

del corazón, y por otro las deformidades que incapacitan, no tan sólo logrando economías, sino también evitando muchos sufrimientos y tristezas.

EL RECREO ESCOLAR COMO FACTOR SANITARIO

“Arco siempre tirante tiene que romperse.” De acuerdo con ese proverbio, el hombre ha tratado empíricamente en todos los tiempos de amenizar la vida, alternando los períodos de trabajo con ratos de esparcimiento y sano regocijo. Sin embargo, es sólo en época muy reciente, y sobre todo en los últimos decenios que se ha concedido en todas partes del mundo mucha atención al valor del juego como factor educativo y, a consecuencia de ello, tratándose cada vez más de facilitar terrenos amplios y apropiados para ese fin alrededor de las escuelas. Lo mismo que el edificio de la escuela misma está planeado con referencia al número de niños que albergará y al trabajo que va a realizarse en ella, así también los terrenos dedicados a recreación deben ser preparados de modo que permitan la plena actividad física de todos los escolares.

En los Estados Unidos ese punto ha sido recalcado de viejo, y en 1867-68, la Oficina de Educación realizó su primer estudio, haciendo notar la necesidad y valor de facilitar medios de diversión y sitios a los niños, y que hasta entonces muy poco era lo hecho. El progreso mayor ha correspondido a los últimos 10 años, en que se ha tratado cada vez más de conseguir el terreno necesario alrededor de las escuelas. Hoy día, ya han dictado leyes en 37 Estados, exigiendo que la educación física figure en los programas de estudio; pero la gran dificultad con que se lucha todavía, es la falta de suficiente espacio para juegos. Es más, en 1929, la Oficina de Educación de los Estados Unidos apuntó que en 20 por ciento de las poblaciones de 30,000 a 100,000 habitantes, no había disposiciones encaminadas a obtener tales terrenos para las escuelas elementales, y que apenas 50 por ciento de las escuelas superiores del país contaban con campos de torneos atléticos, ya en la escuela misma, o fuera. La extensión de los terrenos que exigen las leyes varía en distintas partes de 0.375 área a 2.25 áreas, y según los reglamentos de las juntas de educación, de 0.375 a 2.25 áreas para las escuelas elementales; a 0.75 a 3.75 áreas para las superiores. En 1927 la ciudad de Filadelfia declaró que para una escuela superior de 4,000 alumnos, el espacio no debía ser menor de 3 áreas; para una escuela superior de 2,000 alumnos, no menos de la mitad de eso; y para una escuela elemental de 1,500 alumnos, de no menos de 1.2 áreas. Gradualmente, pues, se van estableciendo pautas tocantes a determinar el espacio necesario para cada una de las diversas clases de escuelas. En el asunto ya colaboran las juntas municipales de recreo y las asociaciones de planeamiento urbano con las

juntas de educación, a fin de conseguir los solares necesarios. Lo importante es que hoy día ya está reconocido el gran principio de que los terrenos de recreo forman parte esencial de la instalación escolar.

Hay todavía otro aspecto de los parques (plazas) y sitios de recreo que merece detenida consideración: su valor en lo tocante a la salud. No cabe duda de que las diversiones sistemáticas y saludables al aire libre ayudan en la profilaxia de las enfermedades y en la conservación de las fuerzas físicas que permiten resistir mejor los estragos de las infecciones. Se ha dicho, con razón, que los parques y sitios de recreo son tan indispensables para una población como la pavimentación de las calles, el alumbrado público, los medios de transporte y los abastos de agua. Bartholomew, uno de los grandes técnicos de urbanización, ha declarado que un centro comunal en que los jóvenes encuentran recreaciones sanas y contactos sociales constituye una garantía de mejores ciudadanos para el futuro, y que un solar lleno de niños cada día del año aporta una prueba de la grandeza de una población, tan imponente como las chimeneas de las fábricas.

El juego, sabido es, forma parte normal y principal de la vida infantil lo mismo que las comidas y el sueño, teniéndose calculado que un chico necesita 4 ó 5 horas diarias de juego y ejercicio al aire libre, al cual lo acostumbra, fortalece y aficiona. Desde ese punto de vista, los sitios de recreo desempeñan un papel importante, pues en el parque o patio el niño recibe los estimulantes rayos ultravioletas del sol, absorbe oxígeno en los pulmones y expulsa bióxido de carbono. Al mismo tiempo, coge apetito, robustece su corazón, perfecciona su respiración, desarrolla sus músculos y se vuelve más resistente a la tuberculosis, los resfriados y otras enfermedades, a la par que elimina los desperdicios en el sudor. El sitio dedicado exclusivamente a recreo también ofrece protección al niño contra los accidentes, pues se encuentra allí no sólo resguardado, sino vigilado por una persona conocedora. En tales recintos igualmente se forma y moldea el carácter y enseñándole a jugar con sus compañeros, se le demuestra al niño el modo de comportarse en situaciones en que intervienen la rivalidad, el peligro, la lealtad y hasta el sacrificio, preparándolo así en un ambiente sano y amplio, para que sea un buen ciudadano, merced al desarrollo de todas sus facultades físicas, intelectuales y morales.

LA INMUNIZACIÓN CONTRA LAS ENFERMEDADES INFECCIOSAS DE LA INFANCIA

Ante una enfermedad infectocontagiosa, una vez declarada, sabido es que la conducta terapéutica debe inspirarse en la evolución del agente infeccioso, así como los síntomas. Al higienista lo confronta una tarea aun más delicada e importante, pues trata de adelantarse a la enfermedad resguardándose contra ella por todos los medios dis-