

même, il semble que la leçon devrait servir pour une autre année.

Il n'en est rien. On ne songe pas un instant à revenir aux anciennes modes: *c'est trop naturel!*

* * *

Toutes les fois que le bébé sans être souffrant n'est pas un paquet de graisse, c'est encore l'allaitement qui fait défaut. On décide — et le jugement est sans appel — que le lait de la maman est insuffisant, et le petit se fait régler son affaire en peu de temps.

On juge les bébés à la brasse et on a la manie de ne croire à leur santé que lorsqu'ils sont gras et joflflus.

C'est pourtant bien le contraire qui est vrai. Le moindre coup de vent, la plus petite rougeole vous enlèvent parfois en un clin d'œil des bébés renflés dans tous les goûts. Vous voyez, par contre, un petit maigre passer à travers la rougeole, la scarlatine et la coqueluche successivement comme un frelon à travers une toile d'araignée.

C'est que l'enfant bourré, suralimenté, subit une *déviati on* de sa nutrition, et tandis qu'il gaspille sa nourriture à accumuler une couche de graisse inutile sous la peau, il forme peu ou mal sa charpente et ses organes. Or, ce sont précisément les organes internes qui nous défendent contre les maladies.

On a d'étranges idées sur l'alimentation. Plusieurs seraient disposés à croire qu'il faut un gallon de lait par jour pour entretenir la flamme de la vie chez un petit être de quinze livres. À ce compte-là, un homme de 200 livres devrait engloutir une paire de bœufs gras chaque mois. Il en est pour l'enfant comme pour l'adulte, la santé ne dépendant pas de la quantité de nourriture qu'on mange, mais de ce qu'on assimile. Et on assimile peu quand on mange *trop, ou trop mal ou trop souvent.*

On nous répondra que l'enfant demande sans cesse. C'est vrai, mais au moins une fois sur deux c'est parce qu'il a soif et non qu'il a faim. Si, au lieu de donner de l'eau à l'enfant dans l'intervalle des tétées, vous lui offrez le sein chaque fois qu'il pleure, vous calmez sa soif, mais aussi, vous le suralimentez et le rendez malade parce que vous lui faites boire du lait lorsqu'il ne peut pas avoir faim.....

D'un autre côté, de l'eau, *c'est bien trop naturel!*