Alimentação infantil

I

Ha uma questão que é mil vezes mais importante do que aquella de como alimentar nosso gado ou como desenvolver a nossa agricultura. Estas dizem respeito ao nosso futuro economico; aquella a que nos referimos envolve o nosso futuro humano. As primeiras interessam essencialmente ás duas principaes classes productoras do Estado; a outra apella para a totalidade do povo.

Essa questão é *como alimentar os nossos filhos.* Como alimental-os physicamente, como alimental-os intellectualmente. São dous problemas inteiramente diversos nas suas premissas, absolutamente independentes na marcha da sua solução, mas que tendem ambos para o mesmo escopo final: fazer homens. Homens fortes no corpo e fortes na mente; daquelles homens que constituem uma nacionalidade.

Nestes artigos que serão recebidos com um sorriso de mofa, provavelmente, por muitos, mas que merecerão a leitura attenta dalguns, pretendemos nos occupar da alimentação physica, emquanto esta significa a construcção dum corpo sadio e robusto.

Alimentação das crianças. Que tem *Egatea* que ver com isso? — Muito. *Egatea* pretende ser uma revista para todos os riograndenses e não apenas uma publicação para engenheiros, criadores e agricultores.

E a verdade é que as mães riograndenses, como aliás as mães brazileiras em geral, não têm ainda encarado seriamente esta questão. Os homens muito menos. Não desconhecemos que é difficil, é duro, ir-se dizer a uma mãe extremosa como o são as de nossa terra: « V. Exa. não sabe alimentar os seus filhos; está preparando uma serie de incommodos, de pequenas molestias e desarranjos que representam para o futuro dilatações de estomago, dyspepsias, toda uma lista de nomes mais ou menos proprios da technologia medica e que se resumem em fraqueza do individuo, fraqueza da raça ».

Até ha bem poucos annos dominou a opinião de que em materia de cuidados á infancia, o instincto maternal suppre sabedoria e estudo. O sentimentalismo tão proprio de nós outros latinos faz com que ainda seja esta a idea geral. A verdade é que o instincto maternal só ensina a mãe a dar o seio ao filho e ahi pára. O mais não é instincto maternal; os outros cuidados provêm dum tradiccionalismo rotineiro que se transmitte cuidadosamente nas familias pela linha feminina. « A vovó já fazia assim... » é a grande razão que deve justificar superstições, contrasensos e ás vezes até verdadeiros peccados contra o bem-estar e a saude das pobres criancinhas.

Não nos illudamos. A falta de logica do argumento não o enfraquece. Si formos a uma das mães modernas e lhe falarmos em nome da hygiene, da pediatria, do bom senso para que modifique o systema que segue ao criar os filhos, esbarraremos logo com esta resposta adoravel: « Ora, a vovó já fazia assim e criou oito filhos!... » Poderiamos perguntar: Criou oito filhos *por causa* do seu systema

ou *apezar* do seu systema? A pergunta, porém, seria descortez e em regra geral nós nos calamos, o que faz com que o argumento vá passando como irresistivel.

Os povos anglo-saxões e germanicos já vão se libertando deste preconceito sentimental e começam a comprehender que tambem se deve aprender a ser mãe. Ha na Inglaterra uma escola original onde senhoras recem-casadas e moças que devem casar em breve vão aprender a arte de ser mãe, como nas innumeras escolas de *Domestic Science* dos Estados Unidos uma multidão innumeravel de moças vae hoje aprender a arte de ser dona de casa. Estamos numa epoca em que as tradições rotineiras cedem o logar aos conhecimentos positivos.

Em algumas rapidas notas, neste logar que a um assumpto tão feminino cede uma revista essencialmente masculina, consignaremos algo do que de mais moderno ha sobre esta materia de capital importancia que é a alimentação das crianças.

Não nos arvoramos em autoridade no assumpto, o que não somos. E desde o inicio vamos logo dizendo que não pretendemos fazer mais do que respigar e adaptar ao nosso meio e ao nosso clima entre o muito que modernamente se tem escripto, em lingua ingleza principalmente, sobre o assumpto. As tres principaes autoridades em que nos estribaremos são os drs. L. Hogan, Rotch e W. Hamilton, todos tres medicos de nomeada que deste assumpto têm feito uma especialidade e cujas obras constituirão a fonte principal destas notas.

E para uma introducção já chega.

Por hoje nos limitaremos a dar uma lista dos alimentos que uma criança não deve comer antes dos sete annos, isto é, antes da segunda dentição; a menos que algum delles seja prescripto como regimen dietetico temporario pelo medico.

São os seguintes:

Porco e os seus derivados (salchichas, linguiça, etc.);
Peixe salgado; carne salgada; xarque;
Rins de qualquer forma; figado cozido;
Molho de carnes assadas ou fritas;
Tomates sob qualquer aspecto, cenouras, cebollas e pepinos;
Pão fresco;
Pasteis de carne; empadas; bolos ricos;
Biscoitos quentes; doces de confeitaria; tortas de fructas;
Chá; café; qualquer bebida alcoolica.

No proximo artigo mostraremos as razões por que se deve cuidadosamente estudar a alimentação infantil e estudaremos qual deve ser essa alimentação do momento em que a criança começa a ser desmamada até os dois annos de edade.

E. C.