tribuye á la formación de los huesos en general, y la leche de vaca y cualquier otro elemento nutritivo artificial jamás pueden reemplazar del todo á la leche materna. Aquí no puedo menos que indicar á las madres que deben vigilar cuidadosamente por la limpieza de los senos, lavad s cada vez que el niño ha concluido de m mar, y lavar la boca de éste último con un trapito humedecido en agua fría. En el caso en que por la falta completa de leche ó por enfermedad de la madre, el niño no pudiera alimentarse del modo que la naturaleza indica (pues sería en absoluto un crimen no alimentar al niño nada más que por los prejuicios sociales ó por no privarse de ciertas comodidades de la vida) es preciso recurrir sin falta á una nodriza y si esto no es posible, á la nutrición artificial. No hay necesidad, sin embargo, de adquirirlo todo inmediatamente después del parto, puesto que la necesidad de nutrirse es casi nula en el recien nacido

Amenudo sucede que la leche al principio falta enteramente y aparece en gran cantidad al tercero ó cuarto dia después del parto. Pero el caso contrario puede suceder igualmente. Algunas veces la leche se halla abundante al principio, pero su cantidad no aumenta proporcionalmente con las necesidades del niño, sino que disminuye por el contrario, de modo que el peso del niño no aumenta bastante. En este caso hay obligación — como en el de la falta absoluta de leche— de recurrir al alimento artificial. Este último ofrece, como todo el mundo sabe, grandes dificultades, puesto que "ninguno de los métodos que existen ofrece nada que pueda reemplazar al seno de la madre." En primer lugar se halla entonces la leche de burra (en otro capítulo hablaremos de ella.) Sin embargo es preciso renunciar en absoluto á esta manera de alimentar, pues la Señora Burra no es muy cómoda para dejarse ordeñar, sin añadir que esta clase de animales no está muy propagada. Se usa pues, otro animal cuya leche se acerca más ó menos á la de mujer, es decir, la de vaca. Esta leche es más espesa y menos rica en azucar que la de la madre y exige, por consiguiente que se la azucare, y con este fin se le agrega por lo común agua y azucar. Por desgracia, en este último proceder se cometen amenudo bastantes imprudencias, de las cuales la más grave consiste en agregarle más agua de la que necesita. En este caso es preciso guiarse por los consejos del profesor Leopold, Director de la clínica de mujeres en Dresde, quien nos señala la siguiente manera de mezclar la leche:

Durante los tres primeros días una parte de leche y tres de agua; y durante las primeras semanas que siguen, una parte de leche por dos de agua. Enseguida, hasta el cuarto mes, mitad de leche y mitad de agua. Desde esta época, hasta el sexto mes tres partes de leche, y una sola de agua.

En verdad esta dósis puede modificarse algunas veces, según la constitución del niño y una de estas modificaciones consiste en comenzar con leche pura hasta el fin del primer año. Las mezclas arriba escritas son las que ha establecido la experiencia, las que convienen, por lo que parece, muy bien á los niños, aún en los grandes calores. Hay, con todo, una condición indispensable en este modo de alimentar y es la de que "la leche sea muy sana, verdaderamente sana y pura," pues por desdicha se sabe que la leche de vaca es amenudo muy malsana. Estos defectos de la leche son precisamente la causa principal de la gran mortalidad de niños en los meses calurosos.

Aquí se trata, no solo de la fermentación ácida tan frecuente, sino de otras descomposiciones más que producen luego el colerín. Según las últimas investigaciones, se forman en la leche por la transformación de la proteina tóxicos que provocan verdaderos envenamientos, después de haberla bebido. Por lo común los productos de la fermentación que se forman en los intestinos del niño, producen enseguida vómitos y diarrea. Las fuerzas disminuyen considerablemente y esto se prueba por el enflaquecimiento notable, debilitamiento general y especialmente debilidad en el corazón.

M. PLATEN

Sección práctica

RECETAS

Concluye

Sopa fácil y rica.— Rállese una papa grande, y póngase á cocer en agua con un poco de sal, una matita pequeñísima de tomillo, algunas hojas de orégano, y dos ó tres cucharadas de aceite de olivas superior. Cuando hierve, añádanse dos puñados de harina completa, de harina de maíz ó sémola y un poco de cebolla frita.

