





IGIENE
ED
EDUCAZIONE DELLA PRIMA INFANZIA

PER

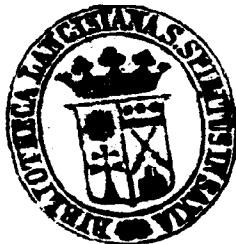
R. BLANCHE, LADREIT DE LA CHARRIÈRE
MENIERE (D'ANGERS) RELATORE

—
VERSIONE

DI

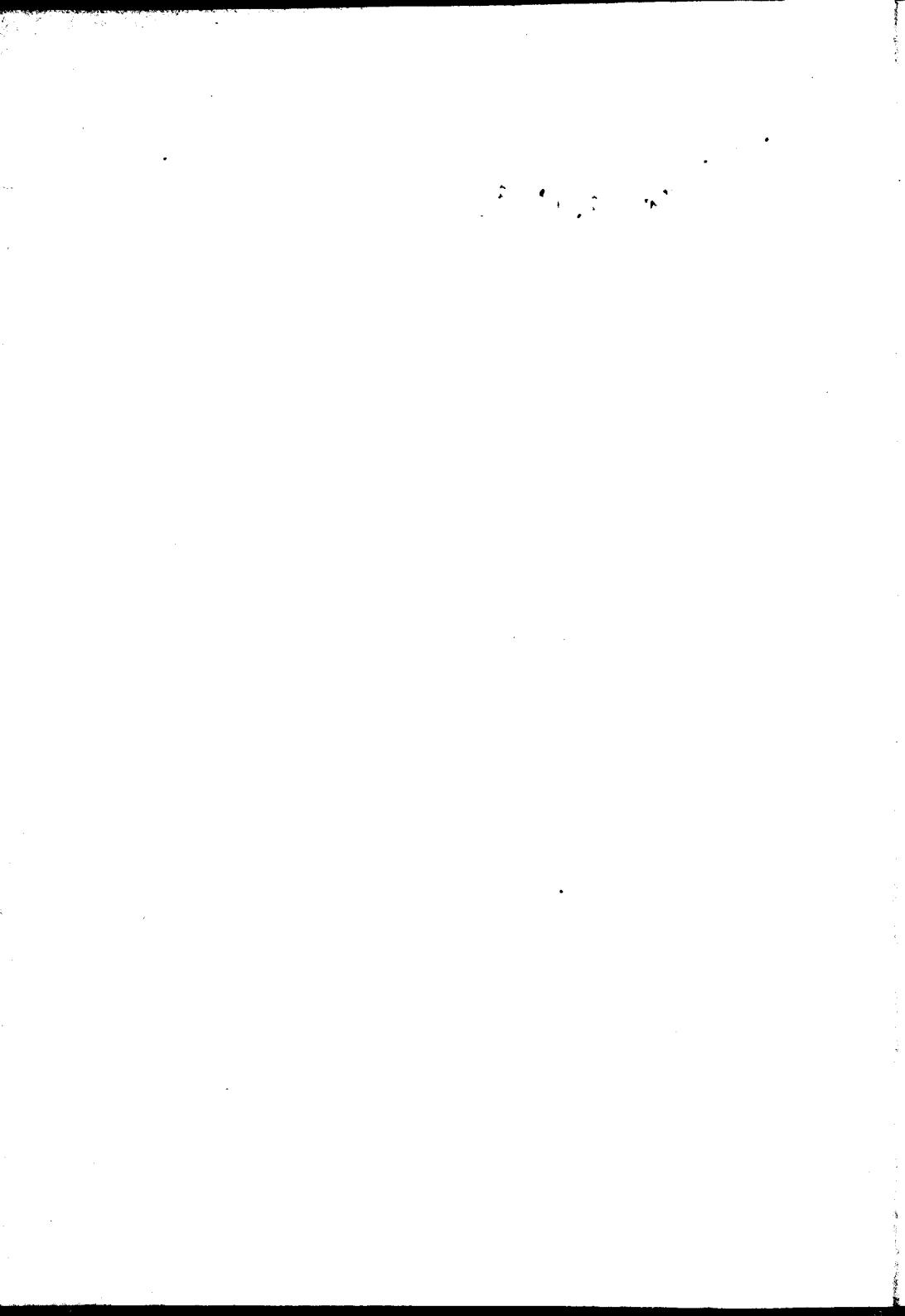
A. DONARELLI

Socio corrispondente della Società Francese d'Igiene
e della Società Italiana d'Igiene
Socio fond. e Cons. della R. Accademia Medica
di Roma ecc.



ROMA
COI TIPI DELLA TIPOGRAFIA ROMANA
Piazza S. Silvestro, N. 75

—
1879.

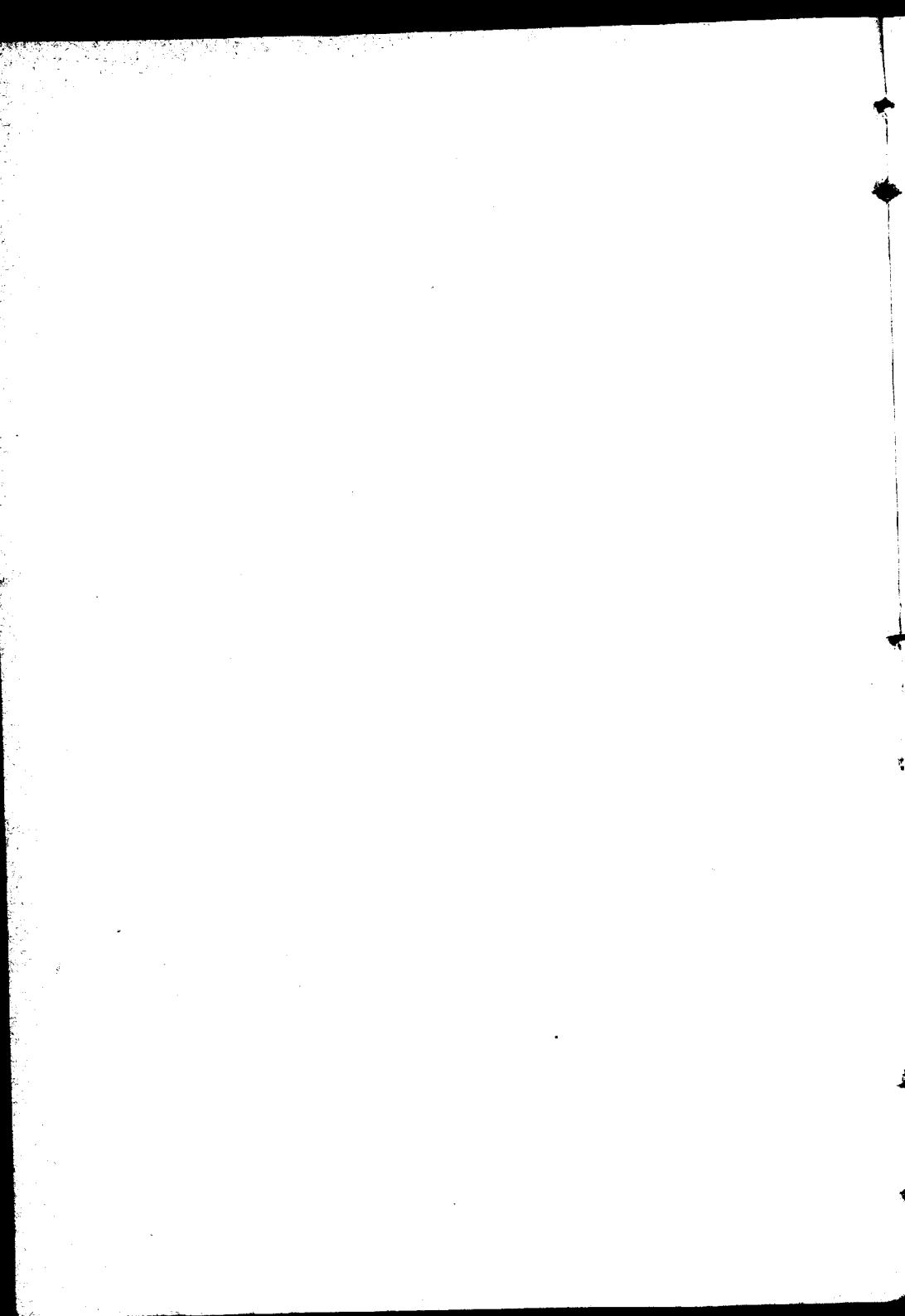


La società francese d'igiene bandì nel mese di Marzo del decorso anno, un concorso sulla importante quistione dell'igiene e della educazione della prima infanzia, e la commissione nominata all'uepo, dopo di avere esaminato le 53 memorie, inviate al Concorso, ne premiò *dieci* le quali meglio corrispondevano al Concorso. — Utilizzando i preziosi materiali di cestete commendevoli memorie, confidò ai S. Blache, Ladret de la Charrière e Menière (d'Augers) il compito di rediggere la presente opericciuola, la quale divenne così l'opera della società francese d'igiene. — La benemerita società d'igiene francese, con filantropico intendimento, volle che si distribuisse gratuitamente alle madri di famiglia, operaie, assistenti gl'infermi, ed a tutte quelle persone insomma che s'interessano più o meno alla igiene dell'infanzia.

