

LA LIBRETA ROJA

LOS 100 TIPS DE PATERNIDAD
QUE TODO BEBÉ DEBERÍA TRAER BAJO EL BRAZO

Carlos Escudero · Cristina Torrón



LA LIBRETA ROJA

LOS 100 TIPS DE PATERNIDAD
QUE TODO BEBÉ DEBERÍA TRAER BAJO EL BRAZO

Carlos Escudero · Cristina Torrón



© de los textos, Carlos Escudero, 2018
unpapacomovader.com

© de las ilustraciones, Cristina Torrón, 2018
cristinatorron.com

© Editorial Planeta, S. A., 2018
Lunweg es un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.
Avenida Diagonal, 662-664 - 08034 Barcelona
Calle Josefa Valcárcel, 42 - 28027 Madrid
lunweg@lunweg.com
www.lunweg.com
www.facebook.com/lunweg
http://twitter.com/Lunwegfoto

Diseño del interior: Cristina Torrón
Compaginación: Lunweg

Primera edición: febrero de 2018
ISBN: 978-84-16890-60-6
Depósito legal: B-24578-2017
Imprime: Egedsa

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal). Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Impreso en España

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

ÍNDICE

PRÓLOGO, POR MÓNICA DE LA FUENTE 10

1. ESTE LIBRO NO ES UN MANUAL 14
2. ENCONTRAR EL MOMENTO FUSIÓN (SÍ, ROLLO "BOLA DE DRAGÓN") PARA DECIDIR TENER HIJOS 16
3. NUNCA Y SIEMPRE ES UN BUEN MOMENTO PARA SER PADRES 18
4. ¿"FOREVER YOUNG"? ¿TÚ ESTÁS SEGURO? 19
5. TENER HIJOS NO ES COMO EN LAS PELIS "TEENAGERS" DE LOS OCHENTA 20
6. TUS TERRORES FAVORITOS 22
7. "CARIÑO, ¿TE ENCUENTRAS BIEN?" 24
8. MASACRE EN EL PAÍS DE LOS UNICORNIOS PERDIDOS 25
9. EL PUTO PETER PAN 26
10. BREVE LISTADO DE PELÍCULAS QUE NO DEBES VER CON TU PAREJA ESTANDO ELLA EMBARAZADA 28
11. LA LISTA INTERMINABLE 31
12. "¡ESTAMOS EMBARAZADOS!" HAY QUE DECIRLO MÁS 32
13. EL PADRE KARRAS NO TE VA A SALVAR 33
14. LA FRASE DE LOS COJONES... 34
15. SI ESTOS CABRONES FUERON PADRES, TÚ TAMBIÉN PUEDES SERLO 35
16. "¡NI LIBRETA NI LIBRETO!" (Y MENOS ROJA) 36
17. ¿YA ESTÁS PREPARADO PARA SER PADRE? 39
18. LAS CLASES PREPARTO 40
19. EL SUELO PÉLVICO: ESE MITO VIVIENTE 42
20. EL AMIGO CABRÓN 43
21. LA INFORMACIÓN ES PODER 44
22. TIP GRANDILOCUENTE AL MÁS PURO ESTILO GURÚ, PERO SIN SERLO 45
23. LAS SIETE MARAVILLAS DEL MUNDO 46
24. PELIGROS INFERNALES EN LA CRIANZA DEL SIGLO XXI: LA "CREEPY MUM" 48
25. ACEPTA TU MOCHILA 50

