, vemos que es verdaderamente lastimoso el espectáculo que nos ofrece físicamente el niño escolar de las ciudades, tan notorio que me excuso de traer como argumentación estadísticas fatigosas.

En las ciudades populosas, los habitantes se ven obligados por lo general a apilarse en alturas, como lo hacen los pasajeros en sus cabinas a bordo de los navíos; privados de aire y de luz, sufriendo los horrores del hacinamiento en locales insalubres, porque no son hogares, así como un harapo no es vestido. Afectados a la vez en su salud y en su moralidad, son las presas de las enfermedades y de las miserias sociales.

Al fin de una jornada de trabajo en los cubos de albañilería, taller, oficina o sala de estudio, el hombre siente el deseo de pasear sobre la verdura de los jardines públicos, experimentando con ello un verdadero placer; sus ojos fatigados por las chispas de la fragua o la monotonía de las páginas impresas, acojen con júbilo lo que les recuerda la naturaleza; y en los días libres prefieren a cualquier diversión, ir hacia los bosques y las campiñas, tratando de encontrar en la naturaleza el reposo más sano y más eficaz para su cuerpo y para su espíritu.

Contemplando la caravana de los hombres fatigados al final de una jornada de trabajo, vienen a nuestros labios las hermosas palabras de Rousseau: “Los hombres — dice el autor de Emile — no han sido creados para ser amontonados en hormigueros, sino para derramarse sobre la tierra que deben cultivar. Mientras más se juntan, más se corrompen. Las enfermedades del cuerpo así como los vicios del alma son el infalible efecto de estos concursos demasiados numerosos”.

“El hombre es entre todos los animales, el que menos puede vivir en rebaño. Si los hombres fueran amontonados como carneros, perecerían en poco tiempo. El aliento del hombre es mortal para sus semejantes y esto no es menos cierto en sentido propio

que en el figurado. Las ciudades son el abismo de la especie humana. Al cabo de algunas generaciones perecen o degeneran; hay que renovarlas y es siempre la campaña la que provee a esta renovación”.

De ahí posiblemente nacen las simpatías con que se acojen las Escuelas al aire libre, las Colonias de vacaciones que tienden a aproximar la niñez a la naturaleza que vivifica sus cuerpos y sus almàs.

Estas instituciones son obras de higiene física, de higiene moral y social, y también de higiene intelectual. Ellas alejan al niño de la miseria física y mental, del contagio de la enfermedad y de la muerte, robusteciendo sus organismos y fortificando sus cerebros.

¿Qué sería de esos pobres niños que llegan a las escuelas comunes con pálidos carrillos, con aire melancólico, neuropáticos, hipoalimentados, pre-tuberculosos, con taras específicas enormes, débiles de cuerpo y de espíritu, si no existieran las Escuelas del bosque, de mar o de montaña?

Los resultados de estos establecimientos son tan terminantes que solo puede atribuírse a descuido o a ignorancia la falta de mayor difusión.

En la época actual, las colonias de vacaciones y las escuelas al aire libre no se discuten, están de acuerdo médicos y pedagogos en afirmar, que las escuelas del bosque se brindarán al fin no como la escuela excepcional de los niños débiles, sino como el tipo ideal de toda escuela.

Surge hoy una concepción más amplia, ante el sentimiento de conmiseración que provoca el estado físico deficiente de muchos escolares de nuestras ciudades, y ante la consideración también inevitable de si se cumple cuanto exige el deber, limitando esta acción renovadora y tutelar de la escuela a rescatar la salud de los niños débiles únicamente. ¿Acaso no necesitan del aire puro todos los niños? ¿No podría ser la escuela al aire libre el símbolo de una renovación completa de los métodos de educación? ¿No convendría acaso hacer el estudio individual de cada niño y de acuerdo a su estado físico e intelectual tratar de colocarlo en las mejores condiciones en las escuelas, sin ajustarlo a la enseñanza de un programa determinado de conocimientos, hasta conseguir la plenitud de la salud del niño?

La selección de los niños que han de ser admitidos en estos institutos, habrá que hacerse con el mayor cuidado y con pleno conocimiento de la enfermedad.

Más que por el aspecto exterior, habrá de hacerse por signos especiales que presente los niños a un examen metódico y minucioso.

Las escuelas al aire libre como las colonias de vacaciones resultarán beneficiosas para los débiles en general, los anémicos, los linfáticos, los neuropáticos, los tuberculosos, los niños con ruidos cardíacos, con o sin vicios balbulares, los que sufren de dolores de cabeza persistente sin una causa especial que lo explique, los que sangran con frecuencia de la nariz y a los convalecientes de enfermedades prolongadas y graves.