E noi recandola nel nostro idioma in modo popolare — facciamo voti perchè in un modo o nell'altro, si possa appo noi ottenere lo stesso fine, persuasi che così saggi precetti condensati in poche pagine, vengano letti assai più facilmente di quello che se fossero diluiti nei libri di maggior mole, e sotto una forma che non è alla portata di tutte le intelligenze, malgrado il valore incontestabile che quelli possano avere. (1)

A. D.

(1) Dal *Journal d'hygiène*, pubblicato a Parigi dal Dott. **De Pietra Santa** Socio corrispondente della R. Accademia medica di Roma.



I bambini sono l'avvenire e le speranze della società e della patria, quindi devesi considerare la maniera di allevarli come una questione vitale della più alta importanza, di cui ciascuno deve preoccuparsi, e che è dovere dei medici e degli igienisti di volgarizzare più possibilmente.

Quantunque la tenerezza d'una madre unita ad una certa intuizione faccia sovente dei prodigi al capezzale di una cuna, accade frequentemente che malgrado l'affezione e la sollecitudine, di cui la sola donna è capace per la sua creatura, le sorga innanzi un serio imbarazzo o soltanto una penosa incertezza sulla condotta, che deve tenere di fronte al suo neonato.

A fianco di questa ignoranza di principii d'igiene infantile, vediamo sorgere i vecchi pregiudizi, che sotto pretesto d'esperienza si perpetuano da madri in figlie in talune classi e non esage-

riamo dicendo che queste piaghe della società non sono state meno letali per i fanciulli che le malattie speciali alla loro età.

Noi adunque ci proviamo di redigere in questo picciolo libro, più brevemente possibile, ma colla massima precisione, alcuni precetti d'igiene per l'educazione della prima infanzia.

CAPITOLO I.^o

Consigli alla madre prima della nascita del bambino.

Colla gravidanza comincia per la madre, una vita nuova, essa deve apprenderne i doveri come presentirne le gioie. È necessario che in questo stato si nutrisca secondo che glielo permette la sua posizione, ma adottando un regime, che possa essere continuato per tutta la durata dell'allattamento. Le vivande le più costose sono lungi dall'essere le migliori. Per quanto semplice sia un nutrimento esso basterà, purchè abbia cura di variarlo uno poco. Bisogna evitare soprattutto gli eccitanti d'ogni sorta, spezie: caffè, liquori e non prendere che pochissimo vino, sidro, birra od altra bevanda alcoolica. Un'alimentazione variata, nella quale la carne ed i legumi avranno una parte sufficiente, tali sono gli elementi d'un regime fortificante e sostanziale in una donna che fa un esercizio regolare all'aria aperta.

Le vesti di una donna incinta non devono incommodare né per il loro peso, né con una com-

pressione pericolosa; fa d'uopo che il seno, il ventre, le anche siano libere d'ostacoli per assicurare un buon scioglimento alla crisi, che lentamente prepara la natura.

Evitando così ogni esercizio violento, si guarderà bene dal salire sopra una sedia od una scala, e soprattutto dal saltarne a basso, dal sollevare o dal portare pesi eccessivi. Lo spavento, la collera e le emozioni forti sono similmente pericolose, ma quanto alle voglie, molto frequenti durante la gravidanza, bisogna assicurarsi che se non si può contentarle, il fanciullo non ne riporterà alcun segno. Ciò che su di lui influisce è la salute dei genitori e soprattutto della madre.

Se verso il sesto mese circa della gravidanza si preme leggermente il capezzolo; si vede uscire un pò di liquido quasi scolorato, è questo il precursore del latte, il *colostro*.

Un pò più tardi la madre deve prepararsi alla funzione dell'allattamento, avendo cura due o tre volte al giorno di strofinare leggermente il seno ed il capezzolo. Se questo non è abbastanza sviluppato, bisogna aver cura di tirarlo un poco ogni giorno, o di applicarvi una ventosa di caou-chouc, ovvero un succiamento blando varrebbe meglio, specialmente se il colostro tardi a formarsi. Queste preparazioni alle funzioni dell'allattamento sono indispensabili, principalmente nelle donne, che temono di non poter nutrire la loro prole a cagione della picciolezza del seno o della forma del capezzolo.

Infine non sapremmo come istigare abbastanza le madri a voler nutrire i propri figliuoli, giacchè l'invio alla nutrice e la bottiglia (*biberon*) offrono molti pericoli.

Da qualche anno un nuovo commercio si è creato in Francia sotto la denominazione d'industria nutritrice. Quadri statistici sono stati compilati e si è giunti al risultato seguente: limitata fra 5 o 10 % per i bambini di un giorno ad un anno, nutriti dalla loro madre, la mortalità s'innalza fino a 40 % in certi luoghi per i fanciulli mandati a balia; ed in altri luoghi ha raggiunto le cifre di 50 e 70 %.

Questi risultati ben conosciuti dai medici e dagli igienisti sono ancora troppo ignorati dalle famiglie.

CAPITOLO II.^o

Differenti maniere d'alimentare i bambini.

Il bambino di recente nato non prova che due bisogni:- poppare e dormire; è necessario adunque di regolare al più presto queste due condizioni.

Ben inteso che un funciullo deve innanzi tutto essere nutrito *di latte*, poichè il latte è per lui un alimento naturale e completo, vale a dire contenente tutti gli elementi necessari a mantenere e ad accrescere gli organi, di cui si compone il corpicciolo del bambino.

I differenti metodi d'allattamento dei bambini saranno studiati con i loro inconvenienti nell'ordine seguente :

1.^o Allattamento al seno della madre esclusivamente.

2.^o Allattamento al seno d'una nutritrice esclusivamente.

3.^o Allattamento alla bottiglia (biberon) (allattamento artificiale).

4.^o Allattamento col seno e colla bottiglia (allattamento misto).

5.^o Allattamento alla poppa d'un animale, in generale d'una capra.

§ I.^o — Allattamento al seno della madre esclusivamente.

Poniamo primieramente come principio fondamentale che l'*allattamento materno esclusivo* costituisce il miglior metodo per allevare un fanciullo; che è il solo veramente buono, il solo veramente e sicuramente profittevole al bambino. La madre deve nutrire la sua creatura, la natura e la ragione glielo impongono. Il latte materno costituisce per il poppante il miglior alimento che possa prendere; nessun altro gli si potrebbe paragonare. Il seno della nutrice la più commendevole non vale giammai quanto quello della madre. D'altronde se l'allattamento materno è il solo realmente profittevole al fanciullo, non lo è meno alla madre. Il parto, l'allattamento devono essere considerati come gli anelli di una stessa catena, che la madre non può spezzare senza pregiudicare se stessa. La diurna esperienza confermata dai medici stabilisce infatti che la donna che non nutrisce, si trova esposta ad una serie di piccoli

accidenti, spesso anche di turbamenti e di malattie gravi. Non è quanto dire, che quella che non nutrisce vada esente costantemente da cotesti fenomeni, ma è incontestabile che le probabilità per il pronto ristabilimento ed in seguito per il mantenimento della salute sono in favore della madre nutrice del proprio bambino. — Conveniamo senza dubbio che l'allattamento è una funzione seria, talvolta penosa e sempre incomoda, ma a fianco delle sue pene e de' suoi incomodi la madre, che nutrisce, ha pure le sue gioje e le sue ricompense. È al seno materno che si formano più belli fanciulli. Al momento della nascita della creatura tutto si trova maravigliosamente nella madre disposto per renderla adatta a compiere l'importante funzione di nutrice. Nei primi giorni che seguono il parto, il latte segregato dalle mammelle e che rimpiazza il colostro, è chiaro e poco abbondante; conserva ancora le qualità speciali di questa prima secrezione, la di cui utilità è incontestabile per aiutare il neonato ad evacuare il suo meconio o prima materia fecale. Si evita così l'uso inutile e spesso nocivo dei sciroppi di cicoria o di fiori di pesco, che le levatrici si credono obbligate di amministrare ai fanciulli. Non è che al termine di otto o dieci giorni che apparisce il vero latte. Vi è dunque una gradazione nel valore nutritivo del latte e nella sua quantità, che è mirabilmente appropriata allo stato transitorio degli organi.

