

futuras madres

*Qué bonita está una parra
con los racimos colgando.
Más bonita está una niña
de catorce a quince años.*

La futura madre ha pasado desde su infancia con todos sus cuidados y desvelos, que suponemos aplicados dentro de la más correcta higiene infantil, al estado de cereza madura; es el capullo que se abre a la vida y que tiene una manifestación externa y visible con la aparición de las primeras flores rojas.

el que en este momento la niña esté vigilada y cuidada en el aspecto tanto material como moral, para que una desviación de la normalidad no tenga como consecuencia ningún defecto para el niño que un día vendrá al mundo.

Estos cuidados se han de referir, en primer término, a los lugares que por su edad frecuenta más la niña: la Escuela, en donde una bien orga-



Pero no es este fenómeno lo que caracteriza a la jovencita de la clásica petenera, sino toda una serie de fenómenos que se verifican dentro del torrente sanguíneo, en el espesor mismo de los tejidos que constituyen unos órganos glandulares de complejísima función y que son los órganos de secreción interna. Estos órganos elaboran unas sustancias que en lugar de salir al exterior (como por ejemplo, la saliva segregada por las glándulas salivares), se vierten en el torrente sanguíneo que las hace circular por todo el cuerpo y pone, por tanto, en comunicación estas sustancias, llamadas hormonas, entre sí, en una perfecta correlación funcional, es decir, que existen algunas glándulas, como el ovario, que no tienen ni pueden tener un perfecto funcionamiento, si no es mediante el estímulo que le produce la hormona, elaborada por el lóbulo anterior de la hipófisis, y a su vez el útero o matriz no desprende su mucosa con la hemorragia aparente periódica y mensual, sino como consecuencia de la hormona fabricada por el ovario.

Es este un mecanismo tan delicado, que la falta o defecto funcional de un órgano cualquiera, repercute indefectiblemente sobre todos los demás; pues bien, todo este mecanismo se inaugura al implantarse la actividad genital de la niña, en la pubertad, es decir, en las necesidades de los catorce años.

Por tanto, no es de extrañar la importancia que tiene

nizada higiene escolar cuidará de los locales para que no enfermen los pulmones de la niña, que en esta edad tan susceptibles son de adquirir enfermedades tan terribles como la tuberculosis.

Se ha de vigilar mucho su alimentación, que habrá de ser sana y abundante, eligiendo los alimentos que, además de un predominio en calcio y hierro, lleven las vitaminas que tan importantes son, si hemos de evitar las enfermedades por carencia.

Los vestidos amplios, higiénicos, modernos de tipo deportivo, los zapatos cómodos y de tacón bajo y los abrigos moderados, que no impidan a la niña la respiración amplia y la transpiración suficiente.

La higiene íntima con sus baños locales diarios y sus duchas también a diario, y el baño general al menos una vez a la semana.

DR. LUQUE
De la Real Academia de Medicina

