

figuren a diario en la alimentación de preescolares y escolares, propugnó desde hace muchos meses la creación de una Central lechera en Asistencia Social, que los proporcionara de toda garantía junto a condiciones económicas asequibles.

Por último, la leche y los huevos, ricos en cal., son el tipo de los alimentos medicamentos; administrados sistemáticamente evita el prescribir recalificantes.

Esquematicemos ya unas ideas que fijen la ración alimenticia en la infancia escolar.

La alimentación en la época del crecimiento está destinada a satisfacer tres órdenes de exigencias: la fundamental de sostener el organismo en reposo, exigencia distinta según la edad, la de crecimiento, diferente según la intensidad del mismo, y la de trabajo, dependiente del género de vida y de la actividad del sujeto; ésta es la más variable de todas ellas y la más difícil de valorar. Porque basta recordar que los cambios respiratorios en reposo, tan estrechamente unidos a la necesidad calórica de sostenimiento, es más elevado en el niño que en el adulto, lo mismo considerado por unidad de peso, admitido por todos, que por unidad de super-

ficie, que es más discutido. Varía además de un individuo a otro, cualquiera que sea la unidad comparativa que adoptemos, edad, peso o superficie. La curva de las calorías de sostenimiento por kilogramo, después de un corto período ascendente, hasta el segundo año de la vida, aproximadamente, decrece con la edad y acaba por confundirse con la del adulto, mientras que las calorías totales por veinticuatro horas, siguen, gracias al aumento en peso de los niños, una curva ascendente siempre.

La ración alimenticia aumenta en una medida apenas creíble, de una parte por las necesidades del crecimiento, de otra y sobre todo por el trabajo; pero teniendo muy en cuenta la *intensidad*, la *viveza* y más aún la *duración* del trabajo.

El niño, evolucionando constantemente, exige cada día condiciones alimenticias nuevas.

Los niños de edades preescolares y escolar necesitan calorías de fondo o entretenimiento, calorías de crecimiento, calorías de trabajo, y de digestión.

En principio, debe admitirse que los alimentos de origen animal son necesarios al niño a partir de los 2 años de edad. Se le puede dar carne a dosis moderada, el peligro no está en el uso, sino en el abuso. No se le dará carne de cerdo mas que en forma de jamón y sin toc-