Preconizzando l'allattamento materno non intendiamo però dichiararlo obbligatorio. Lungi da

noi questo pensiero; ma stimiamo che all'infuori dell'assenza del latte o d'uno stato di salute anteriore incompatibile coll'allattamento, la donna non deve rinunziare a questa funzione, che per il solc fatto d'una ragione maggiore, affermata dai medici. All'infuori di certe condizioni sociali della madre, che s'oppongono assolutamente a che ella nutrisca, è meno una apparenza di forza esteriore, è meno una salute robusta che devesi esigere da lei che una *gran buona volontà*.

Che il fanciullo sia allattato dalla sua madre o da una estranea, certune condizioni devono essere adempiute onde l'allattamento al seno produca un buon risultato. Stabiliamo adunque le principali regole dell'igiene concernente l'allevamento al seno.

I.^o Presentare il bambino al seno della madre due o tre ore dopo il parto, e se si è obbligati di attendere una nutrice, non dare che la minima quantità possibile di acqua inzuccherata a cucchiatate.

II.^o Se il fanciullo non può poppare, bisogna assicurarsi dello stato della lingua; su questo soggetto regna un pregiudizio assai sparso consistente nel dire che la creatura ha il *filetto*. Il fatto può essere vero, ed un colpo di forbici dato dal chirurgo ristabilisce ben presto le cose al loro posto; ma in realtà questo piccolo vizio di ^{la}confusione è molto meno frequente di quello che le levatrici lo credano.

III.^o La posizione seduta, con il dorso ben appoggiato è la più facile per apprestare il seno, durante i primi giorni che seguono il parto. La madre che allatta deve contentarsi di mettersi con precauzione su di un fianco per porgere il seno.

IV.^o La regolarizzazione delle poppate del fanciullo è uno dei punti più essenziali della questione dell'allattamento ed è dal principio che fa d'uopo regolare il momento e la durata dei pasti. Un neonato non deve poppare che ogni due ore durante il giorno e solamente ogni tre o quattro ore durante la notte, cosicchè faccia otto o dieci poppate nelle 24 ore. La durata di ciascuna poppata non deve sorpassare i dieci o i dodici minuti. Una buona precauzione da prendersi per evitare le screpolature è di asciugare accuratamente la punta del capezzolo con una pezzolina di tela pulita e fina, immediatamente dopo ciascuna poppata.

V.^o È vantaggioso tanto per il benessere del fanciullo quanto per quello della madre che nutrisce, di abituare per tempo il bambino a poppar poco la notte. Verso l'età di sei settimane o di due mesi, è necessario tentare questa prova, lasciandogli prendere una copiosa poppata verso le dieci di sera, per non presentarlo di nuovo al seno che all'indomani verso le sei del mattino.

VI.^o Oltre il latte, si può cominciare l'uso di altro alimento verso il sesto o il settimo mese ovvero dopo l'apparizione del primo dente, perchè in quel punto lo stomaco del fanciullo è

sufficientemente preparato per permettere di dar-gli una piccola panatella. Le zuppe di arrow-root di sagù, di tapioca, di biscotto, di farina d'avena e preferibilmente di farina di frumento leggermente tostata o seccata al forno, possono essere date una volta al giorno contemporaneamente al latte della madre o della nutrice. Ma è meglio cominciare colla semplice panatella all'acqua, fatta con pane leggermente abbrustolito, che si fa cuocere per molto tempo a fuoco dolce con un pò di zucchero e di sale e che poscia si fa passare per un grosso staccio. Bisogna aver cura di dare queste panatelle da principio in minima quantità ed ogni giorno alla stessa ora dopo lo spazio di due ore da una poppata, e guardarsi bene di non attaccare dopo ciò il fanciullo al seno sotto pretesto di farlo bere. È preferibile, onde calmargli la sete, di dargli un pò d'acqua pura o inzuccherata od anche meglio un pò d'acqua leggermente avvinata. Al termine di qualche giorno se questa panata è stata bene accolta, si cominciano le pappe od anche le zuppe leggere, prima con brodo lungo bene digrassato, o meglio con brodo di pollastra associato alla tapioca o ad altri fecculenti.

Taluni fanciulli non vogliono le minestre col latte e prendono più volentieri il brodo. In ogni caso nei primi tempi una zuppa al giorno è più che sufficiente; non è che verso i nove od i dieci mesi che si danno due zuppe nella giornata

È cosa prudente l'astenersi dalle diverse composizioni raccomandate dal commercio per rimpiazzare il latte e soprattutto il brodo.

È un gravissimo errore di nutrire troppo presto i fanciulli. Non si guadagna nulla a voler forzare la natura. Verso l'ottavo o decimo mese gli si possono dare delle uova fresche poco cotte, sia da bere, sia sbattute in una panata o nella tapioca col brodo, e si giunge così gradamente al momento dello slattamento di cui parleremo più lunghi.

S. 2.^o — *Allattamento esclusivo al seno di una nutrice (balia).*

Se il latte materno non può essere somministrato al fanciullo, trattasi allora di rimpiazzarlo con un latte diverso nelle migliori condizioni possibili. Come abbiamo stabilito la necessità di udire sempre il parere del medico per decidere la quistione così grave della possibilità o della impossibilità dell'allattamento materno, così il medico deve ancora intervenire nella scelta di una nutrice. Questa scelta non è punto agevol cosa ed una troppa precipitazione può condurre a risultati disastrosi.

L'allattamento per mezzo di una nutrice può farsi in casa sotto gli occhi della madre, ciò che è molto più preferibile ove si possa, oppure in casa della nutrice lungi da ogni sorveglianza, ma alla campagna, ciò che costituisce una circostanza attenuante.

Stabiliamo innanzi tutto le condizioni, che deve riunire una buona nutrice, 1^o, avere dai 20 ai 32 anni. 2^o aver partorito da 2 mesi almeno, o da 7 a 8 al più. 3^o non avere alcuna macchia nè cicatrice

al collo, sotto le ascelle, nella testa, nè alle dita in prossimità delle unghie. 4º avere il seno ben conformato, senza cicatrici, i capezzoli sufficientemente sporgenti e piuttosto grandi che piccoli. 5º aver le gengive color di rosa, i denti sani, ben regolari e ben collocati. 6.º avere le spalle larghe, il sistema muscolare sviluppato. 7.º non avere le regole. 8º. non essere incinta. 9.º avere un carattere eguale e di costumi irriprensibili, una fisionomia aperta e gradevole 10.º aver già allattato, vale a dire essere al suo 2 o 3 figlio, od almeno avere l'abitudine dei figli. 11.º essere di una estrema nettezza verso di se e del proprio figlio. 12.º fare accertare dal medico il florido stato della salute del proprio figlio.

Non cade dubbio che la maggior parte di queste condizioni sono esigibili anche per la madre, che vuol nutrire la sua creatura.

Se si ha la nutrice in casa, bisogna per quanto possibile, darle l'alimento che essa ha l'abitudine di prendere. Il suo regime deve essere misto, cioè composto di carni e di legumi; deve bere generalmente dell'acqua avvinata, poichè l'uso smodato del vino e soprattutto dell'alcool può produrre delle convulsioni al bambino.

L'alimentazione deve essere diretta in modo che le evacuazioni sieno regolari e facili. La donna, che nutrisce, mantiene il suo bambino a spese di se stessa, le è adunque necessario riacquistare ciò che perde. Così un genere di vita ben regolato, senza fatiche eccessive, nè veglie pro-

lungate, è necessarissimo. Inoltre è cosa prudente evitare le emozioni troppo forti, il di cui effetto reagisce spiacevolmente sulla salute dell'infante.

