

El niño y el mar

por el Dr. CHACÓN ENRIQUÉZ

UNA gran cantidad de procesos patológicos peculiares de la infancia es susceptible de ser tratada con éxito por los distintos elementos que se reúnen para integrar el clima marítimo.

Todos estos componentes han de ser tenidos en cuenta por el médico que aconseja o dirige el plan a que será sometido el pequeño paciente, pues es él quien, a fin de cuentas, ha de cargar con la responsabilidad de la elección entre mar y montaña y aun entre las distintas clases de playas a que hay de enviarse al enfermo o al candidato a serlo.

Este punto de tan capital importancia se resuelve casi siempre en la más dulce de las inconsciencias, siendo la opinión del médico, por desgracia, la que menos pesa y una de las últimas en consultarse. La moda, la mayor o menor comodidad del traslado, el aburrimiento o la diversión que en la playa dominan, los ociosos de recreo que la rodean, tienen una preponderancia enorme en las deliberaciones que en el seno familiar deciden el punto adonde han de ser llevados los niños, siendo, repito, por lo general la opinión del médico una más (casi nunca la más solicitada) que se acepta y muy a regañadientes o desafiada cuando es contraria a dicha orientación.

Esto no nos exime nunca de la obligación que tenemos de divulgar nuestro consejo: que si bien parece cosa propia la elección de la región a la cual ha de enviarse al niño, durante la temporada estival no lo es tanto, pues aun sentada la base de una formal indicación del clima marítimo y refiriéndonos concretamente a nuestro país, hay en él playas de muy diferentes condiciones climatológicas, destinadas, como es lógico, al tratamiento de afecciones muy distintas.

Son muy diversos los factores que caracterizan el clima de una región marítima: temperatura, humedad del aire, dirección de los vientos predominantes, nubosidad, transparencia y luminosidad atmosférica, son elementos que integran el fundamento de la indicación que habremos de sentar y que en esquema nos hace dividir en dos grandes grupos estos climas: excitantes y sedantes.

Se caracterizan las primeras por la mayor violencia de los vientos, por sus playas rocosas, por su luminosidad más velada, por sus temperaturas, que aun dentro de lo moderadas que son en casi todos los puntos próximos al mar, difieren marcadamente con las horas del día, por la pronunciada pendiente de las playas, por sus mareas más vivas, en fin.

En España, las asomadas a los mares Cantábrico y Atlántico son magníficos ejemplares de este grupo: a ellas aconsejamos el envío de los niños que se hallan en período de reposición de la fatiga producida por los estudios del curso escolar, a aquellos débiles que han llegado a este estado por su próxima pubertad, a los convalecientes de algunas infecciones generales, que, como el tifo, les han producido un estado de grave agotamiento, a enfermos de vías aéreas altas (nariz o garganta) y, por último, a «los predispostos» a afecciones tuberculosas de cualquier clase que éstas sean. Hay formas de la afección tuberculosa (no todas) que tienen su tratamiento ideal en estos climas: me refiero a la tuberculosis de la piel y, sobre todo, a la de los huesos y articulaciones, que tienen en la estancia a la orilla del mar quizá el mejor medio para su tratamiento.

El clima marítimo sedante presenta características que difieren en un todo de las del clima excitante: vientos moderados, temperatura casi constante, gran luminosidad atmosférica, escasez de rocas, pequeño declive en las playas, mareas de intensidad muy moderadas, etc.

En nuestro país son sus representantes las del Este y Mediodía. Aconsejamos la estancia en ellas de los niños que padecan alguna tara o afección nerviosa: el niño irritable, el que padece insomnios, aquel para el que es un grave escollo el fisiológico proceso de la dentición y, sobre todo, por encima de todo, el raquitismo, cuya enfermedad evoluciona de un modo sorprendente al cabo de cierto tiempo de permanencia a la orilla del mar.

¿Qué período de tiempo es indispensable que dure el tratamiento a la orilla del mar?

Es imposible establecer una regla fija para punto tan importante a causa de las múltiples afecciones que son susceptibles de tratarse con este medio: por término medio, exceptuando la tuberculosis ósea en las cuales es mucho más prolongado, en niños en dos a tres meses, suficientes para sentir sus beneficios directos.

Hay algunas enfermedades que, si bien no caben dentro del cuadro de las indicaciones, se uno u otro de los grupos de climas que acabamos de describir, si se benefician en gran escala con la permanencia en dichas zonas indistintamente: me refiero, entre otras enfermedades, al asma bronquial, del que muchos pacientes se curan por la estancia en climas excitantes, al goma goma atrea, con cuadro clínico análogo, en las zonas sedantes encuentran un formidable alivio. No se conoce todavía la causa de este doble y contrario efecto.

Hay además una enfermedad, la tuberculosis pulmonar, para la cual, en general, está formalmente contraindicada la estancia en playa; algunas escuelas establecen distinciones entre las diversas formas de la enfermedad citada, con el deseo de verla beneficiada; alguna de ellas, bajo la influencia del clima marítimo, nuestro consejo es rotundamente negativo en este punto, pues si en algún momento evolutivo de la afección pulmonar no ser perjudicial y hasta levemente indicable, en la inmensa mayoría de los casos, de acarrean fenómenos difícilmente reparables, que se traducen en la producción de copiosas hemoptisis, aumento de la tos, expectación, etc.

Dada la gran variedad de aplicaciones que acabamos de conocer de utilidad innegable de la estancia en las playas, se desprende fácilmente que es imposible establecer una regla fija de la utilización de los baños de mar. En realidad y mirado desde el punto de vista médico, el baño en el mar, más que una gran utilidad de importancia, comparado con la que adquieren todos los otros elementos que antes he mencionado, su valor es secundario, pues además en su aplicación es más difícil seguir las indicaciones que dictamos, con tanta buena fe, que serán vulneradas unas veces por el capricho, otras por el descuido, algunas por costumbre, que desgraciadamente cualquiera de estos factores tienen, por el momento al menos, más fuerza que todos nuestros argumentos.

Sin embargo, mi opinión, en lo que se refiere a esta parte concreto, he de sintetizarla así:

1. El niño no debe bañarse en el mar si la inmersión provoca en él síntomas de repulsión violenta (llantos repetidos, errores, etc.).

2. La entrada en el agua se caracteriza, como todas las observables, por sensación de frío intenso (palidez de la piel, escalofrío), que en principio relativamente corto se transforma en bienestar. Entonces el niño pierde su miedo al agua y se familiariza con ella y juega allí con la misma seguridad que con que lo hace en la arena. Si así no es, si tal vez nada más aquellas manifestaciones por su extrema docilidad o por su apaciguamiento circunstancial, persistiendo los signos que acabo de indicar, es preciso no repetir la experiencia, que puede acarrear males irreparables.

3. La duración del baño debe estar limitada (y únicamente a los días de sol y poco viento) al momento de iniciación del primer escalofrío consecutivo a la inmersión, de modo que los adultos que vigilan éste eviten, pues su presencia es tan seguro de una reacción deficiente y quizá prólogo de una inutilidad sería.

Por tanto, utilizemos este precioso recurso natural de la naturaleza para nuestros hijos; seamos beneficiarios de los beneficios que para su futuro bienestar nos brinda, pero administremoslos con mucha cautela, pensando que en momento de placer de ellos, o nuestro, puede más adelante ser el motivo de graves remordimientos por no practicar consejos que con todo desinterés nos fueron dictados.