

Por el autor del *best seller*
de crianza natural *Bésame mucho*



CARLOS
GONZÁLEZ

Creciendo
juntos

DE LA INFANCIA A LA ADOLESCENCIA
CON CARIÑO Y RESPETO



Carlos González

Creciendo juntos

De la infancia a la adolescencia
con cariño y respeto

ÍNDICE

Introducción	13
Capítulo 1: Padres de hoy	15
Las dudas	16
La culpa	18
La soledad	22
La edad	29
El número de hijos	31
El estrés	33
El divorcio	35
La televisión	43
Capítulo 2: Estilos parentales	45
La crianza con apego	45
Los estilos parentales según Baumrind	49
Elija su estilo	60
Cómo evaluar a los padres	65
No todos los permisivos son iguales	75
¿Debería convertirme al <i>autorizativismo</i> ?	79
La rehabilitación de la permisividad	86
Capítulo 3: La autoridad	99
La autoridad de los padres	101

Todos tenemos autoridad	103
La autoridad se gasta	105
Los niños no aprenden a la primera	108
«Me mira y lo vuelve a hacer»	109
Aprenda de los que saben	112
La obediencia absoluta es imposible	113
Los castigos	116
<i>El sillón de pensar</i>	119
<i>Las consecuencias</i>	121
<i>El perdón</i>	127
Los premios	130
<i>Los elogios</i>	134
 Capítulo 4: La hiperactividad	 141
El concepto de «enfermedad»	143
<i>La mala prensa</i> de la hiperactividad	149
Las causas del TDAH	157
El diagnóstico de TDHA	165
Evolución y tratamiento	168
<i>Hiperactividad, fármacos y drogas</i>	172
<i>Ejercicio físico e hiperactividad</i>	181
Hiperactivos célebres	182
Los «niños índigo»	189
 Capítulo 5: La adolescencia	 193
Las drogas	201
 Capítulo 6: La alimentación	 205
Comer en familia	211
 Capítulo 7: Juntos hemos crecido	 213
 Índice temático	 217

¿Cómo son los padres de hoy? No lo sé. Solo he conocido a algunos miles de madres (y a algunos cientos de padres), a la mayoría muy superficialmente, a través de algunas breves entrevistas o de alguna carta. En general, de un origen y una clase social muy similares, y también con unas ideas generales sobre la crianza de los hijos muy parecidas (los padres que se acercan a mí son, sobre todo, aquellos a quienes han gustado mis libros). Y a pesar de eso son distintos. Completamente distintos en muchos aspectos, perturbadoramente similares en otros; y de estos otros rasgos comunes, no siempre es fácil saber cuáles son propios de los padres de hoy (de los padres españoles de clase media y media-baja de hoy) y cuáles son comunes a los padres de todo tiempo y lugar.

Y sin embargo, ¡cómo nos gusta clasificar y etiquetar a la gente como si perteneciera a un grupo, como si fueran todos iguales! Las madres de ahora y las madres de antaño; los varones y las mujeres, los alemanes y los esquimales, los adolescentes y las embarazadas... A veces, nuestros prejuicios son tan fuertes que tenemos previstas incluso las «excepciones que confirman la regla». Como los ancianos «tienen que ser» aburridos, pasivos, rutinarios y cascarrabias, el que lleva una vida activa es porque «tiene un espíritu joven». Quienes creen que los varones «tenemos que ser» brutos, maleducados, sucios y carentes de sentimientos no dudan en atribuirnos «un lado femenino» antes que renunciar a sus prejuicios.

De modo que no puedo hablar de «los padres de hoy». Solo de algunos, solo de modo muy general. Tal vez se sienta usted identificado con alguna de las cosas que digo, y le alivie (o le divierta) saber que a otros padres también les ocurre algo parecido. Tal vez descubra algo sobre sí mismo en lo que no se había fijado, o a lo que no había puesto nombre. Y tal vez lo que yo digo no tenga nada que ver con usted, y espero entonces que no crea mis palabras, que no caiga en la trampa de pensar que un desconocido, a kilómetros de distancia, sabe más sobre usted que usted mismo. Yo no le voy a decir cómo es usted, solo cómo parece (cómo me parece a mí) que son algunos padres que he conocido (superficialmente).

