

Carlos González es el pediatra al que miles de familias españolas y del mundo de habla hispana miran cuando se enfrentan a la posibilidad de cambiar los paradigmas sociales que se refieren a la crianza de sus hijos. Hoy publicamos su entrevista para Bebés y más.

Carlos González, también, es un activo conferenciante y participa en medios de comunicación concediendo entrevistas y respondiendo a consultas, siempre con su estilo personal, directo y contundente. Pero sobre todo con la seguridad que da el conocimiento sobre los temas a tratar.

Bebés y más ha disfrutado de la oportunidad de abrir nuestro ciclo de entrevistas precisamente con él y, puesto que nos hemos visto inundados con muchas preguntas, hemos tratado de resumir nuestras inquietudes y las de los lectores, sin olvidar que, muchas de las preguntas que nos habéis hecho referidas a casos concretos, deberemos tratar de responderlas en el futuro y ofrecer así a los lectores, un espacio interactivo, participativo y que responda mejor a vuestras inquietudes.

Carlos es padre además de pediatra. La paternidad es uno de los temas que hemos querido hablar con él.

¿Ha cambiado el ser padre sus ideas iniciales como pediatra?

No exactamente, porque fui padre antes de ser pediatra. Ser padres ha cambiado mis ideas como ser humano, algunos absurdos prejuicios que compartía con la mayor parte de la sociedad por haberlos oído desde pequeño.

Los pediatras estudiamos el diagnóstico y tratamiento de la neumonía o de la meningitis y ese tipo de cosas, pero normalmente no estudiamos ni nadie nos explica dónde ha de dormir un niño, si hay que cogerlo en brazos, si se lo tiene que comer todo o cómo hay que criarlo y educarlo.

Y sin embargo los padres insisten en preguntarnos esas cosas. Deben comprender que las

ideas de un pediatra sobre esos temas no suelen venir ni de la facultad de medicina ni de los libros científicos que ha leído, sino de la sociedad en la que vive y de su tradición familiar.

¿Cuál cree que debe ser el papel del padre en la lactancia y en la crianza?

¿Y cuál ha de ser el papel de la madre? Nunca me lo ha preguntado nadie. Y en cambio, muchas veces me han preguntado por el papel del padre. Mosquea un poco. ¿Qué pasa, que las madres tienen libertad y capacidad para decidir lo que hacen, pero los padres somos tan tontos que nos hemos de ceñir a un papel? Que cada padre haga lo que crea conveniente.

Carlos, como os explicaba al comienzo del artículo, no se anda por las ramas pero no pretende indicar a nadie como debe vivir.

Llegamos a un punto en el que sabemos que tiene una postura muy clara y que no todos comparten: la vacunación. Carlos en numerosas ocasiones lo hemos leído defendiendo la vacunación oficial y señalando que no hay ninguna razón científica demostrada que avale que los posibles efectos secundarios sean más dañinos que abandonar la actual política. Es más, sabemos que trabaja en una obra al respecto.

¿Cuándo estará terminado su esperado libro sobre vacunación?

Faltan unos meses. Pero mientras tanto, un anticipo: no se dejen engañar, y vacunen a su hijo según el calendario oficial de vacunaciones.

La lactancia materna es uno de los temas en los que se acude a él para pedirle orientación. Durante muchos años los mismos profesionales han señalado la baja incidencia de la lactancia materna en nuestro país y muchos grupos de apoyo, coordinados con ellos, han realizado una intensa labor de información y apoyo.

¿Por qué la tasa de lactancia en España es tan baja?

Bueno, en realidad, aunque no hay estadísticas, tengo la sospecha de que ya no es tan baja. Ha aumentado mucho en los últimos años.

La introducción de la alimentación complementaria es una de las mayores preocupaciones de los padres, que se llegan a encontrar que sus bebés no comen las cantidades que se les recomienda o rechazan determinados alimentos y preparaciones. Asimismo, la edad de la introducción de estos alimentos complementarios a la leche, viene acompañada de recomendaciones diferentes de cada centro, o de un inicio previo a los seis meses que recomienda la OMS.

¿Cómo actuar ante esto? ¿Realmente que debe comer un bebé y cuando hay que comenzar a ofrecerle otros alimentos adicionales a la leche? A pesar de las pautas generales la casuística es muy variada y hemos querido pedirle una orientación general que nos tranquilice.

¿Cuándo hay que comenzar a dar algún alimento que no sea leche a los bebés?

Conviene empezar a ofrecerles otros alimentos a partir de los seis meses. Ofrecer, que no es lo mismo que “enchufar”. Alimentos normales, comida decente, sin triturar, y permitiendo que ellos mismos la agarren y se la lleven a la boca.

El mantenimiento de la lactancia no siempre es sencillo para las madres que la desean realizar. Sin embargo nuestra sociedad no está preparada para darles respuestas y se encuentran con un destete prematuro, una lactancia difícil y sensaciones de soledad e incomprensión.

¿Dónde puede acudir una madre que desea continuar su lactancia y tiene problemas o dudas?

A un grupo de madres (www.fedalma.org). A amigas y familiares que hayan dado el pecho. También hay cada vez más profesionales de la salud con conocimientos para apoyar a las madres en cuestiones de lactancia.