La nutrice deve seguire per il suo poppante le stesse regole enunciate più innanzi per l'allattamento della madre, concedendo lo spazio di 2 ore a ciascheduna poppata e guardandosi bene, per calmare le grida o la fame del bambino di mettergli in bocca dei succhielli di sughero o di spugna, volgarmente detti cuscinetti. Essa si persuaderà che non si guadagna nulla a volere nutrire troppo presto i fanciulli: tutti i medici sono d'accordo per raccomandare di non dar mai né minestra, né panatella nei primi 6 o 7 mesi. I feculenti ed i brodi non hanno affatto la virtù di diminuire le coliche dei bambini; dall'altro canto i vomiti e la diarree verdastre, due sintomi così frequenti delle malattie della prima infanzia, non riconoscono altra causa che l'alimentazione prematura o l'eccesso di nutrimento. Non si tratta di dare molto da bere e da mangiare al poppante. Questo modo di operare conduce a risultati affatto opposti a quelli, che si domandano. Nell'impazienza di dare forza al bimbo, di farlo crescere più rapidamente e di renderlo più bello e vezzoso, la nutrice lo fa mangiare senza che abbia ancora i suoi denti; gli presenta degli alimenti, che il suo intestino non può digerire e lunghi dal prosperare, il fanciullo cade malato e deperisce.

§. 3.^o — *Allattamento colla bottiglia sola,
detto allattamento artificiale.*

L'allattamento colla sola bottiglia esige per riuscire molta pazienza e minuziose precauzioni. V'hanno delle circostanze, in cui questo mezzo d'allevare il bambino s'impone assolutamente; solo una madre è capace di trovare nella propria abnegazione la perseveranza necessaria per riuscire in questo compito sì delicato e sì pieno di ripugnanti difficoltà.

Malgrado la miglior volontà, malgrado il concorso di circostanze le più favorevoli, l'allattamento artificiale disgraziatamente non riesce che troppo spesso. Se poi cotesto metodo risponde meglio in campagna che in città, ciò dipende non solo dalla costituzione più robusta dei soggetti, dalla attività più grande delle funzioni respiratorie all'aria aperta, ma soprattutto dalla qualità del latte di vacca, di cui si fa uso a preferenza, per l'allattamento artificiale e che trovasi presso a poco da pertutto a modico prezzo. Si può fare anche uso di latte d'asina o di capra, ma l'esperienza ha dimostrato che di tutti gli animali la vacca è quella, che fornisce il latte, il quale per la sua composizione si avvicina di più a quello della donna. Infatti, per una ugual proporzione di elementi costituenti (caseina e burro), il latte di vacca contiene meno acqua e meno zucchero di latte. È dunque una specie di latte muliebre più concentrato e meno zuccherino. Il latte di vacca per quanto sarà possibile, dovrà provenire dalla me-

desima vacca ed essere dato al fanciullo in tutta la sua freschezza. Se codeste condizioni non sono sempre realizzabili in città, l'essenziale è di avvicinarsene il più possibilmente.

Durante i calori dell'estate sarà necessario far bollire il latte per impedire che inacidisca; in qualunque altra circostanza il latte non deve aver bollito, basta riscaldarlo a bagno-maria.

Il latte si amministra colla fiaschetta con una piccola pentola o col cucchiajo; questi due ultimi metodi sono i più sfavorevoli. La proporzione d'acqua, che si aggiunge a cotesto latte, deve decrescere a misura che il fanciullo cresce in età. Nelle tre o quattro prime settimane si darà il latte senza avergli tolto la panna e con due terzi di acqua. Nei due mesi seguenti 2º e 3º il latte e l'acqua saranno a parti uguali. In principio del quarto mese non si aggiunge più al latte che un quarto d'acqua. Infine verso il sesto mese si termina col dare il latte puro o quasi puro.

La giornata del poppante è di 12 ore. Comincia da 7 a 8 ore del mattino secondo la stagione. Gli si darà la bottiglia ogni due ore. La mescolanza di latte e d'acqua si farà a mano a mano ed a seconda del bisogno. Vi si aggiunge un pò di zucchero e meglio del zucchero di latte. Questa bevanda deve esser tiepida e la madre se ne deve assicurare assaggiando il liquido. Si ottiene versando del latte freddo in un poco di acqua calda inzuccherata, fino ad una temperatura sen-

sibilmente uguale a quella del latte muliebre, 37° circa.

Bottiglia.

Per dare il latte al fanciullo si adopera generalmente un istromento chiamato bottiglia o zampilletto. Nel commercio ve n'è una grande varietà. Di tutti questi strumenti il migliore o per dir meglio il meno cattivo, è quello più semplice e più facile a mantenersi netto. Bisogna assolutamente respingere quelli nella composizione dei quali il cautciù entra in qualsiasi minima parte. I sistemi ad imbuto od a tubo in cautciù presentano dei seri inconvenienti:

1.º Espongono il bambino ad essere gravemente incomodato dagli elementi, che entrano nella composizione di alcuni cautciù vulcanizzati;

2.º Sono difficilissimi a pulirsi, ciò che costituisce un grave inconveniente, poichè, per mancanza di cura, il latte in questi recipienti inacidisce assai facilmente.

3.º Rallentano la sorveglianza della madre permettendole di porre lo strumento nella cuna vicino al fanciullo, il quale passa la sua giornata a succiare ed anche ben spesso a vuoto.

Se il bambino non consuma tutto il contenuto in un pasto, è necessario gettare quel che resta, ed al pasto seguente riempire lo strumento. Bisogna che la madre tenga ella stessa il recipiente, e che ponga in questa operazione il medesimo zelo, che se essa porgesse il seno alla sua creatura.

Dopo averlo adoperato, si smonteranno tutti i pezzi e si puliranno accuratamente con una spazzetta esclusivamente riservata a quest'uso; quindi si terrà immerso nell'acqua pura di frequente rinnovata.

La madre potrà aumentare la proporzione del latte e diminuire quella dell'acqua, allorquando per parecchi giorni di seguito il poppante avrà consumato fino all'ultima goccia il contenuto della bottiglia. Verso il 6.^o mese si può dare il latte quasi puro a ragione di 800 a 1,000 grammi al giorno. Il latte di capra essendo più nutriente e più tonico del latte di vacca, esige, per esser facilmente sopportato, l'aggiunta di una più grande quantità d'acqua. Accenniamo pure la difficoltà di ben proporzionare le qualità nutritive del latte secondo l'età del fanciullo; l'ineguaglianza della temperatura del liquido per la durata dei pasti, qualunque siano le cure adoperate; infine gli sforzi irregolari che deve fare il bambino per succhiare il liquido e per ultimo aggiungiamo che è molto difficile esser sicuri che il latte non sia falsificato.

§. 4.^o Allattamento misto col seno e con la bottiglia.

Questo metodo d' allattamento comprende il latte della madre o quello della nutrice, amministrato contemporaneamente colla bottiglia.

Questo metodo molto comune per molteplici cause, che noi indicheremo più lungi, può dare eccellenti risultati, allorchè è intelligentemente ed equamente adoperato, vale a dire allorchè si al-

terna in proporzioni uguali il latte di donna ed il latte di vacca.

Quando si è obbligati di ricorrere all'allattamento misto, fà d'uopo cominciarlo il più presto possibile, giacchè altrimenti il fanciullo abituato al seno prenderebbe difficilmente il latte col zampilletto.

Le donne, la di cui salute è debole e delicata, hanno talvolta troppo poco latte per condurre a buon fine il nutrimento della propria creatura. Altre hanno i capezzoli mal conformati, ciò che stanca e non tarda di disgustare il poppante, se la bottiglia non viene loro in ajuto.

Infine vi sono anche certe condizioni sociali, in cui la madre chiamata altrove dal proprio lavoro, restando tutto il giorno lontano dalla sua abitazione, è obbligata di far dare il latte alla sua creatura.

Ma le donne, che lavorano nelle fabbriche o negli stabilimenti, s'indirizzeranno di preferenza alle Bambinaie, (*crèches*), quei preziosi istituti di carità, nei quali la madre può con sicurezza depositare il suo bambino, che vi si nutrisce di buon latte durante la assenza ed in cui ove ella abbia un momento disponibile, può nella giornata recarsi a dar il latte.

Per taluni bambini dotati di robusto appetito per i quali il seno d'una nutrice mediocre non basta, la giunta di una bottiglia mattina e sera sarà vantaggiosissima. Ma, se sotto pretesto di allattamento misto il fanciullo non è presentato al

seno della madre che per la forma (poichè non vi trova nulla o quasi nulla), e se tosto dopo questa falsa poppata si è obbligati di dargli una bottiglia intera, in questo caso bisogna paventare le conseguenze di questa maniera d'allattare, che offre i medesimi pericoli dell'uso esclusivo della bottiglia. In conclusione nell'allattamento misto la bottiglia non dee essere che l'ausiliario del seno materno, e se non si può alternare regolarmente una poppata al seno e una alla bottiglia, ciò che sarebbe il miglior metodo, si farà in modo che il numero delle poppate non sia inferiore a quello delle bottiglie a norma delle istruzioni stabilite nel capitolo precedente,

§, 5.^o *L'allattamento per mezzo di una capra.*

V'ha infine un genere d'allattamento, che conta numerosi partigiani ed è l'allattamento colla capra, la quale, di tutte le femmine degli animali, è quella che meglio vi si presta.

