

**alimentos sintéticos y  
alimentos naturales**

**T**AL vez un día la Humanidad habrá de recurrir a los alimentos sintéticos, ha dicho recientemente un científico holandés. Será preciso, por tanto, vencer los prejuicios contra las «píldoras nutritivas». En el fondo, ha agregado el experto, la antítesis entre los alimentos naturales y los artificiales no tiene fundamento: los primeros no son más que una mezcla química como los segundos que, además, contienen sustancias no necesarias para la nutrición y son perjudiciales. Será mejor, pues, ingerir una mezcla bien dosificada, prefabricada, a la que se dotaría (será solamente cuestión de tiempo) de los sabores y los olores característicos.

Contra esta tesis existe, sin embargo, una objeción fundamental: no conocemos con exactitud todas las sustancias que necesita nuestro organismo, y al suprimir el alimento natural podríamos eliminar casi ciertamente elementos preciosos para la salud. Una mezcla bien dosificada representa ciertamente el ideal para la alimentación; pero, en vez de prepararla artificialmente, ¿por qué no recurrir, mejor, a los alimentos naturales?

Existen algunas circunstancias en las cuales es de desear una solución de este tipo. Una de ellas es el destete de un lactante. Según las ideas modernas, el destete debe iniciarse entre el quinto y séptimo mes de vida, no más tarde, ya que la leche materna, siempre insustituible en los primeros meses, es relativamente pobre en proteínas y, frecuentemente, tiene una cierta escasez de vitaminas y carece de hierro. Es preciso por ello, en el momento adecuado, proporcionar al niño aquello que la leche, pese a sus excepcionales cualidades, no puede darle; en otros términos, es preciso que el niño tenga una alimentación verdaderamente completa, como aquella de la que tiene necesidad el adulto.

Pero, como se sabe, el periodo del destete es, por muchas razones, bastante difícil, y las madres, frecuentemente, se sienten confusas para seguir con precisión las prescripciones de los diversos alimentos necesarios con que llevar a cabo una alimentación que contenga todos los principios nutritivos, es decir, proteínas, grasas, hidratos de carbono, minerales y vitaminas en la cantidad y proporciones deseadas. La dificultad se debe también, con frecuencia, a la intolerancia digestiva o la resistencia del niño. La solución de este problema se ha encontrado recientemente con el empleo de alimentos homogenizados, es decir, mezclas de carne, verduras y frutas, adecuadamente tratadas de forma que puedan asimilarse fácilmente.

Los «homogéneos» son alimentos completos, agradables, fácilmente digestibles, ya que están reducidos a una pasta finísima y que, por tanto, representan una auténtica conquista de la dietética. Precisamente por estas cualidades se han difundido rápidamente por todo el mundo, después de haberse puesto en uso en los Estados Unidos y otros países. Es de notar que, para hacer estos alimentos verdaderamente completos, a la carne magra y a los vegetales se añaden grasas y, precisamente, aceite de oliva que es el más adecuado para los niños y que hace el producto homogenizado más agradable y apetecible.

Los alimentos homogenizados no tienen, sin embargo, una indicación exclusiva para el destete, sino que constituyen un medio excelente para asegurar una alimentación completa y, a la vez ligera, además de estar dosificada científicamente para otras situaciones delicadas como la convalecencia o la alimentación de personas de edad avanzada.

Y ya que hemos abordado este tema, es oportuno recordar otro progreso del que se ha tenido noticia recientemente. Se habló de cierta enfermedad infantil, más frecuente de lo que pueda imaginarse, a causa de la cual, el niño, en el momento en que se le empieza a dar las primeras papillas, sufre una detención en el crecimiento, se depaupera mientras que el abdomen aumenta de volumen y aparecen graves trastornos intestinales. Esto se debe a una intolerancia congénita hacia las féculas contenidas en los cereales. El único procedimiento terapéutico es eliminar las féculas; es un sistema eficazísimo, pero muy difícil de seguir, ya que significa excluir de la alimentación el trigo, centeno, avena, cebada, maíz y todos aquellos alimentos que contengan, aun cuando sólo sea en pequeñas cantidades, alguno de estos cereales, es decir, el pan, la pasta para sopa, las galletas, la pastelería y otros muchos. Al cabo del tiempo, el niño soporta, como un grave sacrificio, la privación de todos estos alimentos, que ha de mantenerse por lo menos durante dos o tres años; pero, hace poco tiempo, ha podido obtenerse un bizcocho muy agradable, absolutamente carente de glúcidos y que puede reemplazar al pan.

PROF. DI AICHELBERG



**una alta  
velocidad  
sin vibraciones**

La absoluta estabilidad, exclusiva de las SECADORAS CENTRIFUGAS CROLLS le permite girar a 2.800 vueltas por minuto, mientras su chasis permanece impasible.

Estas ventajas técnicas se traducen en un secado más rápido y eficaz de su ropa.

En sólo 3 minutos su ropa recién lavada es secada con toda delicadeza y puede pasar a la plancha.

**SECADORAS  
CENTRIFUGAS**



®

**CROLLS**

**EN  
TODO  
EL MUNDO  
SIGNO  
DE  
CALIDAD**