



Bambini

da *Il Manuale di Scientology*

ASSEGNAIMENTO >> 19. Leggi "Bimbi Sani"

BIMBI SANI

Un bebè che viene alimentato in modo scorretto non solo è infelice, ma è anche poco sano e fonte di preoccupazione per il neogenitore. Un'alimentazione corretta è, naturalmente, un elemento necessario per una buona salute. Nei prossimi paragrafi troverete esposta una procedura assai efficace, basata sull'esperienza personale. Essa viene offerta quale consiglio utile ai genitori che sono alla ricerca di metodi migliori per allevare bambini sani.

Alcuni ospedali e dottori hanno adottato, a quanto pare, lo slogan "Un bambino grasso oggi, significa un paziente domani".

Si è constatato che alcuni preparati alimentari propinati dagli ospedali e dai pediatri disturbano i neonati. Sono una miscela in polvere che si dovrebbe dissolvere nell'acqua e dar da mangiare al bebè.

Se mai l'avete assaggiata, sarete d'accordo con il neonato. Ha un gusto orribile.

E, peggio ancora, contiene solo carboidrati e nessuna proteina necessaria a costruire tessuti e ossa. Crea solo grasso. Quando vedete uno di quei neonati obesi di oggi, sapete che viene nutrito esattamente secondo una dieta consistente in una miscela di latte in polvere, glucosio e acqua: tutti carboidrati.

La causa maggiore di turbamento nei primi mesi di vita del neonato è il cibo. Viene nutrito, certo, ma con che cosa? Soluzioni di latte in polvere, dal gusto orribile, ad alta percentuale di carboidrati, oppure latte "scremato" dal seno di una madre stremata dal lavoro. Il cibo che gli viene dato *deve* contenere un'alta percentuale di *proteine*. Le proteine rappresentano la materia prima per la costituzione di nervi e ossa. Un soldato ferito non si riprende se non gli vengono somministrate dosi massicce di proteine. L'ulcera non guarisce se non viene seguita una dieta ricca di proteine.

Per la formazione di cervello, ossa e tessuti, il neonato *deve* assumere proteine dai primi due giorni di vita sino, quanto meno, ai tre anni di età. In questo modo il vostro neonato crescerà robusto, grazioso e attento, dormirà bene e godrà di buona salute.

Questo problema fu personalmente affrontato per la prima volta, come genitore il cui figlio era in grave pericolo di morte, il che richiedeva un intervento immediato per salvarlo: (1) farlo *uscire* dall'ospedale, (2) scoprire la causa del suo male e (3) risolverla. Il tempo totale a disposizione era meno di ventiquattro ore. Il bambino stava morendo.

Così, (1) il neonato fu fatto dimettere dall'ospedale, (2) si scoprì che non voleva o non poteva mangiare, (3) fu elaborata e somministrata al neonato una formula che gli fornisse il necessario nutrimento.

La formula conteneva orzo. Le truppe romane, nei periodi di marcia, si nutrivano di orzo, il cereale con il più alto contenuto di proteine. Da questa formula si ricava la sostanza più simile al latte materno che possa essere preparata in modo semplice. Si tratta nientemeno che di una vecchia ricetta romana risalente a circa 2200 anni fa.

Naturalmente, è un po' scomoda. Bisogna sacrificare una pentola o un bollitore per bollirci l'orzo (esso infatti rende inutilizzabile la pentola, quindi bisogna usarne una appositamente per l'orzo e non cambiarla). Per ottenere l'acqua di orzo, l'orzo dovrà bollire per lungo tempo. E potrà capitare di dimenticarselo sul fuoco e di lasciarlo bruciare, ma anche così varrà la pena di usare questa procedura perché il risultato sarà una maggiore tranquillità domestica e un bambino in buona salute.

Preparate giornalmente una dose della ricetta che duri per ventiquattro ore, imbottigliatela in poppatoi sterilizzati e conservatela in un luogo fresco. Riscaldare il poppatoio fino a circa 37 gradi (spruzzatene un po' sul dorso della mano per verificare se è troppo calda o troppo fredda) prima di darla al bebè.

