

¡Pesad a los niños!

El niño pequeño, desde el momento del nacimiento, conviene sea pesado periódicamente, por lo menos cada quince días; mejor cada ocho. Se ha dicho, con razón, que para el niño, la balanza es el termómetro del crecimiento.

Durante la primera época de la vida, el crecimiento lo absorbe todo. Crecer y desarrollarse parece la única finalidad del niño, y es evidente que en la práctica es el punto que hay que poner siempre en primer término. Desde luego que el desarrollo corporal va paralelo al desarrollo intelectual, al de la conciencia del niño; pero insistiremos en que el punto de vista más importante en esta primera época es el corporal, y a él es al que deben dedicarse todos los cuidados y desvelos, pidiendo el consejo del médico siempre que no ocurra así, pues él cuenta con medios para normalizar el desarrollo con grandes probabilidades de éxito en la inmensa mayoría de casos. Y si tenemos en cuenta la verdad de aquel adagio latino «mens sana in corpore sano», deduciremos que, si velamos el peso y la salud del niño, también velaremos indirectamente por su inteligencia.

El niño llega al mundo con un peso que no es igual en todos. Las estadísticas llevadas a cabo con gran número de observaciones, dan como cifras medianas unos 3.250 gramos para los niños, y ligeramente menos para las niñas. Durante los tres o cuatro primeros días, el niño pierde de peso (de 100 a 200 gramos) y ya después, si la lactancia se instala con éxito, empieza nuevamente a subir para no pararse, si ninguna alteración no se presenta.

Durante el transcurso de los cuatro primeros meses, el niño aumenta de 25 a 30 gramos diariamente. Durante los segundos cuatro meses, de 15 a 20 gramos diarios, y en los últimos cuatro meses del primer año, unos 10 gramos al día. Como puede verse, cuanto más nos apartamos del nacimiento, menos va ganando el niño de peso diariamente, siendo, naturalmente, tanto más importante de observar este aumento de peso, cuanto más intenso es éste.

Más fácil de recordar, y sin duda de mayor utilidad práctica, que las cifras que acabamos de apuntar, son los siguientes datos: el niño, al comienzo del quinto mes, dobla el peso del nacimiento; al final del primer año, lo triplica, y al final del segundo año lo cuadruplica. Recordando los tres kilos y cuarto del nacimiento, fácilmente deduciremos estas cifras correspondientes a topes bien marcados de la edad del niño. Ni que decir tiene que estos datos no pueden tener una exactitud matemática, pero son de un valor inapreciable para servirnos de guía.

El niño deja de aumentar de peso, según la pauta que acabamos de señalar, o por enfermedad, o porque no se alimenta suficientemente. Y hasta en los casos de enfermedad, las más de las veces ésta actúa indirectamente, dificultando la alimentación necesaria. El pesaje metódico y repetido permite observar estos trastornos del aumento del peso en su comienzo, y permite corregirlo a tiempo, a menudo muy fácilmente.

Hay que tener presente una cosa: cuando la madre se da cuenta de que el infante adelgaza o no gana peso, la balanza se lo hubiera dicho ya muchos días atrás con toda seguridad, pues no se equivoca, como puede hacerlo la apreciación a simple vista de la madre.

Terminaremos como hemos empezado: pesad a vuestro niño durante el primer año de vida por lo menos cada 15 días; mejor cada 8. Y si queréis hacerlo bien del todo, haced que sea vuestro médico quien practique las pesadas y quien controle la evolución corporal de vuestro infante.