Las escuelas al aire libre a igual que las colonias de vacaciones, son como lo demuestra la experiencia, necesarias para prevenir y combatir los estados de debilitamiento orgánico de los niños, porque contribuyen poderosa y oportunamente a desarrollar la fuerza del niño, por medio de sus agentes naturales, el sol, el aire y la luz, que unidos a una buena alimentación hacen al niño apto para la lucha, evitando en consecuencia que sean la presa diaria de las enfermedades. Es por lo dicho, que las escuelas al aire libre tienen una importancia social muy considerable que llenar, procurando ganar terreno, especialmente contra la tuberculosis.

Todos los niños anémicos en general, serán apresados por la tuberculosis si siguen desarrollándose entre las familias, donde las condiciones higiénicas dejan mucho que desear y donde posiblemente existe un enfermo que fácilmente transmitirá su enfermedad al niño, quien se encuentra ya predispuesto.

Teniendo en cuenta estas consideraciones es que hoy se establecen Escuelas-sanatorios, donde se aceptan solamente los niños que se presentan con los primeros síntomas de la tuberculosis y cuyo examen ha sido minuciosamente practicado. Estos niños permanecen día y noche en la escuela y solo regresan a la familia cuando la curación ha terminado perfectamente.

Antes de permitirse el ingreso de estos niños, deben ser perfectamente examinados y contraloreados, a fin de que una vez recibidos no se los tenga que enviar de nuevo a sus casas, por haber cometido un error de diagnóstico.

La higiene escolar es ante todo una higiene preventiva y las conclusiones de la medicina actual así lo preconizan.

En el congreso de Roma de 1912, las conclusiones dominantes y definitivas en lo que se refiere al niño, eran: “que es necesario tratar a los niños cuando desgraciadamente se encuentran enfermos, pero que es mejor aprender a conocer como se puede preservar y conservar la salud.”

Las escuelas modernas con sus nuevas orientaciones higiénico-pedagógico, realizan mejor esta fórmula sintética a la cual tiende la ciencia médica actual.

La higiene aplicada a la escuela es de una importancia considerable y para su realización, el momento más oportuno y más práctico es durante la edad escolar.

Por lo que respecta a la escuela no hay nada donde no deba intervenir la higiene. El edificio, su distribución, el agua que se consume, el banco de trabajo del alumno, que puede ser causa de deformaciones esqueléticas, los libros cuyos caracteres de imprenta pueden fatigar la vista por sus pequeños tamaños, por sus formas y por el color del papel sobre el cual están impresos, el empleo del tiempo y los programas proporcionados a la instrucción y a la resistencia física del niño de acuerdo a su edad y a su desarrollo; en una palabra, todo lo que se relacione con el escolar, teniendo en cuenta su organismo delicado y frágil.

Es así como la pedagogía moderna ha realizado tantos progresos científicos, basándose especialmente en los conocimientos de anatomía, fisiología e higiene, abandonando para siempre las especulaciones del espíritu y de la metafísica, que tanto se contemplaban antes.

Hoy por medio de la escuela se puede procurar resolver los grandes problemas de la higiene, como el de la tuberculosis, el alcoholismo y el tabaquismo, que hacen degenerar la raza humana, éstas nociones pueden y deben ser tratadas en las escuelas a fin de formar el sentido higiénico del niño, salvando de esa manera en el futuro la energía orgánica.

La puericultura debe ocupar en las escuelas de niñas un lugar preferente en la enseñanza, contribuyendo de esta manera a la disminución de la mortalidad y morbilidad infantil.

Por estos ligeros enunciados se comprende cuán vasto y necesario es el rol del médico en las escuelas. Así lo han comprendido los países europeos y americanos y la higiene escolar ha realizado progresos tan rápidos después de la creación y de la organización de las inspecciones médicas escolares.

No he de silenciar en esta oportunidad, mi elogio muy justiciero por cierto, a las naciones latino-americanas, como Chile, el Uruguay y Brasil, que tienen organizado su cuerpo médico escolar desde hace muchos años.

En Buenos Aires se encuentra organizado el cuerpo médico escolar desde hace más de veinte años, llenando en forma completa su rol. En las provincias argentinas, triste es confesarlo,

a excepción de unas cuantas, la inspección médica escolar no desarrolla ninguna acción de importancia.

El Profesor Genaro Sixto, a quien rindo mi homenaje en esta oportunidad por su talento, dedicación y amor al niño, presentó el año 1903 en el Congreso Internacional de Madrid, un trabajo muy interesante intitulado: "Establecimientos preventivos de higiene infantil" para los niños débiles, y pedía la educación permanente en una "escuela preventiva" de mar, montaña o de playa.

Poco tiempo después el gobierno argentino, dándose cuenta de la importancia de estas nuevas instituciones, resolvió su creación en Buenos Aires.

