



Higiene dels lactants en l'estació calurosa

La profilaxi ha d'ésser la base de la medicina moderna. Com diu Schlossmann, curar vol dir tenir cura, és a dir, evitar que la salut sigui pertorbada. En puericultura, molt més encara que no en altres branques de la medicina, això és cert, ja que les mesures higièniques tenen més importància en el nen que no pas en l'adult.

La morbilitat i mortalitat infantils tenen característiques pròpies segons l'estació de l'any. Sobretot durant el primer any de la vida la influència estacional és marcadíssima. Si examinem un grafic de morialitat infantil des del naixement fins als dotze mesos, veurem dues grans agulles, una corresponent a l'hivern, especialment motivada per afeccions broncopulmonars, i una altra, la més important, corresponent a l'estiu, deguda principalment a afeccions gastrointestinals i de la nutrició en general.

La morbilitat i mortalitat per afeccions nutritives, durant l'estiu dels nens joves, és deguda fonamentalment a l'acció del calor, el qual altera les funcions secretòries, creant un estat **d'insuficiència digestiva estacional** en el lactant, fent-lo menys apte per a complir la seva funció principal, **nodrir-se i créixer**, cap on té polaritzades gairebé totes les energies en aquesta edat. Aquest **handicap** nutritiu que crea l'època calorosa en el lactant, és especialment terrible en el nen criat artificialment, és a dir, amb un aliment que mai no és absolutament apropiat al nen, com ho és la llet de dona i que ja de per si és causa freqüent de defectes de nutrició i seriosos contratemps digestius, que en l'època calorosa es converteixen sovint en catàstròfics. També el calor, en un altre aspecte, actua com a causa d'afeccions digestives i és afavorint l'alteració dels aliments emprats per criar el lactant amb biberon.

Com hem de defensar el lactant dels perills de l'estació calorosa? La major defensa és procurar que el nen sigui criat a pit, ja que amb aquesta alimentació rarament l'estiu motiva en ells seriosos contratemps i la majoria el suporten bé. Mai no ha d'abandonar-se per motius fútils el pit de la mare, però en l'època estival ha de defensar-se la secreció làctia i la criança al pit per tots els mitjans. Això resa per tots els nens, però pels prematurs, dèbils i els molt joves (fins als tres mesos) negligir-ho és gairebé una sentència de mort. En aquesta època calorosa no ha de fer-se cap lactància mixta no necessària (biberons de comoditat), ja que el perill comença en prendre poques gotes d'aliment artificial. Tampoc no ha de fer-se cap deslletament en aquesta època.

En el nen criat artificialment les següents normes han de presidir la higiene de l'estació calorosa: la vigilància de la correcta preparació de l'aliment, la supressió de tota possibilitat de superalimentació o d'alimentació inadequada, l'observació freqüent del nen pel puericultor i l'avís immediat del mateix en cas de presentar-se algun símptoma d'afecció digestiva (vòmits, diarrea, desgana, etc.), sense intentar corregir-los per medis casolans o tradicionals, gairebé tots ells equivocats i que poden portar greus conseqüències. L'únic lícit és la suspensió de l'alimentació, donant a beure al nen aigua bullida o alguna infusió d'herbes (te, camamilla, marialluïsa, tilla, etc.) per calmar-li la set i per mantenir-lo hidratat, fins que el metge el vegi.

L'excés d'abric del nen ha d'evitar-se a l'estiu. Molt poca roba a sobre i al llit. El nen ha de tenir la pell fresca al tacte, enfardellar-lo de roba és fer oposicions a una diarrea.

L'habitació del nen ha d'ésser ampla i ben ventilada, el més fresca possible. Cas de tocar-hi el sol, cal canviar-lo d'habitació, mentre hi toqui, triant la més fresca de la casa. La temperatura òptima de l'habitació d'un lactant és de 18 a 22°; tot el sobrant és de massa.

El bany diari amb aigua tèbia fresca és utilíssim a l'estiu per evitar l'excés de calor.

La vida a l'aire lliure durant la major part del dia, vestir amb poca roba, és una altra de les millors defenses. El lactant ha d'estar a l'ombra en el seu llit en el parc, el bosc, el jardí o la galeria, segons es pugui. Així s'evita l'excés de calor i es curteix el nen, adaptant-lo a l'aire, cosa que farà no es refredi a l'hivern, disminuint la probabilitat d'afeccions broncopulmonars.

Una altra defensa dels estralls de l'estiu sobre els lactants, és fugir de les ciutats i portar-los a comarques més fresques. En general és preferible la muntanya al mar, i especialment estan indicats en aquesta edat i estació les alçades mitjanes (350-700 metres), elegint les comarques menys humides i ventoses i triant les localitats més riques en bosc.

Castorini