Il prezzo relativamente modico, che presenta questo motodo d'allevare i bambini, non è l'unico suo vantaggio; ma il bisogno in cui si è in certi casi d'amministrare ad un bambino malato sostanze medicamentose destinate a modificare uno stato malaticcio costituzionale, lo rende non di rado necessario.

Se presso poco è impossibile avere una capra lattaja nel centro delle grandi città, non è lo stesso alla campagna od anche nei sobborghi. Nel caso in cui questo metodo d'allattare sia accettato dal medico di casa, raccomandiamo d'a-

doperare le medesime norme per la regolarità delle poppate. Ogni due ore all'incirca si conduce la capra nella camera del bambino, si corica l'animale sopra di un tappeto greve, poscia si pone il fanciullo sopra un guancialetto, lungo il ventre della capra mettendogli il capezzolo nella bocca.

La più grande nettezza è necessaria; si deve lavare il capezzolo della bestia coll'acqua tiepida prima di ciascuna poppata. Appena il fanciullo ha sorbito la quantità di latte che gli è necessaria, si riconduce la capra nella sua stalla ed anche si porta a pascolare per poco tempo. Questa nutrice ha bisogno di un alimento appropriato e deve prendere aria ogni giorno.

È necessario quindi aver tutte le cure per la scelta di una buona capra. Le qualità del suo latte risentono evidentemente dell'alimento che le si da. È necessario proscrivere quelle radici, che provocano in generale un gusto acre. La carota è inoltre un alimento eccellente, che deve costituire col trifoglio secco e le sanse di grano turco, la base del nutrimento delle capre da latte. Il nutrimento verde e fresco chiede di essere ben scelto e giudiziosamente adoperato, affinchè le qualità del latte non si alterino punto.

CAPITOLO III.^o

Accertamento della salute dei bambini. Pesamenti.

I principali segni d'una buona salute nei fanciulli sono i seguenti: Carni dure, pelle colorata,

sonno tranquillo, appetito uniforme, vivacità nei movimenti, occhi brillanti, orine abbondanti, chiare, quasi senza odore, defecazioni compatte, di color giallo, aventi l'apparenza di uova sbattute poco cotte senza grumi, senza viscosità e senza odore. Ma il miglior mezzo per rendersi conto della salute dei bambini è di fare uso di pesamenti successivi e regolari, poichè gli occhi possono illudere, le apparenze di salute ingannare; il bambino non parla, ma la bilancia parla ed essa dirà se il neonato fa profitto, resta stazionario o deperisce.

Malgrado il pregiudizio assurdo che attribuisce al pesamento un influenza perniciosa, istighiamo le madri ad adoperare questo semplicissimo mezzo per verificare l'accrescimento del loro poppante. Ecco i dati che loro serviranno di guida. Il peso medio di un bambino alla sua nascita è di Kil. 3 e 500 m. Durante i tre o quattro primi giorni, il neonato perde alquanto del suo peso primitivo, dopo il settimo giorno ritorna al peso della sua nascita. Fino a 5 mesi, esso aumenta da 15 a 30 grammi per giorno. A quest'epoca il peso primitivo deve aver raddoppiato.

Da questa età, non aumenta più che da 10 a 15 grammi al giorno. A 16 a 18 mesi il peso del fanciullo è il doppio di ciò che era a 5 mesi. Nel caso, in cui i pesamenti si allontanassero troppo da queste cifre medie, è necessario prevenirne il medico.

Questi pesamenti debbono esser fatti ogni otto giorni nei primi cinque mesi, poi ogni 15 giorni, infine ogni mese. Non è necessario avere un apparecchio speciale; si pesa con ciò che si ha: una grande bilancia da droghiere per esempio; sopra uno dei piatti si mette un paniere od una tavoletta, in cui si adagierà il fanciullo involtolato in panni; quindi dopo i pesamenti si cambiano le vesti, si pesano queste nel paniere o sulla tavoletta e si ha così per la differenza delle pesate il peso esatto del corpo.

Così se una nutrice ha latte sufficiente per far prosperare il fanciullo, se ne è assicurati dalla bilancia. Nei primi 5 giorni la quantità di latte assorbito dal bambino in ogni poppata monta progressivamente da 5 a 50 gr. Partendo dalla prima settimana sino al 4º mese il peso medio è di 60 ad 80 grammi. Dal 5º al 9º mese sale da 100 a 130 grammi. Il fanciullo prende adunque nelle 24 ore nelle sue 8 o 10 poppate, da 500 a 800 grammi di latte durante cinque mesi, poscia da 1,000 a 1,200 grammi nei mesi seguenti. È questo un mezzo per verificare la quantità di latte, che può dare una nutrice in ciascuna poppata.

Onde i pesamenti siano concludenti, bisogna farli il mattino nel momento che si cambia il fanciullo, dopo che ha orinato ed evacuato le feci e prima che poppi. D'altronde non è il peso attuale del fanciullo, che deve essere preso in considerazione, ma bensì la serie dei pesi successivamente presi, che rappresenta esattamente ed

uniformemente il suo accrescimento e lo stato soddisfacente della sua salute.

CAPITOLO IV.^o

Lo spoppamento.

Lo spoppamento è sempre una cosa delicata, anche per i fanciulli, che sono nelle migliori condizioni. L'età opportuna per lo spoppamento varia molto secondo le abitudini nazionali o locali. Vi sono dei fanciulli che possansi spoppare ad un anno, ed anche prima, mentre per altri bisogna aspettare diciotto mesi. Le cause di queste differenze sono di tre ordini; le prime dipendono dalla madre o dalla nutrice, le seconde dal fanciullo, le ultime dalle condizioni in cui devesi operare lo spoppamento.

Regola generale; bisogna aspettare che un bambino abbia dodici denti per slattarlo; ma quando la madre comincia a stancarsi e che il poppante possiede i primi otto denti si può rigorosamente slattarlo; l'uscita dei 4 primi denti grossi non facendosi che più tardi egli ha allora da 10 mesi ad un anno. Se nulla si oppone il momento più conveniente per lo slattamento è tra l'apparizione dei denti grossi e dei canini o denti così detti occhiali; questi ultimi non appariscono che dal diciottesimo al ventesimo mese. Fra queste due uscite di denti, il fanciullo resta in un riposo press' a poco completo, veramente favorevole al disvezzamento.

La spuntata de' denti essendo talvolta irregolare come variabili sono le condizioni di salute della madre o per altre circostanze imprevedute, si comprende che non possiamo stabilir nulla di rigorosamente assoluto. V'ha nondimeno un'altra regola, che è necessario non dimenticare, ed è che un bambino non deve essere slattato quando ha un numero impari di denti, ed ecco perchè, i denti spuntano in gruppi di due e producono spesso turbamenti dalla parte dello stomaco e del ventre; se v'è un numero impari di denti può temersi, dandosi un nuovo nutrimento, d'aggravare i disturbi occasionati dall'apparizione di un dente in ritardo.

D'altronde un fanciullo deve sempre essere bene in salute quando si comincia a slattarlo. La primavera e l'inverno sono le migliori stagioni allorchè si possono scegliere. Lo spoppatamento graduale e lento è preferibile a quello che si opera tutto in una volta, vale a dire nelle 24 ore.

Nei 5 o 6 mesi che seguono lo slattamento, non devesi dare, per quanto possibile che delle zuppe col latte e delle zuppe grasse, delle uova fresche, o qualche pappa; il brodo grasso non conviene ai bambini che hanno la diarrea. Il nutrimento completo, carne e legumi variati, non conviene se non quando la prima dentizione è terminata, cioè quando i 22 denti sono spuntati.

Molto latte, molta zuppa; più sale che zucchero, pochissimo vino, tale è la base del nutrimento dei bambini recentemente spoppati.

CAPITOLO V.^o

Dentizione.

Come abbiamo veduto testè le questioni d'alimentazione e di slattamento sono così intimamente legate all'evoluzione dei denti del bambino, che dobbiamo or dire alcune parole sulla dentizione.