26. LAS HORMONAS SON TUS AMIGAS 52
27. UNA SOPA DE LETRAS ES LA RESPUESTA, YA LO DIJO JOHN LENNON 54
28. LOS OPINÓLOGOS ARDERÁN EN EL INFIERNO 55
29. KIT ENTRAÑABLE DE SUPERVIVENCIA PARA EL PADRE MODERNO (O NO) 58
30. LOS GURÚS A VECES MOLAN, PERO A VECES NO 60
31. LOS ANTOJOS NO SON UN MITO. COMPRUÉBALO CON ESTE LABERINTO, PERO SIN MÚSICA DE BOWIE 62
32. SOIS LOS PRIMEROS PADRES DE LA PANDILLA... SE SIENTE 64
33. EL EMBARAZO SE CUENTA POR SEMANAS. EXACTO, UN PUTO LÍO 66
34. SIEMPRE QUISISTE SER COMO JORDI DE "ART ATTACK" 68
35. ELIGE TU PROPIA AVENTURA. PERDÓN..., ¡PATERNIDAD! 69
36. ESCONDE TUS COSAS COMO SI FUESEN EL ARCA PERDIDA 70
37. TOC A TOPE 72
38. PERO ¿BRAXTON NO ERA CANTANTE? 73
39. HAZTE UN BLOG O CALLA PARA SIEMPRE 74
40. ¡RESPIRA!, COMO DIRÍA MÍRIAM TIRADO 76
41. PAPÁ, TE PRESENTO AL MECONIO 77
42. EL PARTO, ESE GRAN DESCONOCIDO 78
43. SÉ KEVIN COSTNER PARA ELLA (EL DE "EL GUARDAESPALDAS", NO EL DE "WATERWORLD") 80
44. PERSONAS QUE TE ENCONTRARÁS EN LA SALA DE ESPERA EN EL PARTO DE TU BEBÉ 81
45. "EL SEXTO SENTIDO" 82
46. LACTANCIA MATERNA Y BIBERÓN, O, LO QUE ES LO MISMO, PREPARA EL BOL DE PALOMITAS A LO GIF DE TWITTER DE MICHAEL JACKSON 83
47. EL MARAVILLOSO MUNDO DE LA CUARENTENA 84
48. EL POSPARTO DEBERÍA LLAMARSE "CUARTO TRIMESTRE", Y LO SABES 86
49. BREVE EXPLICACIÓN DEL COLECHO (ESA PALABRA QUE SUENA A "LECHO DE MUERTE") 88
50. SI EL NIÑO LLORA, ¿A QUIÉN LLAMARÁS? (VENGA, DILO, QUE LO ESTÁS DESEANDO: "¡A LOS CAZAFANTASMAS!") 90
51. ASÍ TE VEN LOS DEMÁS 92

52. "NO DORMIR LE PUEDE HACER MILLONARIO. ¡PREGÚNTEME CÓMO!" 93
53. "¡TIENES MALA CARA!" 94
54. ESPECIAL "VA DE LISTAS", EL PROGRAMA DE TELE7 QUE VA DE LISTAS, CLARO 96
55. TU HIJO NO ES LA BOLA LOCA 98
56. REBÉLATE CONTRA EL "EFECTO PICHA" 99
57. FRASES MOLONAS QUE TE PUEDEN AYUDAR EN EL CAMINO DE LA PATERNIDAD Y QUE TE TIENES QUE GRABAR A FUEGO COMO EN AQUEL ANUNCIO DE HAMBURGUESAS 100
58. COLECCIÓN "GOLDEN" DE FRASES ESTÚPIDAS QUE TE DIRÁN ESOS AMIGOS TUYOS QUE TIENEN MÁS EMPATÍA POR UN FÓSIL DE COLECCIÓN DE FASCÍCULOS QUE POR TU BEBÉ 102
59. CAMBIAR PAÑALES COMO SI NO HUBIERA UN MAÑANA 104
60. PON UNA TETA EN TU VIDA 106
61. LA CULPA DE TODO ¡LA TIENES TÚ! (BUENO, Y YOKO ONO) 109
62. LOS NIÑOFÓBICOS 110
63. EL PEOR DÍA DE TU VIDA 112
64. PELÍCULAS MOLONAS SOBRE EL MUNDO DE LA PATERNIDAD 114
65. FRASES DIABÓLICAS QUE SE TE PASARÁN POR LA CABEZA (Y QUE QUIZÁ DIGAS EN ALGÚN MOMENTO) Y ALTERNATIVAS MÁS DULZONAS 116
66. ¿DE QUÉ HABLAN LOS PADRES DE HOY EN DÍA? 118
67. LA CONCILIACIÓN, OTRO MITO 120
68. ANIQUILAR AL PADRE MOLÓN 122
69. SEXO EN PAREJA DESPUÉS DE TENER UN HIJO 124
70. TEST SOBRE DIBUJOS ANIMADOS DE LOS OCHENTA PARA QUE TE DES UN MEREcido DESCANSO 126
71. EL DÍA EN EL QUE ENTENDERÁS A TU PADRE 128
72. LAS DIFERENCIAS ENTRE UN PADRE Y UN HOMBRE ENTRAÑABLE QUE NO LO ES 129
73. MANERAS DE IR CON EL PEQUE A LOS SITIOS 130
74. TRUCOS INFALIBLES PARA DORMIR A TU HIJO 134
75. BAJO NINGÚN CONCEPTO IDEÁLICES UNA SALIDA EN FAMILIA 136
76. EL SUBMARINO (NO, HIJO, NO ES EL AMARILLO) 137