Multiplicando estos establecimientos, realizaremos una doble obra, contra la falta de instrucción primaria y una lucha más importante todavía, contra la debilidad orgánica, causa de la degeneración física que suele acarrear finalmente a los niños escolares a la permanencia en las camas de los hospitales y en último término a la muerte.

Por medio de estas escuelas llegaremos como lo pensaba su creador, el maestro Sixto, "a realizar prácticamente el conjunto de los principios definitivos e irreductibles de la higiene".

La higiene preventiva verdaderamente científica es la que se ejerce en la época de la vida donde presenta mayor posibilidad de transformar un organismo tarado, aprovechando los medios físicos irremplazables, del aire, del sol, de los ejercicios físicos e intelectuales, unido todo esto a una alimentación apropiada para combatir y hacer desaparecer la anemia, la debilidad, el surmenage, etc.

La misión del cuerpo médico escolar es muy importante y sumamente delicada, para la cual se requiere una práctica y competencia completa en la especialidad.

De todo lo expuesto, se deduce el rol que juega el médico en la escuela; él es quien debe examinar minuciosamente cada niño, tomando toda clase de medidas y pesajes, debiendo también durante la permanencia del niño en la escuela, fijar su atención en el desenvolvimiento corporal de cada niño para descartar inmediatamente la posibilidad de adquiera una enfermedad.

El médico no debe limitarse a un solo examen, sino que ellos deben ser repetidos con frecuencia, para poder de esta manera prevenir o evitar sorpresas, como las enfermedades contagiosas y asilar en oportunidad los niños atacados.

Uno de los deberes más importantes de los médicos escolares,

es el de determinar la clase de debilidad de cada alumno y de acuerdo con su etiología combatirla.

El cometido de estas instituciones y el alto valor que ellas representan, seguramente se malogran si tras de todo lo mencionado no se encuentra un personal competente, es decir, verdaderos maestros.

Los maestros en las escuelas, y especialmente en aquellas al aire libre, deben estar siempre dispuestos a trabajar con amor y placer al lado de los alumnos, educando con el ejemplo y procurando el mayor provecho en favor de la salud del niño.

La instrucción de los niños débiles debe ser dirigida por los maestros con el mayor cuidado, teniendo en cuenta su constitución física, sin olvidar que suelen fatigarse con gran facilidad.

Factores que influyen en la transformación del niño

El aire es uno de los factores principales para combatir las enfermedades.

Alegremente se lo respira y sin pensar se lo respira perfumado cuando sale de los árboles floridos y de los jardines que adornan las escuelas, aspirándolo puro porque está privado de polvo, dado que los edificios escolares se instalarán en sitios apartados de los centros donde hay tierra suelta.

El aire que se respira en estas escuelas forma contraste con el de las escuelas ordinarias que funcionan en las ciudades, donde a pesar de sus suntuosos edificios y lo confortable de sus amplios salones, se encuentra siempre viciado a causa de la gran cantidad de niños que a ellas concurren.

Es por eso que los niños especialmente sensibles a las enfermedades, se encuentran mal en estos medios y con el peligro perpetuo de adquirir una infección. Al contrario, en las escuelas del bosque el aire está siempre renovado, pudiendo realizarse la respiración profunda que da impulso al cambio de materias y que produce una dilatación enérgica del pulmón, sin peligro ninguno, lo que repercute favorablemente en la salud.

En muchos niños falta la técnica de la respiración, la que es necesario tenerla en cuenta para emplearla como medio de curación, recurriendo a ella en las escuelas al aire libre donde se puede poner en práctica la respiración profunda sin temor de introducir materias de descomposición al pulmón.

En general la respiración de los niños es muy superficial, debido casi siempre a un mal hábito, y si a eso se agrega las malas

condiciones del aire que se respira en sus habitaciones, nos daremos cuenta del rol que juega en la salud.

No hay necesidad de que se haga respiración forzada, bastan ligeros ejercicios para que la respiración se efectúe bien y para que el oxígeno circule en la sangre y favorezca el intercambio en los tejidos. El peligro está cuando se ha creado un mal hábito al respirar, por que entonces se olvida poco a poco de hacer la respiración profunda y por lo tanto no se ventila bien el pulmón; se observa que el niño que tiene este mal hábito se fatiga pronto durante los juegos con sus camaradas, viéndose obligado a interrumpirlos con frecuencia, pero a medida que adquiere la costumbre de respirar mejor van desapareciendo estos inconvenientes. La capacidad respiratoria aumenta considerablemente con el ejercicio, la caja torácica se dilata, la conformación del tronco se corrige admirablemente.

El pulmón que respira superficialmente está más expuesto a las infecciones, debido a que su actividad es limitada, el aire se renueva mal en su vértice y a causa de ello su capacidad vital disminuye, encontrándose por esto en condiciones de receptividad mayor a cualquier afección.