E, sebbene si *cerchi* di abituare il bambino a mantenere determinati orari per i pasti, sarebbe stupido non dargli da mangiare quando ha fame.

Un neonato, dopo aver mangiato una razione completa, di solito dorme per ore. Se non è così, v'è sempre una ragione: uno spillo, un sassolino nel letto, il pannolino da cambiare, qualcosa c'è. Quando un neonato, che non dovrebbe piangere, piange, cercatene ostinatamente la ragione. Non seguite gli insegnamenti di chi dice che (1) il bambino è semplicemente cocciuto oppure (2) si tratta di una malattia grave che richiede un intervento chirurgico immediato. La vera ragione sta a cavallo di queste due cose.

Ricetta dell'Orzo per Neonati

Cibo inadeguato è la ragione principale che sta alla base dei problemi di un neonato. E per porvi rimedio ecco una ricetta che si può usare:

1/2 litro di acqua di orzo

1/3 di litro di latte omogeneizzato

1 dl di sciroppo di mais

La quantità di sciroppo dovrebbe essere variata a seconda dei gusti del bambino: ad alcuni piace poco dolce, ad altri di più.

La quantità degli ingredienti può essere aumentata a piacere, a seconda del numero di poppatoi che si desidera preparare, ma le proporzioni restano invariate.

Per preparare l'acqua di orzo, mettete circa metà misurino (con misurino intendiamo 2,5 dl) di *orzo integrale* in un pezzo di mussola. Non legatelo strettamente, si deve permettere all'orzo di espandersi. Bollite a fuoco *lento*, per 6 ore e mezza, in una pentola – non di alluminio – coperta, ma fornita di sfogo, contenente circa 2 litri di acqua. (L'apertura permette al vapore di fuoriuscire o attraverso una valvola di sfogo del coperchio, se ce n'è una, o mettendo il coperchio leggermente di traverso, in modo che si formi un'apertura fra lo stesso coperchio e la pentola.) L'acqua di orzo diventerà di colore rosa intenso. Questo modo di procedere darà all'acqua di orzo la densità giusta, all'incirca, per preparare la ricetta data sopra.

Al bambino non viene somministrato l'orzo vero e proprio, ma soltanto l'acqua mescolata a latte e sciroppo di mais, nelle proporzioni riportate nella ricetta di cui sopra. Non aggiungete nient'altro alla ricetta, né vitamine né panna per "renderla più nutriente". La ricetta corretta è quella data sopra. Usatela e possano i vostri figli crescere più sani!

PREPARAZIONE DELLA FORMULA DELL'ORZO



2. Tie it loosely to allow for expansion...



3. ... and place it in the pot containing 4 pints of water.



4. Boil slowly for 6½ hours with pot slightly vented so steam can escape.



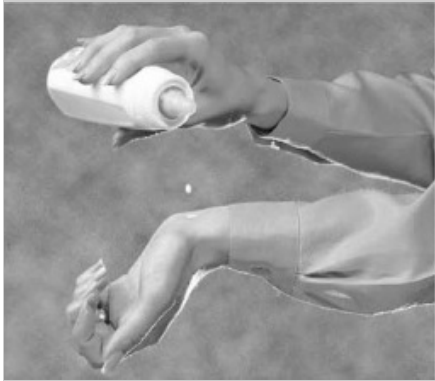
6. Keep the formula cold until feeding time.



7. Heat a bottle to 98.6° F (body temperature).

Ricetta per l'orzo

Mettete circa ½ misurino (misurino di 2,5 dl)
di orzo integrale in un pezzo di mussola.



8. *Squirt a few drops on your hand to ensure neither too hot nor too cold. Then give it to the baby.*

Legatelo senza stringere.

*Bollite a fuoco lento per circa 6 ore e mezza
in circa 2 litri di acqua.*

*Mescolate la formula nelle seguenti
proporzioni:*

1/2 litro di acqua di orzo

1/3 di litro di latte omogeneizzato

1 dl di sciroppo di mais