

nes o climatismo de desplazamiento hacia el mar o la montaña, se aplique a todos los niños sin excepción.

¿Pero adonde hay que mandar al niño, al mar o a la montaña?

Cuando no se puntualizaba tanto en estudios complejos de órganos y funciones, era mucho más fácil y menos aventurado aconsejar en rotundo y decir: el mar para los linfáticos que es necesario estimular; la montaña para los nerviosos que debemos apaciguar.

Hoy días los criterios no pueden ser tajantes, y en cada caso particular hay que decir lo más conveniente y aun rectificar luego, según las reacciones individuales, enviando al campo o a clima de altura, al niño que junto al mar se enerva, no tiene apetito y duerme mal, etc. etc.

El clima marino tiene como principales características: debilidad relativa de las oscilaciones termométricas y como consecuencia estabilización *relativa* de la temperatura; ausencia de polvo y gérmenes; elevado grado de humedad de su atmósfera, que contiene sal marina, y es de presión alta; frecuencia y violencia de los vientos; intensidad y duración de luz solar. Esta luz no es solamente la directa del Sol; a la orilla del mar la actividad luminosa es considerable aun bajo un cielo gris. La luz es reflejada por la arena blanca

de la playa y por las partículas de vapor de agua que contiene la atmósfera. Cuando no hay nubes ni niebla, su intensidad se refuerza con el reflejo en el agua, que la proyecta por todos lados como un espejo oscilante. Se ha comparado el mar con un gigantesco prisma, que absorbería los rayos rojos y ultrarrojos, devolviendo la mayor parte de los amarillos, azules y violetas.

Tales factores combinados determinan en el organismo: acción estimulante de la formación de glóbulos rojos de la sangre; estimula también la digestión y la nutrición; el organismo en general y por ende el sistema nervioso, lo cual ha de vigilarse en los niños; por último eleva la tensión arterial y se dice que tiene cierta acción antiséptica (¿es el Sol, el ozono, el iodo?)

Por todo ello se envían a las colonias marinas: los niños *con retardos generales del desarrollo físico* (pecho estrecho, vientre abultado, pared abdominal flácida, herniados, disminución del valor globular); los niños *retardados desde el punto de vista psíquico* (inteligencia lenta, pasiva, dominada por las sensaciones viscerales); los niños criados en un medio de incuria y de ignorancia en materia de higiene, los que se encuentran en estado de *miseria fisiológica* (alojamiento insalubre, falta de aire y de luz, alimentación impro-