Ecco come procedon le cose nelle condizioni normali. Verso il 5^o mese, l'orlo delle gengive comincia a gonfiarsi od allargarsi, e la saliva diviene più abbondante. Alla fine del 7^o mese, il fanciullo ha il sonno agitato, impallidisce, sembra triste; le gengive sono rosee e gonfie, egli vi porta spesso le mani, sopravviene talvolta una leggera diarrea.

Al termine di una o due settimane si vedono spuntare i due primi denti. L'assieme di questi sintomi si rinnovano ad ogni periodo della prima dentizione, che si compie più spesso nell'ordine seguente. Dal settimo all'ottavo mese appariscono a qualche giorno d'intervallo, i due *incisivi* mediani inferiori; sei settimane o due mesi dopo, coll'intervallo di otto a quindici giorni, i due incisivi mediani superiori. Da 10 ai 12 mesi esce da ciascheduna mascella, a lato dei denti già spuntati, un altro incisivo, di modo che questi sono in numero di otto, cioè al completo. Dai 12 ai 14 mesi, spuntano nel medesimo ordine, in alto ed in basso, quattro piccoli molari, che lasciano uno spazio vuoto presso gli incisivi.

Il fanciullo possiede dunque 12 denti. Dopo un riposo di circa 4 mesi, cioè dai 17 ai 20 mesi, due canini, a ciascheduna mascella, ricolmano il piccolo spazio rimasto vuoto. Infine da 20 a 24 mesi e spesso un pò più tardi, due altri molari completano la serie di 20 denti, di cui componesi la prima dentizione.

Nei casi ordinari, il bambino non richiede durante la dentizione che la rigida osservanza del regime, l'aria aperta, bagni, ed un molle giuocattolo, (ottimo di radice d' altea), col quale comprimere le sue gengive.

Beninteso che non gli si appresterà alcun rimedio senza il parere del medico. Bando soprattutto allo sciroppo di papavero od a qualsiasi altro narcotico, col pretesto di calmarlo.

CAPITOLO VI.^o

Vestimenta

Le vesti debbono proteggere il bambino dal freddo, ma è duopo evitare che possano inceppare la libertà de' suoi movimenti. Deggono adunque realizzare le quattro condizioni seguenti; essere cioè pieghevoli, leggere, molto ampie e sufficientemente calde.

È necessario rinunciare alle fascie come si usavano anticamente, le quali ripiegavano le braccia del fanciullo contro il suo corpicino, e lo mantenevano in uno stato di stringimento e di assoluta immobilità. Un simile vestiario è un grave

ostacolo allo sviluppo del fanciullo, e non può essere altro che nuocivo alla sua salute.

Si è forse caduti in un eccesso opposto adottando il metodo inglese di abbigliare i bambini. Se non ha del tutto, i medesimi inconvenienti, non va per questo esente da ogni rimprovero.

In Inghilterra si mettono al bambino, fin dalla sua nascita, alcune vesti che gli lasciano le gambe libere ed all'aperto. Il bambino è così esposto all'infreddamento ed a tutte le indisposizioni, che possono esserne la conseguenza. Ad evitare codesti inconvenienti, bisogna tenerlo in una casa ben riscaldata e questo non è per certo un mezzo migliore per dargli forza ed energia. Abbisogna dunque evitare gli estremi e non è né l'uno, né l'altro di cotesti metodi che dovrannosi preferire. Ecco quali sono le parti delle vestimenta, che ci sembrano le più necessarie.

1º Una fascia circolare di tela ovvero di flanella, che sostenga altra fascia di tela ripiegata in parecchi doppi ed applicata sull'ombelico, il quale sino all'epoca della sua caduta sarà medicato colla più gran diligenza. Il cordone sarà inclinato dal lato sinistro.

2º Una camicia di tela con collo ed a guaina che non oltre passi il basso ventre e colle maniche discendenti sino ai polsi.

3º Una fascia, sia di tela o di cotone quadrata o triangolare, che avvolgerà le reni, il basso ventre, come anche le gambe, le quali saranno accuratamente isolate. Se la striscia sarà

triangolare, la terza punta, rialzata tra le gambe verrà attaccata per dinanzi colle due altre mediante una spilla inglese.

4º Due corpettini di lana, che si chiudano per di dietro, e le di cui maniche ricuoprano le mani.

5º Una fascia di lana, di forma quadrata ravrólgerà il bambino prendendolo sotto le braccia senza giungere fino alle ascelle, le quali resteranno al di fuori. Sarà sufficientemente stretta, affinchè il fanciullo possa esser preso e contenuto ma non molto da arrecare il minimo imbarazzo alla respirazione. Sarà ripiegata sulle gambe ed attaccata per di dietro, ma non opporrà alcun ostacolo al libero movimento delle gambe del fanciullo.

6º Sulla testa, una semplice cuffietta di tela. — Tale è nel suo assieme, il vestimento del fanciullo sino a due mesi. Verso quest'epoca gli si faranno subire le seguenti modificazioni.

1º La camicia sarà più lunga.

2º Il bambino porterà delle calze di lana fino al ginocchio, ai piedi delle scarpette di lana a maglia.

3º La fascia assumerà la forma triangolare di un fazzoletto, e la punta sarà rialzata fra le gambe e fissata al di sopra del ventre.

4º Mutandine di cotone o di lana, della stessa forma della fascia, saranno applicate nello stesso tempo. Saranno aggiustate con bottoni e

prenderanno la forma di un piccolo calzone, ma larghissimo.

5º Le stesse giubbette potranno servire, ma si aggiungerà un magliotto di lana che abbracci la vita e che cada insino ai piedi.

6º Finalmente una lunga veste con corpo e maniche larghe coprirà tutto.

Non si dovranno giammai adoperare le spille comuni, quelle inglesi espongono meno il fanciullo alle punzecchiature, ma debbono essere per quanto possibile rimpiazzate dai lacetti o dai bottoni.

Un po' più tardi, onde lasciare più libertà alle gambe del fanciullo, gli si metterà un bustino di tela, allacciato per di dietro, intorno al quale saranno collocati dei bottoni, che sosterranno le fascie, ed il giubbettino.

Allorquando il fanciullo si proverà a camminare anche a carponi, il suo vestiario verrà nuovamente modificato. Gli abbisognerà un giubbetto men lungo, una vestina corta, scarpette adatte. Non dovrassi dimenticare soprattutto durante i primi mesi, che il fanciullo vuole calore, e che inoltre l'aria devesi rinnovare intorno ad esso. Delle morbide stoffe di lana o di cotone, delle vesti larghe realizzeranno abbastanza codeste condizioni.

Il vestimento in tal guisa composto è di facile applicazione. La madre dovrà cambiare le differenti parti ogni qual volta queste saranno umide od imbrattate. In ogni età la nettezza è una

delle condizioni necessarie alla salute, ma nel bambino lattante è affatto indispensabile. Le fasce e gli altri vestimenti dovranno essere perfettamente imbiancati prima di essere di bel nuovo adoperati.

Cure del corpo

Il corpo del fanciullo sarà intieramente lavato, almeno una volta al giorno. Codesta lavanda si farà per mezzo di una spugna e coll'acqua tiepida. Avrà principalmente luogo sugli organi genitali. Verrà fatta rapidamente ed il fanciullo sarà pocchia accuratamente asciugato ed incipiato.

Conviene ugualmente far prendere al bambino, due volte nella settimana, un bagno generale di 4 o 5 minuti. L'acqua non sarà riscaldata ad una temperatura superiore ai 32 centigradi. I bagni sbarazzando la pelle dei suoi prodotti di secrezione, rendono le funzioni più attive. Ammorbidiscono le membra, facilitano le evacuazioni, calmano l'eccitamento nervoso, procacciano il riposo ed il sonno. Possono esser presi in qualunque ora del giorno, ma è preferibile di farli il mattino.

La testa del fanciullo deve essere l'oggetto di particolari cure e dobbiamo subito rivolgersi contro il pregiudizio troppo sparso che non si deve nettare la testa dei bambini. Nello stato di salute la testa è la sede di una secrezione nerastra o

forfora bruna che non tarda, se non si tocchi, a prendere una certa densità. È necessario asportarla ogni giorno con una spazzetta e con acqua tiepida.

Il cuoio capelluto è spesso la sede delle diverse eruzioni più o meno persistenti, che hanno ricevuto il nome di croste lattee.