Cuando tenemos un bebé sus caquitas es una de las cosas que los padres observamos con mayor inquietud. Los bebés lactantes no siempre hacen deposiciones a diario, incluso pasan varios días sin hacerlas.

¿Qué es estreñimiento en un lactante y cuando deben preocuparnos los cambios en sus heces?

El estreñimiento, lo mismo que en un adulto, consiste en hacer bolas duras. Los bebés con lactancia materna exclusiva suelen hacer caca blanda, pero a veces sólo hacen cada varios días (o semanas).

Y la edad del destete, vaya problema, incluso para quienes han llegado a los dos años que recomienda como mínimo la OMS. El comentario habitual es que la leche materna ya no alimenta o no sirve para nada, y eso puede inducir a errores si se hace caso de esos comentarios.

¿Qué aporta la leche materna a los niños después de los dos años?

Pues lo mismo que antes: proteínas, lípidos, lactosa, vitaminas, calcio, inmunoglobulinas, hormonas, enzimas... cientos de ingredientes.

Las madres que dan el pecho y tienen un segundo embarazo se encuentran aquí con una nueva barrera, el consejo generalizado del destete por presuntos peligros para el nonato. Las razones para no dar el pecho en el embarazo o hacer tandem son personales, pero hemos querido preguntarle si hay algo de cierto en los peligros para el bebé que está en el vientre. Carlos, aquí, es contundente.

¿Hay contraindicaciones médicas para dar el pecho estando embarazada?

No

Asimismo, y siguiendo con la lactancia, nos encontramos a menudo con madres preocupadas por la intensidad de la demanda de los niños, temiendo que su leche no sea buena o que el niño pueda empacharse. La recomendación general de los expertos es hacer lactancia a libre demanda, día y noche, para mantener una producción y una nutrición del bebé adecuadas.

Las viejas normas de dar el pecho cada tres horas o no dejar que mamen más de 10 o 15 minutos están sobradamente descartadas, pero siguen teniendo vigencia social.

Así que de nuevo le preguntamos y nos encontramos con una respuesta igual de contundente, sin matices pues es este tema no los hay.

¿Hay que poner algún horario al pecho?

No

Llegamos a la educación y la crianza, en las que se usan y se promocionan métodos conductistas que pretenden modificar el comportamiento natural de los niños mediante la imposición de pautas.

Cuando yo leo sobre ellos me escalofrió pensando es que quienes los aplican, y que lo hacen pensando además sin duda en el bienestar de sus hijos, se sentirían muy diferentes si, llegados a la ancianidad o a la imposibilidad de valerse por si mismo, los recibieran.

¿Qué opina en general de los métodos conductistas en la crianza de los niños?

No deberíamos usar con los niños métodos que no nos gustaría que nos aplicasen a nosotros mismos.

Y para terminar el gran tema pendiente de nuestra sociedad, la tan repetida conciliación, que supone que, madres y padres deben delegar muchas de las horas de la crianza de sus hijos en terceros o en instituciones, para poder trabajar. Los gobiernos presumen de las plazas de guardería que crean, pero dejan un poco de lado medidas que permitan que la supervivencia económica y el acceso al trabajo no entren en contraposición con la necesidad de las familias de crecer unidas y pasando más tiempo juntos.

Se nos propone que la mejor medida de conciliación es la guardería ¿es la mejor opción para los niños?

¿Qué medidas ayudarían a mejorar verdaderamente la conciliación laboral?

Conciliar la vida familiar y laboral quiere decir, debería querer decir, “hacer las dos cosas a la vez”. Como la madre africana que trabaja la tierra o vende en el mercado con su hijo a la espalda. Como nuestros bisabuelos, que ayudaban a sus padres en el campo o en el taller desde la infancia. Pero en nuestra sociedad hemos separado completamente la vida familiar y la laboral, no permitimos que los bebés ni los niños mayores entren en fábricas y oficinas. La guardería no es una medida de conciliación, sino la consecuencia de esa falta absoluta de conciliación: “deje el niño aquí antes de ir a trabajar”.

Hace siglos, un niño y acompañaba y ayudaba a sus padres en sus labores cotidianas, y probablemente aprendía y heredaba su oficio. Hoy no sabemos ni lo que hacen nuestros padres. Mi padre trabajó para pagarme la universidad, pero yo jamás pisé la oficina en que él trabajaba, jamás supe qué hacía él allí durante toda la mañana, jamás me dijo “hazme estas fotocopias, ve al archivo a buscar tales papeles...”, ni siquiera sé si donde él trabajaba había un archivo o una fotocopidora.

Si queremos volver a conciliar trabajo y familia, deberemos cambiar completamente nuestro sistema productivo. Y si no, si optamos por seguir considerándolos inconciliables, pues tendremos que seguir eligiendo: o trabajas, o haces vida familiar.

Con esto terminamos. Hemos dado un repaso a los temas en los que Carlos González es un referente y esperamos que nuestros lectores disfruten con el fruto de nuestro trabajo tanto como nosotros hemos disfrutado realizándolo.

Nuestra próxima entrevista versará sobre otra de las cuestiones que más interesan a los lectores de Bebés y más, el parto, especialmente la fisiología del proceso y las ventajas e inconvenientes de una medicalización excesiva.

Mireia Long