Estas consideraciones demuestran de una manera clara, a mi juicio, como es necesario enseñar a esos niños la respiración profunda a la cual se le debe dar la preferencia en las escuelas al aire libre.

Se ha reconocido en todas las épocas el valor que tiene el sol para la salud, y es por eso que hoy se busca de instalar las ciudades en los lugares altos y si posible fuera en las montañas, todo lo contrario de lo que se hacía antiguamente, que a causa de la comodidad se edificaba en terrenos bajos, con calles estrechas y sin sol, con habitaciones húmedas y mal aireadas, resultando en consecuencia muy anti-higiénicas.

Los seres que viven en plena luz se fatigan más difícilmente que los que viven en las ciudades y en los locales cerrados.

Es indiscutible también la influencia que tiene el sol sobre el alma, desde el momento que conocemos que la pobreza de la sangre mitiga la viveza del espíritu e impide toda actividad.

Por eso los anémicos son perezosos, inactivos o tímidos, no siendo raro verlos melancólicos, con una sonrisa de fatigados y una expresión como de flor marchita, pero cuando a esos seres se les coloca en buen aire, bajo un buen sol y se los alimenta bien, los vemos en corto tiempo, felices, contentos, inquietos, que ríen con facilidad.

Así se comprende porqué los niños de las escuelas al aire libre pierden más rápidamente su aspecto melancólico, manifestándose en sus ojos y en sus movimientos el placer que experimentan al recibir los rayos solares durante muchos meses, resultando así la alegría el mejor medicamento para muchas enfermedades, librando al niño de la debilidad del cuerpo y del espíritu. Por eso el sol debe penetrar por todas partes en las escuelas, en los patios, en los parques, en las plazas de juego, a fin de que se sienta su benéfica acción.

Los baños de aire y sol, resultan de un excelente recurso para la debilidad y la salud, siempre que se usen moderadamente.

Los niños con síntomas nerviosos, como dolor de cabeza, mal estado general, vómitos, pérdida del apetito, fatiga, distracción, pérdida de la memoria, etc. recuperan la salud en un tiempo más o menos corto, generalmente sin medicamentos, con aire fresco, rayos solares, movimientos activos y ejercicios bien reglados.

El factor movimiento debe ser colocado entre los de primer rango en las escuelas al aire libre, desde el momento que un gran número de niños que se mandan a estas instituciones, aprovechan de una manera directa o indirecta de los buenos resultados obtenidos por el ejercicio.

En los niños enfermos y en aquellos que por causas ajenas a la escuela, tienen que permanecer después de salir de clase muchas horas sentados en sus casas, ya sea por lecciones o deberes que hacer, bien pronto desaparece el apetito, los cambios nutritivos se efectúan mal y en forma insuficiente, apareciendo muy rápidamente los trastornos digestivos, la circulación no llena todo su cometido, y la eliminación de las materias de excreción no se realiza con regularidad, acarreado como consecuencia la intoxicación, la debilidad y más tarde la anemia.

En presencia de estos trastornos obra admirablemente bien el movimiento; si esta idea es bien comprendida dará en las escuelas al aire libre sus mejores resultados; siempre que esos ejercicios sean bien reglados, aún cuando se efectúen durante varias horas del día, cuidando siempre que no se los fatigue a los niños.

Los ejercicios deben ser lo más variados posible, dando la preferencia a este o aquel movimiento, según el órgano o los órganos que se deseen desarrollar, o el fin que se persiga con la gimnasia.

Con el ejercicio se aumenta la capacidad de acción de los órganos, el corazón acrecienta su tamaño y la base del tórax se hace más ancha.

La gimnasia determina ventajas reales sobre el espíritu. Los niños anémicos y en especial la mujer, se agobian en presencia de su mal, tanto más, cuanto mayor es su edad, a causa de su debilidad corporal. Pero cuando se la somete al ejercicio, su pensamiento se dirige por otro camino y renace la alegría en su espíritu.

Los ejercicios exagerados son nocivos a la salud, por eso es necesario tomar grandes precauciones para no permitir a los niños ningún movimiento que pueda serles perjudicial. La gimnasia debe ser dosada cuidadosamente y en especial si se trata de enfermos del pulmón o del corazón.

Toda escuela debe tener una buena plaza de juegos y sería una falsa economía el privarla de ella.

La alimentación

Las proporciones en que deben estar contenidas en la alimentación las diferentes substancias productoras de energías, están sujetas a un cúmulo de factores que las hacen variar. El número de calorías necesarias al organismo, varía según el trabajo que éste efectúe.