Las dudas

Las madres de ahora parecen tener muchísimas dudas, pero mi visión es muy sesgada, pues solo conozco a aquellas madres que acuden a mí para consultarme sus dudas. Tal vez haya miles, millones de madres sin dudas que crían tranquilamente a sus hijos con absoluta seguridad. Bien o mal, pero con seguridad. Porque son cosas distintas. El hacerlo bien o mal nada tiene que ver con las dudas. Puedes hacerlo muy bien y tener dudas, puedes hacerlo muy mal y tener dudas, y en la mayoría de los casos haces unas cosas bien y otras mal (y no estás muy segura de cuáles están bien y cuáles mal), y por supuesto tienes todavía más dudas.

En la mayoría de los casos, por si le sirve de consuelo, nadie puede saber si lo está haciendo bien o mal. No, no estoy defendiendo el relativismo moral; hay cosas que claramente están bien o están mal. Contarle un cuento, consolarlo cuando llora, escucharlo cuando habla, son cosas claramente buenas. Pegarle, insultarlo, ridiculizarlo, son cosas claramente malas. Pero ¿es malo un caramelo, es bueno un plátano, es mejor la ropa sintética o la de algodón, el pollo a la plancha o rebozado? ¿Hasta qué punto ayudarle con los deberes o participar en sus juegos, dónde está el lí-

mite entre «no hacerle caso» y «entrometerse demasiado»? Pues no lo sé, ni creo que lo sepa nadie, pero me temo que este párrafo, que tal vez tranquilizaría a otras personas, no hará más que aumentar las dudas de algunas madres.

Desconozco si las de antaño tenían más o menos dudas que las de ahora. Imagino que tendrían menos, y me baso para ello en dos consideraciones:

Primero, tenían más experiencia en el cuidado de los niños. Las familias solían tener más hijos. La mayor había visto a su madre cuidar a varios hermanitos (y había ayudado en su crianza). La pequeña había visto a sus hermanas cuidar a varios sobrinitos (y también había tenido que ayudar). La familia no era tan limitada como ahora («familia nuclear», la llaman, la formada únicamente por los padres y los hijos); podían convivir varias generaciones y varias ramas, varias madres con varios hijos.

Segundo, había menos diversidad cultural. No, no me refiero solamente a la inmigración, que también. Es que las costumbres dentro de un mismo país eran muy similares, y en una población pequeña eran casi idénticas. En cualquier aspecto de la vida. Todos los vecinos compartían una misma religión, una misma visión del mundo, una misma vestimenta, cocina y música. Sin Internet, sin televisión y con pocos libros, la mayor parte de la gente ignoraba no ya las costumbres de otros continentes, sino las de la comarca vecina.

Tal vez pertenezco a una de las últimas generaciones de niños criados con algunas de esas certidumbres. Cuando casi todas las madres hacían lo mismo con casi todos los niños. Misa los domingos, rezar las oraciones antes de acostarse, no poner los codos en la mesa, decir buenos días y buenas tardes, a la cama a las nueve... El niño que iba de visita a casa de un amigo se encontraba probablemente con las mismas normas; el niño que hacía algo «malo» podía ser reñido por cualquier adulto disponible.

Pero ahora la diversidad es infinita. Los padres no siempre hacen lo mismo que hicieron los abuelos; también pueden hacer todo lo

contrario. Pueden hacer lo que han leído en un libro, o lo que han visto por la tele, o simplemente lo que se les ocurre. Conocí, por ejemplo, a unos padres que intentaban educar a sus hijos con ideas sacadas del libro *El clan del oso cavernario*. ¡Una novela de ficción!

Nuestros hijos reconocen pronto esa diversidad entre familias, normas y estilos de crianza, e intentan obtener «lo mejor de cada casa». Y así surge el argumento definitivo en todas las discusiones: «Pues a Fulanita sí que la dejan».

Sospecho que las madres de antes tenían menos dudas, porque tenían experiencia en cuidar niños y porque todo el mundo hacía lo mismo. Y sospecho que, cuando tenían dudas, consultaban preferentemente con sus propias madres y suegras, con sus parientes y vecinas. Con otras madres con experiencia.