Sono coteste altrettante malattie e sarebbe un errore profondo il credere che esse debbono essere rispettate. I pidocchi non tardano a svilupparsi e le croste nascondono talvolta delle ulcerette o dei piccoli accessi, che possono determinare seri inconvenienti. Lungi dal credere che le croste, ed i pidocchi possono essere di qualche utilità per la salute del fanciullo, si dovrà fin dalla loro apparizione curarli e farli sparire.

Lo stesso si dirà degli scoli, che produconsi talvolta nelle orecchie. Quanti casi di sordo — mutismo non hanno altre cause, e quante volte codesti scoli non hanno cagionato meningiti e la morte?

È necessario anche protestare contro il costume di taluni paesi, nè quali si procura di dare alla testa del fanciullo una forma particolare, comprimendola sia colla mano sia con una benda. Queste però sono pratiche che fortunatamente tendono a sparire, ma che non possono avere che fatalissimi effetti sullo sviluppo del cervello e dell'intelligenza.

La culla

Nei primi mesi della vita il bambino poppa e dorme, non si saprebbe adunque arrecare troppe cure alle buone condizioni del suo sonno.

La culla può avere forme diverse; ma è indispensabile una condizione quella cioè che sia lavorata a giorno. Le culle di vimini, quelle di verghe di legno od in filo di ferro a maglie, sono le più preferibili. Non mai servirsi di culle chiuse all'intorno, casse che non tardano ad impragnarsi di cattivi odori, che sono invase dagli insetti e difficili a nettarsi.

Il letto devesi comporre di uno o due pagliaricci e d'un guanciale, empiuti con paglia d'avena con alga, con foglie di felce, collo' scopiglio fino, o meglio con paglia di grano turco. Saranno spesso rinnovati. Niente lana, niente piuma o cotone che conservano l'umidità ed il puzzo di orina. Al di sopra una copertina di tela o di cotone, ed altre di lana, leggere ma calde.

Non si dovranno mai porre sul pagliariccio gli impermeabili collo scopo di preservarlo; ciò equivarrebbe a conservare intorno al fanciullo una umidità sempre nuociva.

La culla deve essere coperta con tendine, di mussolo o di stoffa leggera, le quali potranno facilmente rimuoversi.

La madre non deve mai cuoprire la culla colle tende del proprio letto, affinchè il fanciullo

non respiri un aria di già viziata. Essa non deve mai tenere la sua creatura entro il suo letto dopo avergli dato il latte, per timore di addormentarsi e di soffocarlo. La culla non sarà mai collocata in terra, deve essere sufficientemente allontanata dal suolo affinchè il bambino non senta l'umidità.

Il fanciullo sarà coricato leggermente ricurvo dalla parte destra, ed in modo tale che la luce che egli andrà cercando cogli occhi non lo faccia guardar losco.

Dovrà addormentarsi senza essere cullato. Il cullamento è un cattivo metodo per calmarne le grida; disturba la digestione, stordisce il bambino e gli dà una cattiva abitudine, della quale col tempo si dovrà esser schiavi. Come tutti i bisogni della vita, il sonno obbedisce alle leggi dell'abitudine, abbisogna dunque dargli per tempo una buona regola.

Il fanciullo si abituerà ad addormentarsi nella sua culla e non già sulle ginocchia della madre, in mezzo ai rumori moderati della casa ed alla luce. A misura che egli crescerà, si diminuirà la durata del sonno del giorno, ma non si abbrevierà mai quella della notte.

CAPITOLO VII.

Abitazione

Il fanciullo è nato — respira. La prima di tutte le funzioni, la più indispensabile alla sua

esistenza, quella che non si estinguera' che all'ultimo momento della sua vita, è la respirazione cioè il passaggio continuo dell' aria novella nei suoi polmoni. Quindi di quale importanza è per il bambino la purezza dell'aria che respira. L' aria è d'essa pura ? tutte le altre condizioni già indicate essendo d'altra parte puntualmente adempiute, il fanciullo crescerà in buon punto, il suo colorito sarà rosco e vermiglio. L' aria è cattiva, insufficiente, viziata da emanazioni perniciose ? sarà, allora pallido, triste ed infermiccio.

È necessarissimo che nelle grandi città i bambini godano presso la famiglia la loro porzione sufficiente di codesta aria, che è la metà del loro nutrimento, la metà della loro vita.

Nei sobborghi, nella campagna, per lo contrario, l'aria non pecca più per la quantità, ma talvolta bensì per la qualità. Insomma nell'uno e nell'altro caso l'abitazione può avere una esposizione cattiva, essere fredda o non ricevere mai i benefici raggi del sole. Che si sappia bene che proprio alle cattive condizioni igieniche dell'abitazione debbonsi attribuire in gran parte le numerose infermità, che indeboliscono il fanciullo sin dalla culla.

Si eviterà di collocare il poppante in una camera ombreggiata da alberi o da alte case, che non solo intercettano la luce vivicante del sole, ma s'oppongono al libero corso dell'aria.

La salute del fanciullo esige una diligenza particolare. È adunque necessario scegliere a sua intenzione la camera la più grande, quella

che ha più aperture ed in cui penetra il sole. Lavare tutto ciò che è di legno, imbiancare le mura colla calce se non si possono nè verniciare, nè tappezzare di carta; e fare sparire i vecchiu-mi che l'ingombrano, si avranno sempre troppi mobili, giammai aria sufficiente per i bambini.

Guardarsi bene dall'otturare i caminetti nell'estate. Questi sono veri ventilatori, la di cui azione e le di cui utilità sono incontestabili.

Si sceglierà infine in questa camera ben pulita, ben aereata ed assolata liberamente, il posto più acconcio per la culla. A questa appartiene il posto d'onore, poichè sarà d'ora innanzi il centro delle gioie, delle speranze o dei rammarichi della famiglia.

Per ultimo, se si possa farne la spesa, si giungerà a cotesta culla la rete paracadute, la quale preserverà il bambino da molte disgrazie.

L'aria.

Si apriranno ogni giorno le finestre della camera da letto del bambino, perchè l'aria che ha respirato si rinnovelli.

Non si tema di dare troppo aria. Saggia-mente rinnovata non è punto nociva, ciò che bisogna temere sono le correnti di aria. Ora qualunque siasi la casa ove si dimora e quali si sieno le sue dimensioni, si potrà sempre collocare la culla in modo tale che si trovi riparata dalle correnti d'aria.

Pur tuttavia, col pretesto di dare aria non si oltrepassino i limiti imposti dalla ragione. Quindi nei giorni piovosi o nevosi, o ventosi molto, la stanza deve star chiusa, a meno che il bambino possa essere trasferito in altra stanza per per tutta la durata dell'aereazione, che non si farà mai meno di un' ora.

Egli è egualmente cosa imprudente lo aprire le finestre, o troppo presto il mattino, o troppo tardi la sera.

La stanza, sopra tutto se è angusta, asconde sempre dei miasmi, che è assolutamente necessario di espellere. Dare aria adunque convenientemente, non è già tutto, occorre ancora che le biancherie bagnate ed imbrattate dal bimbo, non rimangano nella sua stanza, e per il motivo stesso dovranno sempre mantenersi puliti i vasi inservienti alle evacuazioni.

Non fiori, non profumi, non caloriferi, nè cucinette portatili, in cotesta stanza. La notte dovransi evitare sempre le lampade a petrolio o simili, perchè viziando queste l' atmosfera colle loro mefitiche emanazioni, assorbono con grave pregiudizio del fanciullo, la parte migliore dell'aria destinatagli. Un luminetto da notte ad olio comune sarà sempre il migliore.

La Luce.

La dorata bellissima luce del sole è indispensabile al neonato. In una stamberga oscura od all'ombra, il bambino langue ed avvizzisce.

Vedete voi que' poveri piccini dal volto squalido ed aggrinzato, i quali rimangono in una pesante e negra atmosfera! Quale contrasto con quei bimbi freschi, veri bottoncini di rose che espandonsi all'aria aperta ed alla luce diffusa! Non per questo devesi cadere nell'eccesso opposto, e gli occhi di un fanciullo son pure organuzzi delicatissimi, dei quali devesi risparmiare la sensibilità. Una luce troppo viva che li colpisca subitaneamente può produrre degli accidenti cerebrali, delle perturbazioni della vista più o meno gravi.

Sarà dunque necessario evitargli la pericolosa impressione di un raggio solare riflesso da uno specchio od altra superficie lucida, e la luce che penetra attraverso le persiane o le imposte delle finestre, giacchè tutto questo il farebbe non solo guardar losco ma la sua vista potrebbe anco soffrirne col tempo.