Como sabemos, un sujeto que ejecuta un trabajo corporal intenso, debe ingerir además de la albúmina necesaria, una gran cantidad de substancias nitrogenadas, como serían las contenidas en una alimentación en que predominen los vegetales, los cuales contienen una gran parte de hidratos de carbono al mismo tiempo que una porción de albúmina suficiente. En cambio, aquellos cuyo régimen de vida sea sedentario, ingerirían un número de calorías demasiado considerable si quisieran alimentarse en la misma forma y el exceso de hidratos de carbono constituiría para ellos una carga excesiva que les resultaría un "cebamiento". En este caso deberían elegir más bien un alimento rico en albúmina y pobre en hidratos de carbono.

Al elegir la alimentación de los niños que concurren a las escuelas al aire libre, se tendrá en cuenta que unos deben ser sometidos a ejercicios más o menos prolongados, y que a otros convendría el reposo, a fin de establecer los regímenes de acuerdo con el estado, constitución y trabajo muscular.

Tampoco debemos olvidar que la clase y preparación a que se somete un alimento, modifica en forma considerable la aptitud para ser absorbido.

En general los alimentos de origen animal se absorben más fácilmente que los de origen vegetal, porque en éstos últimos los

elementos absorbidos están protegidos, la mayoría de las veces, contra la acción digestiva y contra la absorción por capas de celulosas que no son digeribles.

Las condiciones de absorción se modifican según se ingiera un alimento solo o asociado a otro. La aptitud de un alimento para ser absorbido disminuye cuando se lo asocia a otro poco absorbible y por el contrario, aumenta si el último es de fácil absorción.

Todas estas circunstancias indican claramente en mi concepto, que el cálculo de las calorías solo puede ser aproximado.

Muchos de los niños que concurren a las escuelas al aire libre o a las colonias de vacaciones, se encuentran inapetentes, haciendo en consecuencia difícil su alimentación, viéndose el médico obligado a prescribirles regímenes muy variados para obtener una buena aceptación.

Los problemas que resultan de las exigencias que se acaban de enumerar, son de orden culinario. La elección de la alimentación aún cuando sea acertada desde el punto de vista técnico y el cálculo exacto de las calorías, no es suficiente si la preparación no agrada a los niños. Pero no es tan sencilla la preparación de los alimentos para los niños, si consideramos el asunto desde su faz técnica.

Hay niños por ejemplo, que no comen de una sola vez su ración a pesar de estar muy bien presentada, siendo necesario guardarla durante varias horas y servírselas nuevamente. La preparación debe ser confiada a un personal especial e inteligente pues solo así se podrá cumplir con las prescripciones dietéticas, que exigen las circunstancias.

Para concluir el tema de estas consideraciones generales, de bo hacer resaltar el placer y el estímulo que reciben los niños con la presencia de los maestros a las horas de las comidas, compartiendo con ellos su mesa. Este acercamiento da margen para que el médico pueda observar como se alimentan aquellos, la satisfacción que les proporciona cada plato, y las inclinaciones individuales a determinadas substancias.

Para excitar por vía psíquica el apetito de los niños, es preciso muchas veces hacerles reflexiones sobre la necesidad de alimentarse y no cabe duda de que muchas veces se logra por medio de consejos, resultados superiores a los que proporcionan los medicamentos amargos y los preparados nutritivos artificiales. Por otra parte no es solo el beneficio material el que alcanzan los niños durante las horas de las comidas en compañía de sus maes-

tros; recogen en la mesa provechosas enseñanzas morales y sociales, muy útiles para su vida de mañana.

Resultados que se obtienen en el tratamiento de los niños débiles

Los niños que realizan ejercicios físicos en locales cerrados están expuestos a muchos peligros, porque el hombre cuando desarrolla un trabajo muscular exhala productos residuales de combustiones cuatro veces mayor que durante el período de reposo, substancias que son verdaderos venenos humanos, cuyo peligro para la salud nadie discute.

El ejercicio que se realiza en un local cerrado, podrá darnos hombres de gran fuerza muscular, podrá producirnos atletas, pero jamás hombres perfectamente sanos.

Imitemos al pueblo inglés que nos ha dado un hermoso ejemplo y que apesar de vivir en el país de las lluvias y de las brumas, ejecuta sus ejercicios físicos en pleno aire, desafiando de esta manera a las inclemencias del tiempo y sin embargo resulta uno de los más fuertes y sanos del universo.

Las ventajas que los niños obtienen con los ejercicios en pleno aire, son las siguientes: principalmente: la piel se acostumbra a las variaciones de la temperatura, determinándoles contracciones y relajaciones que modifican su circulación, haciéndola más activa para cumplir con mayor energía y seguridad su función reguladora de la temperatura.

Como la piel no se contrae al igual que los músculos bajo el imperio de la voluntad, sino bajo la acción de diversas sensaciones y especialmente del frío, produce reacciones mayores si se la ejercita y se la expone a los cambios de temperatura.