Pero ahora las madres tienen muchas, muchísimas dudas, y parece que se fían poco de otras madres. Tal vez porque ven a sus propias madres como irremediablemente obsoletas. Tal vez porque, al haber tantos estilos y métodos de crianza distintos, los consejos de alguien que usa otro método ya no te sirven. El caso es que ahora buscan respuesta en libros, en revistas, en expertos (pediatras, enfermeras, psicólogos, educadores...). Y al menos eso sí que son datos objetivos y demostrables: nunca antes había habido tantas revistas sobre niños en los quioscos, tantos libros de puericultura en las librerías, tantos psicólogos infantiles en escuelas y consultorios, tantos «controles del niño sano» en el pediatra. Si las madres de antes tenían dudas, o las consultaban en su entorno o se quedaban con las ganas.

La culpa

Aquí sí que no tengo la más mínima pista. ¿Siempre se han sentido culpables las madres, o son solo las de ahora?

El caso es que las madres de ahora se sienten enormemente culpables. Por lo que hacen, por lo que no hacen, por lo que hacen

pensando que está bien pero en el fondo saben que está mal, por lo que hacen aunque creen que está mal pero en el fondo saben que está bien.

Tal vez las dudas contribuyen a la culpa. Cuando todo el mundo criaba a los hijos igual, era más fácil pensar que estabas haciendo lo correcto. Ahora, con tantas opciones, es tan fácil equivocarse... De hecho, se podría demostrar matemáticamente que equivocarse es lo normal. Si hay dos opciones, y solo una es correcta, la posibilidad de acertar es una entre dos. Si hay doce opciones, la posibilidad de acertar es solo una entre doce. Por lo tanto, las madres casi siempre se equivocan. Y tienen la culpa de todo.

Hay dos fallos importantes en esta «demostración». Tal vez los mismos dos fallos que inconscientemente cometen las madres. Primero, es un error pensar que solo existe una forma correcta de criar a los hijos, y todas las demás son malas. En realidad, hay miles de formas igualmente correctas de criar a los hijos; y otros miles que, sin ser tal vez perfectas, son lo suficientemente buenas; y otros miles que vaya usted a saber si son buenas o no, porque no tenemos datos suficientes y hacemos lo que podemos. A lo mejor habríamos de hacer el razonamiento inverso: si hay doce formas de criar a los hijos, y solo una es mala, solo hay una posibilidad entre doce de equivocarse. Segundo, es un error pensar que las madres van a elegir al azar entre todas las opciones; las madres tienen una tendencia natural a elegir las opciones mejores. La mayoría de las madres lo hacen bien, y lo han hecho bien durante milenios; si no, no estaríamos aquí.

Insisto, no estoy predicando el relativismo moral. Hay muchas formas de criar bien a un niño, pero también se puede hacer mal. Casi todas las madres lo hacen bien, pero algunas lo hacen fatal (hay niños maltratados y abandonados). A veces es difícil saber si estamos haciendo bien o mal (¿Le compro el helado que me pide, o le explico que no es una comida sana? ¿Nos quedamos media hora más en los columpios, o vamos a casa porque empieza a refrescar? No, no son tonterías, es el tipo de cosas por las que se

sienten culpables muchas madres); pero también hay otras cosas que están claramente bien, o claramente mal.

El trato frecuente con madres le da a uno una especie de sexto sentido para evitar las trampas de la culpa. Intento no decir nunca «hay que hacer esto» o «no haga lo otro»; mis libros están llenos de «a veces...», «en ocasiones...», «conviene...», «puede ser útil...». Pero algunas madres parece que busquen la culpa como quien busca un tesoro, y consiguen encontrarla en cualquier sitio. Si digo que los niños suelen despertarse por la noche, ya hay alguna preocupada porque el suyo no se despierta lo suficiente. Intento consolar a las madres cuyos hijos lloran mucho con el argumento de que «su hijo la quiere mucho, por eso llora desesperado en cuanto usted se va un minuto», y las que tienen la suerte de que sus hijos no lloran empiezan a pensar que sus hijos no las quieren... ¡No, por favor, su hijo la quiere igual, lo que pasa es que lo expresa de otra manera!

Pero a algunos lo que les gusta, precisamente, es hacer que las madres se sientan culpables. ¡Eso permite tenerlas tan apocadas y sometidas! Y, sobre todo, ¡es tan fácil! Hay culpas clásicas, «si le coges en brazos no caminará nunca», «tienes que obligarlo a comer fruta, porque previene el cáncer de colon», «llora porque le pasas tus nervios con la leche», y también culpas «modernas» y «alternativas»: «si la niña tiene asma, es porque tú tienes un conflicto no resuelto con tu propia madre, porque tu madre “te ahogaba”». «Si tienes grietas en el pezón, es porque en realidad no quieres dar el pecho».

