

HIGIENA

a les mares



Una malaltia molt freqüent en la infància, l'otitis mitjana (supuració de l'orella), pot ésser evitada en molts casos mocant les criatures de la manera convenient.

Hi ha la mala costum general de mocar els nens tapant tots dos narius, i llavors fer bufar la criatura i no destapar el nas fins que s'ha produït una forta pressió. El sistema és dolent. La pressió exercida per un igual en totes les parets del nas no és a propòsit per a fer sortir tot el moc que hi hagi. I en canvi pot originar que el que existeixi al cavum (part posterior del nas) penetri per les trompes d'Eustequi (conduïte que comunica amb l'oïda) i produeixi la infecció.

Tot això pot ésser evitat d'una manera molt senzilla. I és tapant un sol forat de nas en mocar l'infant i fent-lo bufar fortament pel nariu destapat. La forta corrent d'aire que s'estableix arrossega llavors tot el moc a l'exterior, sense que hi hagi cap mena de pressió a la part posterior del nas.



Quan es fa l'alimentació artificial amb biberon, de més a més de la diferent qualitat de la llet comparada amb la de la mare, hi ha una diferència mecànica en la manera de rajar el pit i el biberon.

En primer lloc el pit dona múltiples rajolins finíssims, el biberon un sol raig i força més gruixut. D'altra banda, el mugró és curt i el nen xucla amb els llavis i la llengua i fa passar la llet a forta pressió entre la llengua i el paladar. D'aquesta manera la llet queda dividida quan l'engoleix. Amb la majoria de biberons s'esdevé el contrari. Com que la tetina és llarga, el nen no mama xuclant, sino exercint una simple pressió damunt la tetina agafada entre la llengua i el paladar. I la llet és engolida a grossos glops, sense dividir-la.

Per a evitar això, mireu en comprar una tetina que aquesta sigui curta, de cautxú pur, molt elàstica i de forats petits. I no els engrandiu mai amb cap excusa. Teniu present, d'altra banda, que el nen ha de mamar lentament. Cada mamada ha de durar com a mínim de 15 a 20 minuts.

I canvieu sovint les tetines. Tot el que hi gastareu ho estalviareu de sobres de metges i de medicines.



Bo és de netejar el dentat de les criatures des dels primers temps. Però això esdevé del tot indispensable en aparèixer els primers queixals permanents, que surten aproximadament als sis anys.

Aquests queixals són les primeres peces que surten del dentat permanent, la pedra angular de l'arquitectura facial i la clau de l'oclusió dentària. Oclusió vol dir el perfecte contacte d'unes peces dentals amb les altres i amb les peces similars de l'altre maxilar, quan la boca és clusa. Dels primers queixals depèn la correcta distribució de les vint-i-vuit peces permanents. Cal, doncs, netejar-los i vigilar-los amb molta atenció. I fer-los mirar, encara que no facin mal, així que s'hi observi el més petit senyal de càries.



L'alimentació mixta començada dels primers dies de la vida del nen, és amb molta freqüència causa de la disminució o pèrdua total de la llet de la mare. Per poc que el pit tingui tendència a donar poca llet, el nou nat el xuclarà amb poca força, perquè s'haurà acostumat al raig més abundant i més fàcil de fer sortir dels biberons. Llavors el pit no acabarà de buidar-se bé i progressivament anirà donant menys llet cada vegada.

No cal, doncs, començar **voluntàriament**, sense causa justificada, l'alimentació mixta, fins prop dels tres mesos.

Montorio