

un lado a la tan discutida tuberculoterapia, rica en fracasos, pobre en éxitos, tenemos que seguir luchando por la profilaxis de la tuberculosis en la misma forma en que lo hacemos actualmente, intensificándola mucho más, acaso abriendo en ella nuevas orientaciones, poniendo en acción todo aquello que la experiencia mundial ha demostrado que es realmente eficaz para evitar los estragos de la Plaga Blanca, considerada como gran factor causal de degeneración racial, de empobrecimiento positivo de las naciones y finalmente, causante en todos los climas, en todos los continentes, en todas las razas, de incontables sufrimientos físicos, de tristezas infinitas del espíritu, que aleja a los humanos de ese bien supremo de la vida que llamamos salud, y por ende, de la anhelada prosperidad y felicidad terrenas!

La Alimentación Infantil en los Trópicos*

Por el Dr. G. F. COOPER

Teniente, Cuerpo Médico de la Armada de los Estados Unidos

El problema representado por la alimentación de los lactantes y niños pequeños en los países tropicales y semitropicales, entraña muchas dificultades, sobre todo en un país como Haití, en el cual resulta casi imposible obtener leche de vaca, fresca y de buena calidad.

Dada tal situación, hay que atenerse a algún producto lácteo preparado, de los cuales hay muchos, pudiéndose mencionar, entre otros, las leches condensadas, en polvo, y malteadas, y los alimentos para niños. Todos ellos tienen su utilidad, y permiten formar combinaciones sabrosas para los niños mayores.

A pesar del reojo con que miran generalmente los pediatras a la leche condensada, el autor se ha formado la opinión, tras 10 años de observación y prueba, que las criaturas lo pasan igualmente bien o mejor con la leche condensada, que con la leche fresca de vaca, si se les administra debidamente. Después de probar la leche hervida de las vacas haitianas y todos los susodichos alimentos preparados, destácanse dos fórmulas como más eficaces para el mantenimiento de la salud y el desarrollo en un país tal como Haití: la leche condensada y la lactoacidulada. De las dos, la primera es sencilla, fácil de preparar y de obtener, y traduce sus resultados en forma de buena salud y desarrollo, en lo tocante a la criatura, y sosiego mental, en lo tocante a los padres y el médico.

La mayor parte de las madres descubren en los trópicos que, aun cuando cuenten con suficiente leche de buena calidad, al llegar el hijo a las pocas semanas sufren la calidad o cantidad, o ambas cosas. Vuélvese, pues, necesario entonces buscar algún medio de atender a la

* U. S. Naval Med. Bull. 26: 79-81 (eno.) 1928.

nutrición del niño. El autor ha probado un plan sencillísimo, y después de utilizarlo en muchos lactantes, durante más de dos años, jamás fracasó una sola vez, y hay que agregar que a otros doctores les había sucedido lo mismo antes.

Fórmula para Alimentación con Leche Condensada

Para este plan alimenticio, precisan cuatro cosas, aparte de biberones y tetinas, a saber: leche condensada, agua de avena, jugo de naranja y aceite de hígado de bacalao. A medida que el pequeño crece, deben agregarse al régimen, espinaca y jugo de tomate, enlatados de no haberlos frescos, y las verduras disponibles. Sin embargo, para los nenes, lo más importante, hasta la edad de tres meses o más, es alimento, y en ese principio fúndanse las instrucciones siguientes.

Agua de avena.—Agréguese 1 cucharada de avena de la de desayuno a 1 litro de agua y déjese hervir 45 minutos. Cuélese, mientras se halla caliente, por un tamiz fino de alambre o un paño. Una vez enfriado, esto facilita suficiente agua para 24 horas, y sin que haya que mantenerlo sobre el hielo, de resguardarlo contra toda posible contaminación por hormigas, moscas o cucarachas, merodeadores esos que acosan a todo abasto de alimentos en los trópicos.

Preparación del biberón.—Llegado el momento de alimentar a la criatura, se coloca la deseada cantidad de leche condensada (por lo común de 7.5 a 15 gms. en los primeros días) en un frasco hervido y limpio, añadiendo después 120 cc. del agua de avena, previamente preparada. Debe aumentarse gradualmente la proporción cada semana o dos semanas, según sean la salud general y aumento en peso del lactante, hasta llegar por fin a 30 gms. de leche condensada, cuya cantidad parece satisfacer las necesidades creadas por el desarrollo y apetito infantil, o sean las dos cosas de importancia primordial.