Probablemente la teoría culpabilizante más absurda y cruel que he oído (en labios de profesionales de la salud y la psicología) es la de que las cesáreas, o el uso de fórceps, o los partos largos y difíciles, se deben a que la madre, tal vez inconscientemente, no quería tener ese hijo, y por eso «se ha cerrado». Claro, y si en los países nórdicos tienen la tercera parte de cesáreas que en España no es porque los médicos lo hagan de otra manera, sino porque allí las madres no «se cierran» tanto...

Imagínese la situación: agotada tras horas de parto, asustada por lo que hubiera podido pasar, decepcionada por la cesárea, sintiéndose ya culpable por el «fracaso» (¿será que no me preparé lo suficiente, que no hice bien las respiraciones, que no aguanté bien el dolor, que no elegí el hospital adecuado?), con las hormonas revueltas y esa especie de tristeza que algunas madres sienten después del parto, alguien te dice que en el fondo no deseabas a tu hijo. Si haces examen de conciencia, ¿qué madre no encuentra algo? Tal vez querías quedarte embarazada después de las oposiciones, y te has adelantado. Tal vez en el día más caluroso del verano pensaste «qué rollo, con este calor y con esta barriga, toda sudada, ojalá lo hubiera tenido en invierno». Tal vez se te ha pasado por la cabeza que aquel viaje que tanta ilusión te hacía ya no lo podrás hacer en años. Tal vez hubieras preferido tener el segundo un poco más tarde, al menos que el primero ya durmiera de un tirón. Los días tienen muchas horas para pensar muchas cosas, y la maternidad despierta muchos sentimientos contradictorios, pero eso no significa que no queramos a nuestros hijos. Total, que el 90 % de las madres agachan la cabeza y rompen a llorar, convencidas de que, en efecto, la cesárea fue por su culpa, porque rechazaban a su hijo. Si alguna responde dubitativa «pues que yo recuerde, no lo he rechazado nunca», le dirán: «¿Ves? Es un rechazo inconsciente». Y para quien tenga los santos ovarios de dar un golpe en la mesa y gritar «¡Mentira, yo a mi hijo no lo he rechazado jamás!», también hay una respuesta definitiva: «¿Lo ves? ¡Estás haciendo una negación!». No se puede discutir con esa clase de gente.

En el otro extremo, algunas madres (y padres) usan la culpa como arma defensiva y argumento definitivo en cualquier discusión. Si dices, por ejemplo, que no hay que pegar a los niños, enseguida salta alguien «¿Qué pasa, acaso soy mala madre porque una vez le pegué una bofetada?». Y la acusación es tan terrible, ser «mala madre» es algo tan monstruoso, que ya no es posible la discusión racional, y solo queda la rendición incondicional: «No, claro que no eres mala madre por pegarle una bofetada». ¿Y por pegarle dos?

¿Y por pegarle cada día? ¿Y si además lo insulto? ¿Y si le hago sangre? ¿Dónde está el límite, si es que hay un límite? Pues no lo sé, ni me importa. «Perdona, no estoy hablando de si tú eres buena o mala madre. No soy quién para juzgar. De lo que estoy hablando es de si es bueno pegar a los niños. Y pegar a los niños no es bueno. Aunque a veces sea una buena madre la que lo haga».

La soledad

Los padres de ahora están, en general, más solos que los de antaño. Solos en el espacio, separados de otras personas que los puedan ayudar en la crianza de sus hijos, y solos en el tiempo, separados de las generaciones de padres que los precedieron.

El siglo xx ha visto la generalización de la llamada *familia nuclear* (y lo mismo que el núcleo atómico se rompe en una bomba nuclear, también este núcleo familiar se rompe por el creciente número de divorcios, con terribles consecuencias para los hijos). Hace apenas una o dos generaciones era todavía frecuente la convivencia con otras personas, abuelos o tíos.

