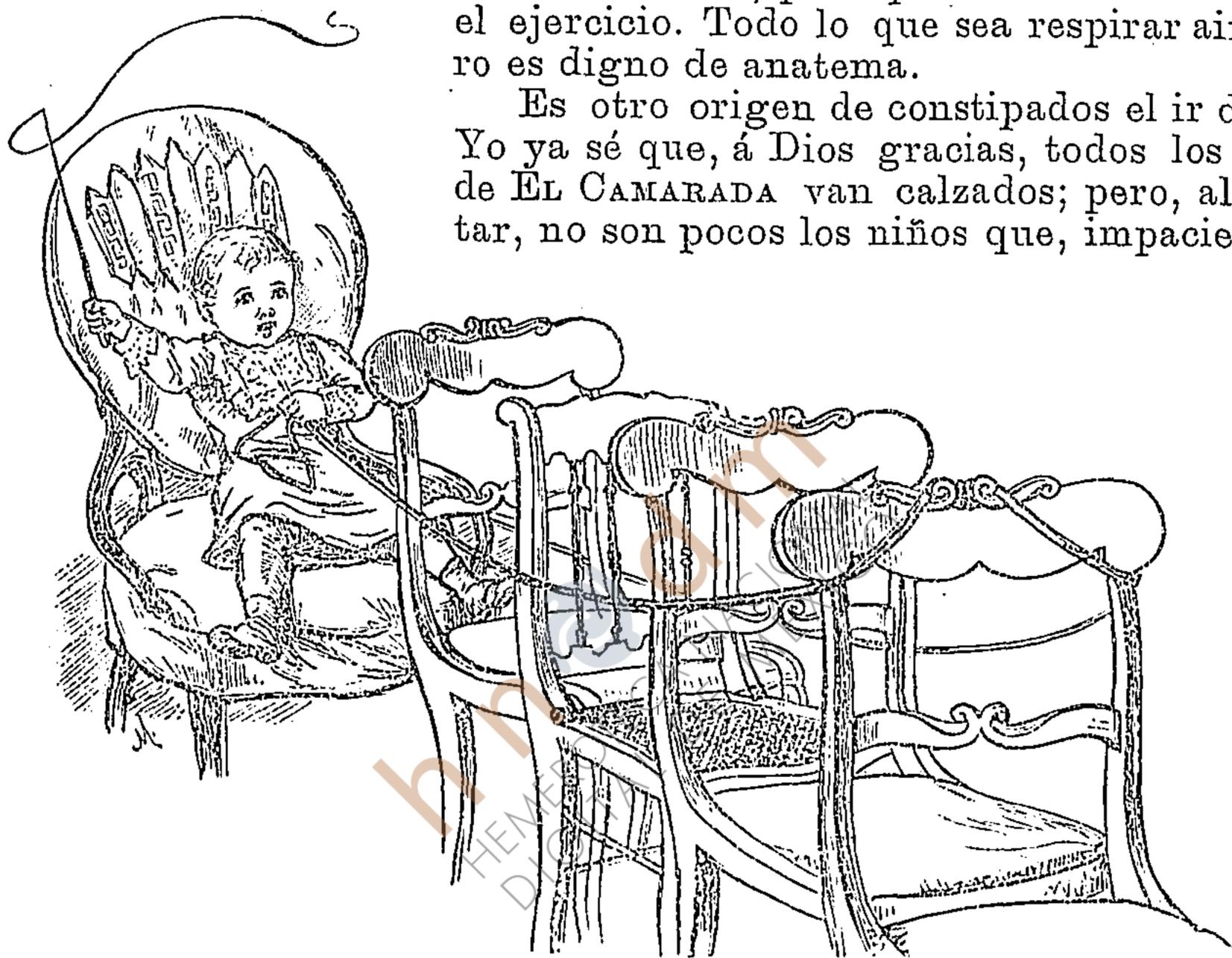


nada con unas cuantas gotas de timol. Esta sustancia huele bien y quizás puede contribuir en algo á procurar cierta inmunidad. Sobre todo, no puede ocasionar ni remotamente el menor daño.

Toda medida extraordinaria ó gravosa en cualquier concepto, es siempre desagradable, y por lo mismo no es de aconsejar; lo cual no quiere decir que deba cerrarse los ojos á toda imprudencia. Cúidese de que los niños no se resfríen, pero no por eso se los tenga reclusos. Los teatros son un lugar en donde se pillan muchos constipados, y en su vista no es de aplaudir el llevar allí á los niños, para quienes nada es mejor que el ejercicio. Todo lo que sea respirar aire impuro es digno de anatema.

Es otro origen de constipados el ir descalzo. Yo ya sé que, á Dios gracias, todos los lectores de *EL CAMARADA* van calzados; pero, al despertar, no son pocos los niños que, impacientes por



Los caballos de un niño

esto ó lo otro, se levantan de la cama y andan con los pies desnudos por el suelo, probablemente todavía sin esterar ó alfombrar. Esto es malo cuando, por fortuna, no se está acostumbrado á prescindir del maestro de obra prima.

Respecto á alimentación siempre es bueno evitar excesos. Disertar sobre este punto sería repetir las verdades de Perogrullo. Yo confío en que todos mis lectores tienen suficiente criterio para evitarse una indigestión.

Aquí concluiría por hoy si no tuviese prisa de protestar, aprovechando la ocasión, contra una porción de excesos cometidos en nombre de la higiene. Nada más horrible que la costumbre de tener guardados á los chicos en casa como bajo una campana de cristal; nada más detestable que prohibirles entregarse á sus juegos más ó menos ruidosos; nada más odioso que estarles continuamente atosigándoles con brebajes y pócimas; nada más reprehensible que forzarles á coger los libros (en edad temprana, se entiende, hasta los diez ó doce años) si ellos prefieren saltar ó correr; nada más contraproducente que estar de continuo sobre los arrapiezos, temiendo no caigan malitos.