Por supuesto, hay que desplegar sentido común, pues para que el pequeño siga sano y contento, debe quedar satisfecho después de cada comida. Más adelante, hacia el final del tercer o cuarto mes, suele ser necesario aumentar el total de cada comida a 150 o 180 gms. y la leche a 37.5 o 45 gms. A la vez quizás sea necesario acrecentar a 2 cucharadas la cantidad de avena utilizada en el agua o papilla, a fin de mantener el intestino funcionando como procede.

Número de comidas.—Desde el nacimiento hasta el final del primer mes, las comidas deben ser suministradas cada tres horas: 6 y 9 a. m., mediodía, y 3, 6 y 9 p. m., tal vez con una comida más en los primeros días a medianoche o a la 1 de la mañana. Si la comida nocturna resulta necesaria, es fácil calentar el agua de avena y guardarla en una botella "thermos" a la temperatura apropiada. De preferirse, puede emplearse el mismo método de día, en vez de calentar el agua de avena a cada comida.

Al cumplir la edad de 3 semanas a 1 mes, muchos niños duermen desde las 6 de la tarde hasta la primera comida matutina a las 5 ó 6 de la mañana, eliminando así, *ipso facto*, las comidas de las 9 y las 12 de la noche.

Jugo de naranja y aceite de hígado de bacalao.—A partir de la primera semana, el pequeño deba recibir jugo de naranja diluido, 1 cucharadita diaria y $\frac{1}{2}$ cucharadita de aceite de hígado de bacalao, la cual puede ser suministrada en dos partes: la mitad por la mañana y el resto por la tarde. También pueden mezclarse el aceite y el jugo, si el niño los toma así mejor. Más adelante, hacia el segundo o tercer mes, debe aumentarse el jugo de naranja hasta que el lactante tome a diario el jugo de una naranja íntegra y 1 cucharadita de aceite de hígado de bacalao.

Cuidado del intestino.—En la mayor parte de los casos, el intestino funcionará bien y puede ser regulado, graduando la cantidad de avena que se emplee en el agua. Si hay muchas defecaciones, puede emplearse 1 cucharada de avena, en vez de 2. Más adelante, cuando la avena no ejerza efecto purgante, una cucharadita de leche de magnesia, agregada a uno de los biberones, surtirá el efecto deseado.

Las heces acusan en ocasiones cierta fetidez, pero eso no tiene nada de extraño, dado el empleo de leche condensada, y puede desatenderse, en tanto que las heces manifiesten buena consistencia y color.

Pesadas.—La criatura debe ser pesada cada semana y disfrutar del aire libre así como de un breve baño diario de sol. Desplegando sentido común, la mayor parte de los niños lo pasarán bien con dicho sistema.

Fajas abdominales.—Los lactantes deben llevar una faja de franela liviana, desde que nacen, y tenerla puesta, por lo menos los dos primeros años de su vida, en los trópicos. Muy a menudo se verá que el pequeño manifiesta diarrea al quitarle la faja, y que se cohibe el estado al reponerla.

Las criaturas deben recibir agua hervida y colada en abundancia. Todo considerado, si se muestra algún cuidado, puede criárselas con tanta facilidad en los trópicos como en los climas más templados. Si se tiene cuidado de cocer o hervir todos los alimentos y de hervir toda el agua, a fin de evitar los trastornos intestinales, tendrán los pequeños más probabilidades de sobrevivir los dos primeros años de vida que si tienen que arrostrar las incertidumbres acarreadas por las dolencias respiratorias y contagiosas de la zona templada.

(NOTA DE LA REDACCIÓN.—Interesante y valioso como es el método descrito, debe recordarse que, en lo relativo a lactantes, es puramente complementario o suplementario, es decir, reservado para los casos en que la leche de pecho resulta deficiente, bien en cantidad o calidad. No hay alimento equivalente a la leche materna para una criatura, y pocos son los casos en que no sea posible la amamentación, si el médico sabe dirigir las cosas y la madre se muestra dispuesta a cooperar.)