Los abuelos, y especialmente las abuelas, siempre han colaborado en la crianza de sus nietos. Pero era una colaboración «en paralelo», en la que se compartían el trabajo, la responsabilidad y la mesa familiar. Siempre había algún adulto en la casa, de modo que la madre podía entrar y salir sin problemas y sin culpas, y el niño que encontraba a su madre momentáneamente ausente u ocupada podía recurrir fácilmente a otra persona. Había más gente disponible para contar un cuento, para coger en brazos, para responder a un «¿por qué...?». Hoy en día las abuelas participan muchísimo en el cuidado de los niños, tal vez en España más incluso que antes (debido a la ridícula brevedad de nuestros permisos de maternidad); pero se trata de una colaboración «en serie»; el niño pasa de la casa de los padres a la casa de los abuelos (o bien la abuela viene unas horas a la casa de los padres). La madre no ve lo que hace la abue-

la o lo que le ocurre a su hijo durante la mañana, la abuela no ve lo que hace la madre ni lo que sucede durante la tarde, el «relevo de la guardia» muchas veces apenas da tiempo para intercambiar algunas informaciones apresuradas («apenas ha comido, ha hecho caca dos veces, ha tenido unas décimas...»). Tanto la madre como la abuela están solas con el niño durante horas, sin posibilidad de apoyo ni respiro. Salir a la calle para cualquier cosa, ir al médico o a la peluquería, requiere a menudo una cuidadosa planificación previa, varias llamadas hasta encontrar a alguien que pueda quedarse con el bebé el jueves de diez a doce. Con niños pequeños, incluso ducharse o ir al lavabo pueden ser actividades complicadas. El niño que encuentra a su cuidador temporalmente ocupado, cansado o malhumorado (y sí, los adultos estamos a veces de mal humor) no puede recurrir a nadie más.

Pero no solo está la madre (y la abuela) aislada dentro de casa; también fuera. Antiguamente no había una diferencia tan grande entre estar «en casa» o «fuera de casa». Se hacía vida en los patios de vecindad y corralas, en las plazas y en las calles; las puertas estaban abiertas, la gente entraba y salía, las madres lavaban juntas la ropa en un lavadero comunal, o se sentaban juntas a coser o a pelar guisantes, mientras los niños iban y venían y los vecinos pasaban y saludaban. Todavía llegué a ver, a finales de los años sesenta, a vecinos del ensanche de Barcelona (manzanas cuadrículadas formadas por edificios de cinco a ocho plantas, la mayoría construidos en la primera mitad del siglo XX) que sacaban sillas a la acera y mantenían allí la tertulia, a la vista de todos. Hoy ya nadie hace esas cosas, al menos en las ciudades o en los pueblos grandes. Lo más parecido a charlar en una silla en la calle es la terraza de un café, pero eso no se hace delante de tu casa, no forma parte de la vida diaria. O estás en casa, o estás en otro sitio, la frontera está clara.

Cuando se hacía vida en la calle y los niños podían jugar sin temor a los coches, la responsabilidad (y el trabajo) de cuidar a los hijos se compartía (hasta cierto punto) con otras madres del

vecindario. Lo explica muy bien un antiguo refrán: «Al hijo de tu vecina, límpiale la nariz y mételo en tu cocina» (es decir, cuídalo y dale de comer).

La socialización de los niños (algo que siempre ha existido, aunque no tuviese nombre) se llevaba a cabo en el seno de la familia extensa y en el vecindario. Los niños se socializaban dentro de la sociedad. Se relacionaban con varios adultos (no solo con sus padres y profesores), y con niños de distintas edades (no solo sus hermanos o sus compañeros de clase). Participaban en la vida cotidiana de los adultos, observaban sus actividades y escuchaban sus conversaciones (en las que tal vez no les permitían participar, pero de las que pronto entendían más de lo que sus padres pensaban). Tan solo a finales del siglo xx nos han intentado convencer de que la mejor manera de socializar a un niño es separarlo de la sociedad y de la familia y ponerlo en una sala con otros diez niños que no hablan y con un adulto solitario (habitualmente una adulta) que solo dice cosas para niños.

La ausencia de otros familiares y la menor relación con los vecinos hace que muchas madres pasen largas horas solas en casa con un bebé. Como señala Gro Nylander en su libro *Maternidad y lactancia*, eso no es bueno para su bienestar psicológico. No es bueno que una persona adulta tenga que pasar horas y horas sin otros adultos con los que hablar, con la única compañía de un bebé.