Los efectos del ejercicio sobre el aparato circulatorio son bien manifiestas, aumentan los latidos cardíacos, activan la irrigación y favorece la hematosis.

Los resultados del ejercicio sobre el aparato respiratorio son de dos clases, funcionales y anatómicos. Los primeros consisten en el aumento de la ventilación pulmonar, determinando mayor actividad respiratoria, mayor circulación y mayores combustiones. Los segundos aumentan el diámetro del pecho, la potencia muscular torácica y corrigen las deformaciones del esqueleto.

Las consecuencias del ejercicio sobre las secreciones y excreciones son considerables, pudiéndose formular esta ley: mientras las secreciones internas aumentan, disminuyen las excreciones urinarias e intestinales, cuyos defectos están compensados por el au-

mento de la transpiración tan copiosa y frecuente en los ejercicios corporales, llegando a hacerse muy sensible.

Sobre los músculos el ejercicio actúa haciéndolos aumentar de peso, de consistencia, volumen y energía.

La influencia del ejercicio sobre el sistema nervioso tiene caracteres físicos, funcionales y psicológicos. Los primeros son: perfección en su estructura; los segundos, compensación funcional o equilibrio orgánico entre la fuerza distribuída en el gasto intelectual y la robada a las contracciones musculares.

El ejercicio también disminuye la excitación cerebral e influye de tal manera en el sistema nervioso que se puede afirmar sin temor de equivocarse que es el verdadero tónico de la salud.

Los caracteres psicológicos son el de la confianza en la fuerza porque adquiere el convencimiento de su desarrollo orgánico superior, poniéndolo en condiciones especiales de resistencia corporal.

La acción del ejercicio sobre el aparato digestivo despierta el apetito y las contracciones musculares, especialmente del diafragma y de los músculos de la pared del abdómen, determinando una circulación abdominal y hepática mayor, aumenta la secreción de los jugos digestivos, favoreciendo la asimilación. Con esto se determina la actividad y la multiplicación celular, la expulsión más rápida de todas las substancias de desasimilación, el aumento de las reservas y por lo tanto el progreso del peso y de la fuerza celular, que sumando produce el desarrollo del vigor orgánico y de la fuerza corporal.

Los resultados intelectuales en los niños que concurren a las escuelas al aire libre, se encuentran en íntima relación con el desarrollo orgánico.

Las estadísticas modernas, comprueban que a un perfecto desarrollo orgánico acompaña en el 79 % de los niños una regular capacidad intelectual.

Para obtener estos resultados favorables, es necesario que los ejercicios se practiquen en pleno aire, porque así se favorece la vitalidad de los centros nerviosos y la energía de la fuerza motriz, mientras se efectúan los ejercicios de manera metódica y moderada, evitando la fatiga.

El cerebro puede considerarse como el centro principal de energía vital, por estar en relación íntima con todos los órganos del cuerpo, mediante los nervios. Por eso la falta de excitación cerebral ocasiona entorpecimientos intelectuales y físicos.

Para que el ejercicio resulte higiénico no basta que los

músculos se desarrollen y que el trabajo esté bien distribuído en todas las regiones del cuerpo, es necesario que el cerebro encuentre también en él su beneficio; que el ejercicio produzca verdadero placer recreando el cuerpo y el espíritu.

El niño privado de toda alegría presenta un cuadro realmente desconsolador, su estado habitual es la indiferencia, incapacitado para cualquier trabajo físico e intelectual, obstinado, caprichoso, perezoso, pobre en ideas, con incapacidad para perseverar en sus empresas y para madurar sus pensamientos, con tendencia a la inmovilidad, su aspecto anémico, carente de apetito y por lo general con insomnios. En vano se busca en los alimentos y en los tónicos el medio de hacerlos reaccionar. El mal está en que no se conocen bien las necesidades de la vida de esos niños, que precisan para transformarse el aire libre donde puedan realizar sus juegos en compañía de sus camaradas, sin el contralor severo y egoísta de sus padres, que no los dejan mover so pretexto de los accidentes que pudieran ocurrirles.

Admira realmente observar como la estada de esa clase de niños, en el campo, les hace recobrar tan rápidamente la salud y recuperar ese placer espontáneo que no emerge de la reflexión o del espíritu, sino de su estado físico e intelectual.

Cuánto beneficio no reportaría para la sociedad y la especie si los pedagogos llamaran oportunamente en su ayuda al médico pediatra, para que dictaminé cuáles son los niños débiles que matriculados en las escuelas ordinarias, deben abandonar éstas para ir a una escuela al aire libre, o a una colonia de vacaciones o a las escuelas intermedias!