Sopa de arroz.—Píquense menudamente varias verduras: ropollo, sanahoria, cebolla, nabo, y cualquiera otras á gusto del consumidor, espolvoréense con sal y buen aceite y añádanse algunas tazas de agua fría.

Puesto todo al fuego se espera que hierva, y luego se agrega el arroz, poco ó mucho, según se desee sopa clara ó espesa.

Otra.—Las verduras picadas como en la fórmula anterior, se depositan en una cazuela con aceite, un poco de orégano y una cucharada grande de conserva de tomate. Puesta al fuego la cazuela, agítase el contenido hasta tostarlo, mezclando bien sus componentes. Luego se pone el arroz y agua hirviendo en la cantidad necesaria, retirando el todo del fuego así que esté el arroz á punto.

Otra.—Lo mismo indicado en las precedentes fórmulas, puede hacerse con fideos en vez de arroz. La fritada obtenida según la receta anterior; puede también hacerse sin conserva, echándoles un poco de azafrán previamente desleído en agua tibia.

Papas rellenas con espinacas.—Cocidas las espinacas al vapor, se amasan con una cucharada de manteca de leche y un huevo. Con la pasta que resulta se rellenan las papas, previamente ahuecadas, ocioso es decirlo. Todos los fragmentos de papas sobrantes, media col picada, dos cucharadas de conserva de tomate y algunas cebollas cortadas en rodajas: tales son los ingredientes que, bien fritos con aceite bueno en una cazuela de barro, nos proporcionarán la materia prima de la salsa que necesitamos. Agrégase bastante agua á la fritura y luego pónense á cocer las papas. Es un manjar como para la corte pontificia.

INFORMACIÓN

OFICIAL

Hacienda i Comercio

—En atención a que están señalados los días 30, 31 del presente mes i 1º de Enero entrante para la celebración de las fiestas cívicas de esta capital, se acuerda: que se paguen los sueldos de los empleados a cargo del Presupuesto, correspondientes al mes de Diciembre los dias 26, 27 i 28 lo mismo que las obligaciones a cargo del Tesoro Público que venzan el 30, 31 de Diciembre i 1º de Enero.

TEATRO

Compañía "Sconamiglio" hará su debut el Domingo 23 con la opereta "Isatimbanchi" — Se reservan localidades en el teatro.

Datos metereológicos

20 de Diciembre

Temperatura minima, 16.13; temperatura maxima, 24.6; termino medio, 19.08; humedad, 57; término medio, 7.8; lluvía en milímetros, ninguna; duración de la lluvia, ninguna; horas de sol 2.22'.

MOVIMIENTO UNIVERSAL

CABLEGRAMAS

San Petersburgo, 19. Despachos recibidos del teatro de la guerra desmienten redondamente la noticia de que Kuropatkin se queje de la falta de víveres. Antes por el contrario, el Jefe ruso alaba mucho los refuerzos de la proveduría, dice además los despachos que es una calumnia la noticia que hay escasés de ropa de invierno para la tropa. se ha encargado al almirante Birileff con la organización y pronto despacho de la tercera escuadra del Pacifico. Este Jefe ya partió con dirección á Libau para superintendente de los preparativos en aquellos círculos que generalmente están bien informados, susúrrase que la flota de Rojestvensky será devuelta á aguas patrias ó por lo menos no se permite continuar su viaje hasta que esté reformada por lo menos.

Chefú, 19. El Comandante Mizzenoff oficial ejecutivo del acorazado ruso Poltova anterior al desarmamento de dicho navío salió el 15 de Puerto Arturo en un bote de vela con 7 tripulantes. El viernes por la tarde arribó á este puerto. A un representante de la prensa manifestó que la guarnición está economizando parque, disparando solamente cuando está segura del

Este documento es propiedad de la Biblioteca Nacional "Miguel Obregón Lizano" del Sistema Nacional de Bibliotecas del Ministerio de Cultura y Juventud, Costa Rica.