Algunas madres están deseando que finalicen las raquíticas dieciséis semanas de la licencia maternal: quieren volver al trabajo porque «se les cae la casa encima». A la soledad y a la falta del estímulo intelectual que trae el contacto con otros adultos se unen una serie de prejuicios y consejos que impiden a la madre disfrutar de su hijo. Siempre te prohíben las cosas divertidas: «No lo cojas en brazos, que se malcría», «No le hagas caso cuando llora, que te toma el pelo»... Nadie te dice «No friegues los suelos, que se malacostumbra», «No le laves la ropa, o se la tendrás que lavar toda la vida».

Es conveniente que la madre tenga otras actividades y otras relaciones, además de cuidar a un bebé. El problema es que hoy en

día mucha gente lo plantea como cosas incompatibles: «tienes que dejar al bebé con otra persona para tener tiempo para ti». Nuestras bisabuelas no iban al gimnasio, a la piscina ni al cine; podían relacionarse con sus familiares y vecinas sin necesidad de dejar al bebé con nadie. Actualmente, los grupos de lactancia (vea una lista en www.fedalma.com) y otras asociaciones de madres ofrecen la posibilidad de realizar actividades con otros adultos sin necesidad de separarse de los niños.

Dice un refrán africano que «para criar a un niño hace falta toda una aldea». A diferencia de otros mamíferos, que alcanzan la edad adulta en semanas o meses, nuestros hijos necesitan cuidados, atención, educación y protección durante más de quince años. Más de treinta, hoy en día. Es difícil que una madre sola pueda proporcionar todos esos cuidados, siempre ha hecho falta la colaboración de toda la tribu.

Lo que ha cambiado mucho en décadas recientes es la estructura de esa tribu. Antes estaba formada por familiares y vecinos. Solo los niños mayores iban a la escuela; yo mismo no empecé hasta los cinco años (e incluso el ir a la escuela es bastante reciente, cuestión de pocos siglos). Hoy en día, muchos niños se escolarizan en España antes del año, y otros son cuidados en su casa por personas pagadas, por canguros y niñeras que no son miembros de la familia.

En dos puntos importantes se diferencian estos nuevos cuidadores de los antiguos: primero, ya no están al lado de la madre, apoyándola, sino que substituyen a la madre ausente. Segundo, permanecen junto al niño durante muy poco tiempo.

Antiguamente, es cierto, los niños ricos eran cuidados muchas veces por una niñera o por una nodriza. Esas personas solían permanecer largo tiempo en la familia, los niños establecían con ellas un firme vínculo afectivo, una relación de apego. En la literatura del siglo XIX es frecuente la figura de la «antigua nodriza» o la «vieja criada», a la que el adulto protagonista visita, respeta y pide consejo.

Hoy en día, en cambio, los cuidadores externos a la familia, las maestras de guardería o las canguros ocasionales, no establecen, no pueden establecer una relación de apego con el bebé. A veces pasan más horas al día con el bebé que la propia madre (si descontamos el tiempo que pasa dormido), y casi siempre tienen más contacto que las abuelas. Pero la intensidad del vínculo no es, no puede ser la misma. La maestra de la guardería tiene que protegerse contra el peligro de establecer una intensa relación afectiva con los bebés a su cuidado, porque de lo contrario cada final de curso sería para ella como para una madre perder a sus hijos. El niño mantendrá una fuerte relación de apego con sus abuelos, y un vínculo afectivo más débil con tíos y otros familiares; permanecerá en contacto (más o menos frecuente) con esas personas durante toda la vida. Pero la maestra, tras uno o dos años de intensísimo contacto, desaparece de su vida por completo; no llamará a los cinco años para preguntar cómo le va, no acudirá a los cumpleaños, no vendrá por Navidad.

¿Y el bebé? ¿Consigue él también protegerse, no estableciendo una relación de apego con su cuidadora? ¿O establece un fuerte vínculo, y a final de curso sufre la pérdida de un ser querido? No lo sé.

En otro aspecto, decía, están solos los padres de hoy, y es en su falta de contacto con los padres de otras generaciones.

En casi cualquier ocupación humana, los novatos están en continuo contacto con otras personas con más experiencia. Tanto si entras a trabajar en un despacho de abogados como en una peluquería, alguien que lleva allí cinco o diez años te enseña lo que tienes que hacer, bajo la lejana supervisión de otros que acumulan veinte o treinta años de experiencia. Pero los padres suelen tener poco contacto con quienes fueron padres diez o quince años antes que ellos. Tienen contactos sociales o laborales, por supuesto, pero no suelen hablar con ellos sobre la crianza de los hijos.