77. RABIETAS DE MIERDA 138
78. VIAJAR CON NIÑOS ES UNA EXPERIENCIA RELIGIOSA 140
79. CONSEJOS BÁSICOS PARA LAS COMIDAS FUERA DE CASA 141
80. GRUPOS DE WHATSAPP DESDE QUE ERES PADRE 142
81. TU VIDEOCLUB 144
82. AQUÍ, EL ÚNICO QUE PUEDE JUZGAR ES EL JUEZ DREDD 146
83. NO, TU HIJO NO ES UN "CAMPEÓN" 147
84. EL CLUB DE LOS AMIGOS ENFADADOS 148
85. LA MERIENDA DE UNA PIEZA 150
86. EL PARQUE O, LO QUE ES LO MISMO, "WELCOME TO THE JUNGLE!" 152
87. LAS PELÍCULAS DE TU HIJO 154
88. ¡PIOJOS "EVERYWHERE"! 156
89. GLORIOSOS MOMENTOS EN LOS QUE TU HIJO SE PONDRÁ MALO 158
90. TE LO VA A CONTAGIAR ABSOLUTAMENTE TODO 160
91. COSAS RARAS QUE HACEN LOS NIÑOS Y POR LAS CUALES NO DEBES PREOCUPARTE 162
92. EVITA ESA RABIETA Y, POR DIOS, ENCUENTRA EL MALDITO MUÑECO QUE ACABA DE PERDER EN EL PARQUE 164
93. TODO LO QUE SIEMPRE QUISISTE SABER DE UNA FIESTA DE CUMPLEAÑOS CON NIÑOS TE LO CUENTO YO... 166
94. MOMENTOS EN LOS QUE TU HIJO TE INTERRUMPIRÁ 168
95. TU CASA SE CONVERTIRÁ EN UN TOYS "R" US... QUE LO SEPAS 170
96. HERMANOS: CELOS Y MOTIVOS POR LOS QUE SE PELEAN 172
97. RATAS CON ALAS 174
98. EXTRAESCOLARES EXTRAORDINARIAS, UN LUGAR LLENO DE PADRES "HOOLIGANS" 175
99. COSAS QUE HAS APRENDIDO (O NO) CON ESTE LIBRO 178
100. PARA MÍ, SER PADRE ES... ¿Y PARA TI? 180

I. ESTE LIBRO NO ES UN MANUAL

Tampoco una guía, ni un libro de autoayuda, ni tu salvación en el caótico mundo de la paternidad. Lo siento, muchacho, tu gozo en un pozo. Así que, si pretendías convertirte en el mejor padre del mundo mundial a mi costa, ya puedes buscarte otros libros de gurús de la crianza que muy probablemente te ayudarán más (o no) que un servidor.

