

A la costumbre de los baños se atribuye la relativa rareza de las enfermedades de la piel entre los antiguos.

Con la limpieza se destruye la *semilla* (microbios, hongos, insectos, etc.) de las enfermedades trasmisibles y se fortifica el *terreno* (el organismo), actuando así, eficazmente, sobre los dos factores que entran en juego, en las infecciones.

La limpieza forma un bloque, que, lo constituyen: limpieza del cuerpo, de la ropa interior, de los vestidos, de la vivienda, de los alimentos, — ¡hasta del espíritu! —

Recordad la tan repetida máxima de Juvenal: *mens sana in corpore sano*. El hombre verdaderamente sabio, decía el poeta en sus *Sátiras*, no pide al cielo más que, la salud del alma con la salud del cuerpo.

Los pueblos más limpios son los que tienen morbilidad y mortalidad, más débiles.

De pequeño oía repeti «el aseo en la persona, muchos bienes proporciona».

Mi pueblo andaluz, ¡qué bien lo ha cantado!

*Dicen que el agua divierte,
quita pena y da alegría;
y yo me voy a la fuente,
a ver si esta pena mía
se la lleva la corriente.*

El sucio no solamente causa

repugnancia a sus semejantes, sino que él, en fin de cuentas, es el más perjudicado, pues padece toda clase de afecciones de la piel, cuya comezón le desasosiega y repercute las más de las veces en su estado general, sobre todo en los niños.

Al rascarse, abre numerosas puertas de entrada a las miríadas de microbios que, esperan, apostados en su piel, ocasión propicia para penetrar en su organismo y enfermarle.

Y no es grano de anís, el número de los *acampados*. Remlinger de Tánger calcula que hay, alrededor de medio millón de gérmenes por centímetro cuadrado de *piel sana*. Según este mismo autor, la cifra de microbios de que se despoja una persona al bañarse, no baja nunca de 85 millones... y algunos llegan a más de mil millones.

Ahora imaginarse lo que siembra al rascarse las uñas de las personas descuidadas.

Modernamente, al estudiar el higienista la utilización del agua en la escuela, se refiere al doble aspecto: agua de alimentación y agua para lavarse.

Es decir que es una de las cosas que debe enseñarse en las escuelas, y enseñarse con el ejemplo.

Hay pues que inculcar los hábitos de limpieza esmerada en los niños, desde su entrada en la escuela y hacer de tales hábitos una necesidad imperiosa para ellos. Esto constitu