De esos temas, los padres suelen hablar con otros padres de la misma quinta. Los que conocieron en los cursillos de preparación

al parto, los que encuentran cada día en el parque o en la puerta de la guardería o de la escuela, los que animan al mismo equipo deportivo infantil... Padres de tu misma generación, y tus propios padres, que lo fueron hace veinticinco o treinta (o más) años y que tal vez te parecen (erróneamente) increíblemente antiguos y poco fiables. En medio, un gran vacío.

Faltos de contacto con los que fueron padres hace solo una década, y desconfiando de los que lo fueron hace más de dos, los padres tienden a creer que lo que ven hacer a ese puñado de amigos y conocidos es «lo que hacen todos», o incluso «lo que siempre se ha hecho». No son conscientes de que los padres hacían cosas muy distintas hace unos años, o de que en otros países (incluso en otros barrios de la misma ciudad) otros padres hacen cosas muy diferentes. Algunos ejemplos:

La escolarización temprana. Hay quien cree que los niños necesitan ir a la guardería porque solo así «se socializarán», «adquirirán hábitos» o «se soltarán a hablar». He conocido a madres que, estando en paro, hacen un gran esfuerzo económico para pagar una guardería porque creen que su hijo lo necesita, y a otras que, temiendo que el no haberlos llevado pueda afectar al desarrollo o a la inteligencia de sus hijos, buscan información sobre «actividades» y «fichas», quieren dar «clases» en el hogar a niños de uno o dos años. No saben que hasta hace unos cuarenta o cincuenta años casi ningún niño iba a la guardería; yo mismo, como dije antes, empecé el cole a los cinco. Y ya ven, aprendí a hablar, adquirí hábitos (algunos no muy buenos, pero hábitos al fin y al cabo), fui a la universidad. Hoy en día, muy pocos niños finlandeses o alemanes van a la guardería antes de los tres años.

Los purés. Cuando digo a las madres que pueden dar a sus hijos comida a trozos desde los seis meses, que no hace falta triturar los alimentos, muchas se quedan asombradas y asustadas. ¡Se va a ahogar! ¡Qué cosa más nueva, más inaudita, no dar purés! ¡Si toda la vida los bebés han comido purés! Pues no. Yo no comía purés, ni los otros niños de mi generación. Recuerdo el día

en que mi madre se compró la primera batidora eléctrica, recuerdo la ilusión que le hizo desempacar los componentes, el soporte para la pared, las instrucciones de uso en tres idiomas, las cuchillas intercambiables (una para hacer purés, otra para hacer mayonesa, ¡y una especial para montar claras a punto de nieve!). Lo recuerdo porque yo tenía siete años. Antes de eso, mi madre usaba el pasapurés de manivela, que ni siquiera era de acero inoxidable. Después de cada uso había que limpiar cuidadosamente los restos enganchados en el muelle, secarlo bien y untarlo con aceite para que no se oxidase. Mi madre odiaba aquel aparato, estaba semanas sin usarlo; cuando yo era bebé seguro que no me preparaba tres purés al día (y en todo caso, no hubieran quedado completamente líquidos, como los de la batidora eléctrica, sino grumosos). Hasta los años sesenta, los bebés no comían alimentos triturados, sino cortados en trocitos o aplastados con el tenedor.

La redecilla antiahogo. Para poner la fruta dentro y que el niño la chupe sin peligro. Para que la peligrosa fruta asesina no ataque a nuestros hijos, que se lo pueden llevar todo a la boca..., todo menos la comida, faltaría más. Me enteré de su existencia hace unos tres años porque me lo contó una madre. Ya ven, pediatra durante más de veinte años, padre de tres hijos veinteañeros, y sin saber que existía la redecilla antiahogo. Es más, estoy aceptablemente seguro de que no existía. ¡Vivíamos peligrosamente! Claro, con ese nombre, «antiahogo», y cuando «todo el mundo la usa», ¿qué padre dejaría que se ahogara su hijo por ahorrarse unos euros? Creo que voy a patentar la boina antimeteoritos y los zapatos antiterremoto.