También debo decirte que el carnet de padre no lo puedes conseguir en ninguno de estos sitios:

- En la feria, junto al perrito piloto, los juguetes de plástico que se rompen con solo mirarlos y los muñecos imitación Disney. (Desde aquí un saludo a mis amigos feriantes.)
- Por internet. Sí, ya sé que en internet se encuentra de todo, pero esto no. Se siente.
- Enterrado, rollo “En busca del arca perdida”. Y, si así fuese, lo encontraría Belloq antes que tú.
- Por herencia de tía Ágata. No, recuerda que ella te dejó en herencia aquel mantel roñoso del siglo XIX. Qué maja ella...

Para conseguir el carnet de padre, “solo” tienes que ser padre. Y si yo he podido serlo, me da a mí que tú también.

Si prefieres ir a ver una película iraní o enterrarte vivo antes que leer este libro, sin rencores, de verdad. Pero si, por el contrario, acabas de quemar en la barbacoa con tus amigos (barbacoa que muy probablemente sea la última en mucho tiempo) los libros de todos los gurús molones de la crianza, ¡yo soy tu hombre! O, mejor dicho, ¡tu padre!

¿Estás preparado para que te acompañe?

ESTE SOY YO



Una de mis mayores frustraciones es no haberme casado con Kelly LeBrock ("La mujer de rojo").



Lloro con "E.T." Bueno, también con "Up".



¡chocolatinaaa! dame De "Los goonies", siempre quise ser Bocazas, pero me da que soy más Sloth... dame... quieroo

Soy adicto al pastel de carne ultracongelado.



Aún escucho a los HOMBRES G.

¡¡¡ No sé freír un  !!!



Vendería mi alma al diablo por una libreta Moleskinę nueva.

Soy HIPOCONDRIACO.



Me dan miedo las palomas y las señoras con bolsas en la cabeza cuando llueve.

#TOCATOPE

(te lo explico mejor aquí...)

Tengo un TOC, que quiere decir "trastorno obsesivo-compulsivo", Y, aunque suene al Jack Nicholson de "El resplandor" o a la Kathy Bates de "Misery", estoy más o menos cuerdo. ¡Lo juro!

2. ENCONTRAR EL MOMENTO FUSIÓN (SÍ, ROLLO “BOLA DE DRAGÓN”) PARA DECIDIR TENER HIJOS

Quizá no seas un friki de la entrañable serie “Bola de dragón”, pero aun así debo decirte que es esencial, primordial y _____ (escribe aquí un adjetivo grandilocuente para darle mayor subidón a este tip) que tu pareja y tú tengáis vuestro momento fusión.*

Si extrapolamos el momento fusión al mundo de la paternidad, sería algo así: “¡Nos hemos puesto de acuerdo!”.

Y si ya os cuesta poneros de acuerdo sobre:

- La barra de pan: Rústica o baguette. Ríete tú de “Captain America: Civil War”.
- La película que veréis en el cine: Tu pareja es más de Kubrick y tú de los hermanos Farrelly. Se os acaba pasando la sesión y termináis peleados comiéndos unas croquetas en el Nostrum.
- La lavadora: Tú tienes la teoría de que cualquier programa es bueno para cualquier lavado siempre que el agua sea fría. A ella, cada vez que oye esa teoría, le da un chungo y tienes que llamar a urgencias.
- Imitadores de grupos de música: Tu pareja es fan de grupos imitadores de los Beatles, Queen y Rolling Stones. A ti te parecen unos malditos farsantes que ganan pasta imitando burdamente el arte de los demás.

Pues imagínate el momento en que os pongáis de acuerdo en ser padres...

*Momento fusión: cuando en “Bola de dragón” Trunks y Son Gohan unen sus dedos índices y se transforman en unos superguerreros de la hostia.