Esta pléyade de niños débiles en el ambiente sano de estas escuelas, proporcionan agradables sorpresas, consideradas bajo el doble punto de vista intelectual y corporal. Más de una vez se ha podido observar que los niños débiles de estas escuelas aventajan a los niños normales de las escuelas ordinarias.

Es innegable la correlación estrecha entre el buen desarrollo corporal y la energía intelectual.

Los casos de espíritus poderosos, desenvueltos en los niños con organismos débiles, constituyen fenómenos de excepción.

Las condiciones físicas tienen una influencia directa sobre las condiciones intelectuales y morales, sin la salud del cuerpo no puede haber trabajo cerebral completo.

El maestro no debe olvidar jamás el estado físico de sus alumnos. Es necesario que no sean condenados a una inmovilidad y a un silencio demasiado prolongado. No se debe jamás forzar

al niño en su capacidad física e intelectual, como tampoco no se debe olvidar que todo aquello que se hace con placer economiza el esfuerzo y procura al niño un bien incalculable.

Una de las principales indicaciones de la educación física, consiste en combatir la debilidad; gran número de niños de las escuelas ordinarias presentan un tórax estrecho, sus movimientos respiratorios son superficiales, las cabezas inclinadas y proyectadas hacia adelante, con omóplatos separados de la pared torácica, de tal manera que se puede introducir la mano bajo los omóplatos, en muchos encuéntrase desviaciones de la columna vertebral, con un tórax levantado y deforme, músculos adelgazados, vientre flácido, abultado y distendido, constratando el poco desarrollo del tórax con el enorme volumen del vientre.

La delgadez, la palidez, el aspecto especial de la fisonomía, caracteriza fácilmente la debilidad, ya sea causada por la predisposición hereditaria o ya sea ocasionada por las malas condiciones higiénicas, en la alimentación o en el medio.

En estos diferentes tipos de niños, es donde he tenido oportunidad de emplear una serie de ejercicios gimnásticos de acuerdo con las necesidades que conviene en cada niño. La gimnasia es una arma de doble filo, puesto que mal indicada puede constituir un peligro y ser nociva para la salud, pero bien indicada y mejor dirigida, puede dar excelentes resultados, corrigiendo y ayudando el desenvolvimiento del sistema orgánico, colocándolo en condiciones de resistir y de vencer la debilidad.

No pienso que estos casos sean la excepción, por el contrario, creo que todos los niños pueden obtener los excelentes resultados de que dan cuenta las fotografías que adjunto, en menor o mayor grado según sea el trabajo que realizan y la dirección técnica que los guíe.

En las fotografías tomadas en series del joven N. N. se podrá juzgar como se ha ido transformando paulatinamente por medio de la gimnasia su desarrollo corporal, hasta llegar a un desenvolvimiento perfecto, a grado tal, que puede ser presentado como modelo de cultura física.

Se trataba de un asma nerviosa, que hacía varios meses no le permitía realizar el más ligero movimiento sin fatigarse y sin ser atacado por el asma.

Como antecedentes familiares encontramos dos tíos y varios hermanos asmáticos. En estas condiciones los examino por primera vez, y constato que se trata de un niño con una capacidad respi-

ratoria completamente insuficiente, (como podrá verse por su ficha individual) y con un perímetro torácico muy escaso.

Pensé que este era un caso ideal para someterlo a gimnasia respiratoria, en procuras de la curación del asma y suspender la terapéutica que hasta ese momento era muy abundante. Los resultados no se hicieron esperar: el asma fué paulatinamente desapareciendo, la conformación torácica modificándose favorablemente y con ello la capacidad respiratoria aumentaba en forma sorprendente y el estado general del enfermo se transformaba, hasta encontrarse actualmente completamente sano.

Debo hacer notar que los dos hermanos de N. N. también asmáticos, fueron sometidos al mismo tratamiento con excelente resultado.

Podría multiplicar las historias clínicas de los casos tratados por estos medios, pero no lo hago a fin de evitar a esta asamblea descripciones fatigosas. Ello será motivo de una próxima publicación.

Es necesario, resumo para terminar, darse cuenta de la importancia fisiológica de la respiración; función nutritiva y función depuradora. Esas funciones no pueden por otra parte, llenarse correctamente si los diferentes órganos que entran en juego no se encuentran en perfecto estado de permeabilidad, irrigación, inervación, acompañándose de un buen desarrollo muscular, buena conformación torácica y abdominal y finalmente de un buen hábito de respirar.