La temperatura.

Il neonato ha bisogno di una temperatura piuttosto calda di quello che fresca, soprattutto nel primo mese della sua vita. Potendo farlo, sarebbe ottima cosa collocare un termometro nella camera del bimbo, insegnando alla mamma od alla nutrice il modo di servirsene, che del resto è cosa facile. Non dovrà discendere al disotto di 12 gradi nè salire ai 18. La media dunque dovrebbe essere dai 15 ai 16 gradi nell'inverno.

Nell'estate la ventilazione supplisce all'inconveniente di temperatura troppo alta.

Col pretesto che il bambino possa aver freddo ingombrasi il suo lettucciuolo di coperte o di tappeti. Ben altra cosa poi è quando lo si fa alzare. Abitucci, mantelline, pelliccie, cappuccetti, tutto sovrapponsi con pericolosissima profusione. Non bisogna certamente che il caro piccino tremi dal freddo, ma pur non bisogna che soffochi.

Ricuoprasì adunque con moderazione. L'aria esteriore colpirà la pelle del suo visino che sarà velato, e conserverà così il suo vigore ed una florida salute.

Il Suono.

L'orecchio di un lattante addimanda certe precauzioni. Cotesto organo trovasi in relazione diretta col cervello il quale esige la più grande tranquillità nei primordi del suo sviluppo. Una madre, od una nutrice intelligente sapranno sempre trovare il modo come preservare l'orecchio del piccino dai rumori intensi e ripetuti, come anco dai tuoni acuti e penetranti, dettagli tutti apparentemente futili, ma che pur hanno la loro importanza.

CAPITOLO VIII.

Esercizio. Passeggio.

Mantenere i bambini entro stanze pulitissime e bene aeree è già molto. Ma è ancor necessa-

rio che prendano dell'esercizio e che escan di casa tutte quelle volte che il tempo lo permetta.

Tutto l'esercizio di un lattante consiste nei movimenti che può eseguire colle braccia e colle gambe. Sarà cosa ben fatta adunque, di lasciarlo di quando in quando completamente nudo, usando le debite precauzioni; così egli potrà stendere ed agitare le sue piccole membra in piena libertà.

Nell'inverno si dovrà attendere che il bimbo abbia per lo meno 15 giorni, prima di fargli fare la sua prima uscita all'aria aperta, ricoprendogli il viso con un velo. Nell'estate potrà uscire dopo gli otto giorni. Anticipatamente però si avrà cura di prepararlo a gradi al contatto della luce e dell'aria esteriore, tenendolo innanzi ad una finestra aperta.

Una volta che la prima uscita ha avuto luogo, il fanciullo passerà le due o tre ore tutti i giorni fuori di casa, a seconda del tempo e della stagione. Lo si porterà sulle braccia orizzontalmente coricato od anco meglio su di un piccolo guanciale. Dopo un mese o sei settimane, cioè allorquando si sarà alquanto fortificato, si metterà in disparte il guancialetto per portarlo sul braccio ora da un lato ed ora dall'altro. La dimenticanza di cotesta importante regola si è la cagione che buon numero di bambini hanno una gamba od una coscia e talvolta anche la colonna vertebrale deviate.

Quanto ai *carrucci* il loro uso può giustificarsi se abbiasi riguardo a talune necessità delle quali non dobbiamo occuparci. Nell'estate non of-

frono inconvenienti, ma nell'inverno dee farsi unicamente con questi un breve tragitto. Ma sotto niun pretesto, non debbonsi far passare al bambino alcune ore in questo veicolo, giacchè le infreddature, le bronchiti, le congestioni polmonari ecc. sarebbero le conseguenze quasi fatali della sua immobilità, malgrado le calde vesti, ed anco la palla con acqua calda appostagli ai piedi.

Appena il bambino può starsene seduto, verso i sette o gli otto mesi, si colloca in terra sopra di un tappeto sia di lana sia di paglia, circondato da guanciali, e gli si danno dei piccoli giuocattoli che non sieno *dipiatti*. — Non bisogna però farli camminare troppo presto. Un fanciullo che cammini solo, ad otto o nove mesi si espone a molteplici deformazioni. L'uso del *torcoletto* sarà anche indicato onde preservargli il capo contro le cadute. I panierini (*crino*), i carrucci a rotelle che sostengono i bambini sotto le ascelle, facendoli poggiare così sulle loro gambe ancora malferme, e soprattutto il *laccio*, giammai debbono essere adoperati. La miglior cosa si è di sostenerli tenendogli bene le piccole braccia in prossimità delle ascelle, ovvero afferrandolo per gli abiti.

Ma che si badi bene soprattutto di sollevarlo per un solo braccio per fargli fare un salto, salire una scala od un marciapiede, perchè in tal modo si correrebbe il rischio di slogargli la spalla od il pugno, nè mancano esempi di così deplorevoli inconvenienti.

Aggiungiamo per ultimo, che le uscite di sera o con un pessimo tempo, i lunghi viaggi in carrozza od in ferrovia sono altrettanto pericolosi per i bambini, quanto sono questi di età più tenera. Il freddo eccessivo, la polvere, i sbalzi, sono altrettante cause di numerosi inconvenienti.

CAPITOLO IX.

La vaccinazione.

Ognuno sa come l'unico preservativo contro quella terribile malattia che è il *vaiuolo*, si è la *vaccinazione*, mediante l'inoculazione del *virüs* vaccinico delle vacche, praticata nell'uomo colla puntura. Cotesto *virüs* così trasmesso all'individuo costituisce il *vaccino umano*, ed è quello che si adopera il più di sovente.

I benefici della *vaccinazione* sono così ben provati che in parecchi paesi, Inghilterra, Austria, Svezia, la *vaccinazione* dei bambini è obbligatoria.

L'operazione è così benigna che la si può compiere talfiata senza che il bambino neppur si risvegli. Ma siccome preme che la pustola vaccinica sia ben scelta, cotesta cura abbisogna lasciarla ai medici i quali sono gli unici competenti.

Nei casi ordinari non havvi niuna cura da seguire. Basta preservare le punture dai stropicciamenti i quali potrebbero infiammarle. L'ingorgo dei gangli ascellari non è punto temibile. Nulla del resto dee mutarsi alle abitudini ed al regime

del bambino inoculato sino al settimo giorno. Soltanto si eviteranno le passeggiate all'aria fresca durante il periodo febbrile, che del resto è di breve durata.

L'epoca la più favorevole per l'inoculazione dei bambini si è dal terzo al quarto mese, e prima soprattutto delle perturbazioni prodotte dalla dentizione. Si può sollecitare o ritardare di un mese l'epoca indicata, onde evitare le temperature estreme dell'inverno e della estate, ma si deve essere ben persuasi, che la vaccinazione può aver luogo in tutte le stagioni.

Tuttavia se siasi sviluppata un' epidemia di vaiuolo più o meno intensa, allora bisogna vaccinare sollecitamente negli otto giorni susseguenti la sua nascita.

Siccome non di rado è difficil cosa procurarsi del buon pus di vacca (*cow-pox*) si adopera anco con qualche vantaggio quello che si raccoglie dal braccio di un bambino purchè sia di *sanissima* fisica costituzione, ed in questo caso le precauzioni non sono mai troppe, avuto riguardo alle conseguenze funeste per la salute del bimbo le quali potrebbero aver luogo se si praticasse cotesto metodo senza discernimento.

CAPITOLO X.

Conclusione

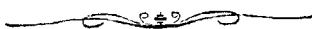
Il nostro compito è adempiuto, principia ora quello delle MADRI.

Abbiam detto loro tutto quanto dovranno fare onde allevare convenientemente i loro figliuoli. Stà ad esse di comprendere e di osservare le norme che abbiamo tracciate.

Una molto dolce ricompensa delle loro pene e dei loro travagli, le attende. Il loro bambino crescerà robusto e forte. In una ventina di anni si appoggeranno fidenti ed orgogliose sul solido braccio del figlio, del quale avranno fatto un'UOMO.

Avranno sviluppato le ottime attitudini della loro figliuola, divenuta così una giovane bella, e rigogliosa di salute.

Si saranno mostrate degne della sacra missione affidata loro da Dio, facendole attivamente partecipare alle gioie ed ai dolori della maternità. Avranno così diritto alla stima ed al rispetto che impone il dovere coscenziosamente adempiuto; e l'umanità riconoscente le benedirà.



Estratto dalla *Gazzetta Medica di Roma*
Anno V.