El comedor escolar. Otra cosa que se ha vuelto imprescindible, hasta el punto de que algunos creen que solo en él aprenderá el niño a comer. Pues hace cuarenta años, quedarse a comer en el cole era algo rarísimo, en mi clase solo se quedaban cinco o seis niños de casi cincuenta. Los demás íbamos a casa, comíamos con nuestros padres y volvíamos a la escuela por la tarde.

La edad

En esto, al menos, sí que tengo un dato objetivo y una diferencia real. Lo dicen las estadísticas: hoy en día las mujeres tienen su primer hijo, por término medio, a una edad más avanzada que sus madres y abuelas. Eso tiene sus ventajas y sus inconvenientes. Me temo, y créame que no me gusta decir cosas que puedan molestar a mis lectoras, que tiene más inconvenientes que ventajas.

Las causas para este retraso son muchas y variadas, y en cada caso habrá unas causas distintas.

Influye, tal vez, la esperanza de vida. Cuando nuestros antepasados raramente pasaban de los cuarenta años, no podían dejarlo todo para el último momento.

Influyen, muy probablemente, consideraciones económicas y laborales. En cierta clase social, hay que esperar a acabar la carrera (e, incluso aprobándolo todo, las carreras ya se acaban dos años más tarde que en mis tiempos, por los sucesivos alargamientos del plan de estudios de bachillerato). Hay que acabar el máster. Hay que acabar la especialidad. Hay que preparar las oposiciones. Hay que encontrar un trabajo fijo y bien pagado. Hay que comprar un piso. Y estas dos últimas cosas se han vuelto tan inasequibles; tan escasos los puestos de trabajo y tan caros los pisos que parece que no llegas nunca. Hace un siglo, eran casi exclusivamente los varones los que tenían estas preocupaciones. Muchos no se casaban hasta tener una sólida posición; una vida, si no resuelta, al menos encaminada. Hombres hechos y derechos se casaban con chicas mucho más jóvenes, pues ellas no tenían que acabar ninguna carrera. Una situación que ambos podían ver como ventajosa: él obtenía una esposa joven y sana, capaz de darle hijos; ella un marido responsable y bien situado, capaz de alimentar y proteger a su familia. Pero ahora las parejas suelen ser mucho más similares en edad, en nivel de estudios y en aspiraciones profesionales. Ahora, los dos esperan a estar establecidos en la vida. A veces, hasta el último momento.

Además de la cuestión laboral, probablemente las actitudes y prioridades también contribuyen al retraso de la maternidad. En apenas unas décadas, nuestra sociedad parece haber llegado a creer que tener hijos no es importante, o que se puede dejar para el último momento.

Hubo un tiempo en que «formar una familia» o «casarse y sentar cabeza» se consideraba el principal objetivo en la vida del individuo. Yo mismo fui a la universidad con el firme propósito de buscar esposa, y de paso estudiar medicina. Pero me temo que ya entonces estaba bastante anticuado. El matrimonio, que había sido un sacramento, empezaba a verse como unas cadenas. Los hijos, que en un tiempo eran «bendiciones», pasaron a considerarse «ataduras». El principal objetivo de la vida pasó a ser «realizarse», que nunca he sabido muy bien qué significa (al principio, en los setenta, se especificaba «realizarse como persona»). Por lo visto, uno puede realizarse siendo médico, ingeniera, cartera o peluquero, futbolista, alpinista o bailarina, pero no teniendo hijos. Si cuidas, alimentas y educas a los hijos de otros, puedes ser una «mujer realizada», pero si cuidas, alimentas y educas a tus propios hijos, no eres más que una maruja.

Decía que el aumento de la edad de las madres tiene ventajas e inconvenientes. Las madres de ahora son más maduras, tienen más experiencia de la vida, más estatus social. Son más capaces de buscar información y tomar sus propias decisiones, de mantenerse firmes ante las críticas y las presiones de familiares, vecinos y profesionales, de valorar los consejos que reciben y rechazar los que no les parecen razonables.

Pero, por otra parte, la diferencia de edad entre padres e hijos aumenta. Y el cuidado de los niños exige una buena dosis de esfuerzo físico, de llevar pesos, arrastrarse por el suelo, correr y saltar y levantarse a media noche. Más adelante, en la adolescencia, los padres también están más lejos de su propia juventud, y con los rápidos cambios en modas y costumbres, les puede resultar más difícil entender el mundo de sus hijos.