Reuniendo los niños estas condiciones, no tendríamos seguramente un porcentaje tan elevado de mortalidad y de morbilidad por afecciones del aparato respiratorio y se encontrarían más aptos para luchar contra la terrible plaga de la tuberculosis, que hoy tiende a monopolizar por lo menos el 30 % de las funciones ordinarias. No ha de ser la anhelada extinción de la tuberculosis, en mi concepto, el resultado de mi tratamiento curativo, el triunfo lo hemos de conseguir más bien, por medio de los recursos profilácticos que hagan imposible el asedio. Multipliquemos entonces los recursos de la vida higiénica y de la vida sana, demos pan a todos los hambrientos, paz a todos los hogares, alegría a todos los corazones; pongamos siquiera algunos instantes en contacto con la naturaleza que amplía nuestros horizontes intelectuales y morales, vigorizando nuestros músculos, que son tan valiosos en estos tiempos como las máquinas industriales más perfectas. Y para nuestros hijos, que son, señores, el porvenir de la Patria que ansiamos yo ruego con Normand, que inflamado en santa ins-

piración clamaba: “queremos que sobre vosotros, de finas cabezas tiernas, derramen los bosques sus profundas sombras, que el sol más dulce en un cielo más clemente sea una alegría y no un tormento; que los vientos embalsamados que corren en las llanuras, os aporten la vida en los más puros alientos...”

Conclusiones

Someto a la consideración de esta ilustre asamblea un plan de profilaxis infantil, entendiendo que su amplitud lo hace difícil pero que no deja de ser factible de realizarlo dentro de un plazo de tiempo largo por desgracia.

No obstante la agravación de los problemas sociales, tengamos un momento de confianza y esperemos que los gobernantes inspirándose sábiamente adopten decisiones salvadoras, que la cultura de los pueblos progrese día a día, que los pudientes demuestren un mayor altruismo, que se sienta una mayor solidaridad nacional ante las catástrofes efectivas. Mientras esto suceda, sigamos escrutando con ansiedad y con cariño las terribles angustias de los que sufren, acudamos a su lado, y mitigemos sus dolores, reparemos sus lesiones, y más que nada, prevengamos sus espasmos, dulcifiquemos sus espíritus, demostrándoles nuestras simpatías y nuestra infinita solidaridad.

Intensificar la protección a la infancia con medidas de carácter general, con medidas directas de protección al niño y con medidas indirectas por la protección a las madres

Medidas de carácter general: 1°) Profilaxis general de las enfermedades contagiosas, (declaración obligatoria, aislamiento y desinfección).

2°) Fomento de las leyes contra la tuberculosis y demás enfermedades contagiosas.

3°) Construcción de casas higiénicas para obreros e inspección sanitaria permanente.

4°) Fovorecer el matrimonio, combatiendo la ilegitimidad de los hijos, motivo frecuente de abandono.

5°) Difusión de las nociones de higiene por medio de cursos, conferencias, publicaciones populares y especialmente por medio de la enseñanza práctica de la puericultura.

6°) Combatir el alcoholismo y reprimir la mendicidad.

7°) Reglamentación del servicio doméstico.

8°) Inspección de los artículos de primera necesidad.

Protección directa al niño: 1°) Centralizar la acción de las sociedades de protección a la infancia, dando participación directa en la obra a los gobiernos.

2°) Creación de gimnasios públicos, escuelas al aire libre, jardines escolares, colonias de vacaciones, escuelas intermedias, de mar, de montañas y de llanuras.

3°) Institución de la copa de leche en las escuelas.

4°) Inspección médica oficial en las escuelas fiscales y particulares, a cargo de especialistas.

5°) Inspección odontológica obligatoria en todas las escuelas.

6°) Selección y distribución de los niños escolares según constitución, predisposición, antecedentes hereditarios, enfermedades, etc.

7°) Reglamentación de la gimnasia fisiológica y de los juegos escolares.

8°) Incitar a los gobiernos al cumplimiento de las leyes sobre el trabajo infantil y reglamentación del trabajo doméstico.

9°) Reprimir el tabaquismo en los niños.

10) Incitar a los poderes públicos al estricto cumplimiento de las leyes sobre tutela de los niños maltratados.

Protección indirecta: 1°) Protección a la madre, en el embarazo, en el parto y en el puerperio.

2°) Creación de maternidades.

3°) Inspección oficial obligatoria de las maternidades, colegios, asilos y todos los establecimientos donde se cuide o se interne a los niños.

4°) Fundación de escuelas de madres donde se enseñe a criar al niño sano y al enfermo.

5°) Creación y fomento de las mutualidades maternas.

6°) Creación de Creches.

7°) Seguro infantil.

8°) Proteger, estimular y dignificar al maestro.

Termino este plan profiláctico, tan necesario e indispensable a mi juicio, para combatir en forma real la morbilidad y mortalidad infantil, procurando asegurar en lo posible el desarrollo de un niño sano y fuerte, pidiendo a la H. Asamblea incite calurosamente a los poderes públicos de las Naciones Americanas la adopción de las conclusiones aconsejadas.