Ejemplos gráficos para comprender cuál es el momento fusión:

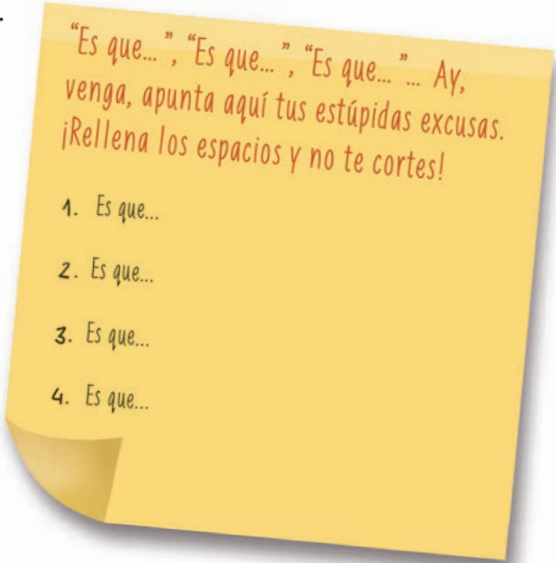


3. NUNCA Y SIEMPRE

ES UN BUEN MOMENTO PARA SER PADRES

Pues eso, que si tu pareja y tú habéis encontrado vuestro momento fusión, no empecéis a daros excusas una tras otra cual colección engañabobos de quiosco. Siempre es un buen momento para tener hijos. Nunca es un buen momento para tener hijos. Así que dejaos de excusas... ¡y a por ello!

- “Es que queremos ir mejor de dinero, ahora vamos muy justos.”
Es muy probable que siempre vayáis justos de dinero, a no ser que de repente os hagáis un análisis de sangre con motivo de algún tipo de alergia y os digan que vuestra sangre es azul, cosa que dudo.
- “Es que mira cómo está el mundo para traer a una criatura...”
El mundo lleva así siglos. Tanto si tenéis hijos como si no, el mundo seguirá igual de loco y maravilloso.
- “Es que preferimos esperar a ser los dos indefinidos y, de paso, tener el coche, la moto y la hipoteca pagados.”
Seguid esperando, pero si continuáis con un contrato temporal y vuestro aspecto es el del tío Creepy, que no os sorprenda...
- “Es que queremos esperar a que los componentes de Meco se vuelvan a juntar antes de ser padres.”
Sí, claro, y que el niño nazca el “7 de septiembreeeeeeee”, no te jode...



4. ¿"FOREVER YOUNG"?

¿TÚ ESTÁS SEGURO?

Este tip es como la mítica canción ochentera. Al segundo de enterarte de que vas a convertirte en padre, querrás sentirte joven (sí, amigo lector, doy por hecho que no eres un yogurín ni un bollycao) y empezarás a hacer cosas como si no hubiese un mañana para conseguir tu objetivo:

- Saldrás de fiesta, aunque tú eras más de Batcueva. (Por algo te llamaban "Cenicento".)
- Te apuntarás al gimnasio, pero luego te pasarás las horas en la cafetería comiendo bollería industrial y acojonado leyendo libros de paternidad.
- Irás a festivales molones de música alternativa aun sabiendo que eres un farsante que se emociona con "Cien gaviotas" de Duncan Dhu.
- Te pondrás a estudiar una carrera más larga que "Ben-Hur"... Y eso que tus padres brindaban con champán cada vez que sacabas un "suñ".
- Te dará por el "running" (lo que antes se llamaba simplemente "correr") a lo Forrest Gump y pararás a los diez minutos porque te estarás ahogando.
- Combo mortal: saldrás de fiesta y lo darás todo en la discoteca mientras suena "Forever Young".

Apunta aquí cuatro cosas que (crees que) te harán sentir joven ante tu inminente paternidad:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____