EL REPORTAJE

Empieza a ser habitual entre las parejas rechazar las visitas después de que nazca el bebé, incluso las de los abuelos



ANA JIMÉNEZ

Protección y privacidad Algunas parejas optan por limitar las visitas a los recién nacidos para proteger tanto al bebé como a sí mismos

¿Visitas tras el parto? No, gracias

EVA MILLET
Barcelona

Cuando, hace dos años, nació el primer nieto de Miranda, los flamantes abuelos corrieron al hospital a conocerlo. "Estábamos muy ilusionados", recuerda. Pero al llegar, se llevaron una sorpresa: "Mi hijo y mi nuera nos dijeron que ya no éramos bienvenidos y que no podíamos tocar al bebé, por miedo a los contagios". Así, en aquel primer encuentro, lo contemplaron desde la distancia. "Me quedé de piedra, pero vi el estrés en los ojos de mi hijo y seguí las normas", dice Miranda. No pudo coger al nieto hasta días después: "Aunque le pusieron una tela, para protegerlo".

Por lo menos "pude verlo al poco de nacer; tengo una amiga a la que su hija le pidió que no la visitara durante un mes". Es lo que le pasó a Beatriz cuando nació su primera nieta, el pasado mayo: "Mi hija es médico, vive en el norte de Europa y es muy independiente. Nos dijeron que no querían visitas durante el primer mes, para evitar infecciones y preservar su intimidad". Beatriz se sorprendió ("al principio me sentó mal, sí"), pero respetó su petición: "Porque, aunque quizás había hiperprotección –o hipercontrol–, los tiempos cambian, y lo importante era que ellos estuvieran bien".

María, la hija de Beatriz, entiende que tanto para su familia como para la de su marido "fue muy raro no poder venir esos primeros días, pero para nosotros lo importante era estar con nuestro bebé, solos, en casa", recalca. Y, con las vacunaciones a la baja, las enfermedades infecciosas son frecuentes, "y los bebés, muy vulnerables".

También Júlia y Marc quisieron poner límites antes de ser padres, hace apenas un mes. "No sabíamos cómo estaríamos tras el nacimiento y no queríamos estar pendientes de terceras personas, así que las visitas íbamos a gestionarlas nosotros", explica la nueva mamá. Para ello, elaboraron un decálogo con directrices, que enviaron a familiares y amigos. Entre otros, se indicaba que no fueran al hospital si no los avisaban y que abuelos y hermanos serían los primeros en ver al bebé. A partir de ahí, las visitas se irían ampliando. A estas se les pedía no presentarse con síntomas de resfriado u otro malestar; no fumar antes de ir ni usar cremas o perfumes intensos. Y, si los padres les daban permiso para coger a la criatura, lavarse las manos y no darle besos. "Las visitas no han de implicar trabajo extra", decía el punto 9. "Si queréis ayudar, ofreced ayuda concreta", rezaba el 10.

La idea del decálogo, cuenta Júlia, surgió en el curso de preparación al parto. Sin embargo, estas normas se promocionan desde cuentas de internet como *partofelizytranquilo*. Aquí también se echa mano de la antropología, afirmando que "en muchas culturas existe la tradición de respetar la intimidad los primeros 40 días tras el parto". Una afirmación curiosa, porque en la mayoría de las culturas, tras el nacimiento, solían pasar dos cosas: la celebración social del evento y la ayuda inmediata de las mujeres más cercanas a la nueva madre. A destacar, las abuelas.



MNPHOTOSTUDIOS / GETTY

Entre las razones están evitar contagios, propiciar el descanso de la madre o vivir el momento en privado

Tres generaciones. Las visitas al hospital pueden ser reconfortantes pero en algunos casos pueden perjudicar el descanso de la madre tras el parto

Pero, como decía Beatriz, los tiempos cambian. Y una razón es que hoy los padres están más implicados en la crianza. En parte, porque los permisos de paternidad han aumentado hasta igualarse con los de la madre. Aunque este factor no explica por sí solo este blindaje de la nueva familia. Como apunta la psicóloga Cristina García, hay varias cosas ocurriendo a la vez: "En primer lugar, estamos asistiendo a una corrección de algo que durante mucho tiempo era normal: que el parto y el posparto fueran acontecimientos casi públicos", dice esta especialista en psicología perinatal.

Para García, este deseo de mayor intimidad tiene lógica: "Porque no son madres que no quieren que nadie vea a su bebé, sino mujeres que acaban de parir, están doloridas, intentando establecer una lactancia y con una revolución emocional y hormonal... En estas circunstancias, la prioridad no es que el resto de la familia conozca al bebé, sino recuperarse. Me parece un cambio importante que esta generación ponga límites claros". La pandemia, con las restricciones de visitas, fue otro factor clave para este cambio: "Mientras que algunas madres echaron muchísimo de menos a sus familias, otras describieron más intimidad y descanso", dice.

Pedro Camacho, enfermero especializado en neonatología y autor de *Mi único plan es quererte*, también detecta estas barreras en los nuevos padres: "Especialmente en los primeros días, cuando iba todo el mundo a verte y la madre acababa agotada". Poner coto ahí lo ve lógico, pero no el blindaje posterior: "Me parece extremo, y no solo porque los abuelos quieren ver a sus nietos: también es contraproducente; esta es una época en la que necesitas ayuda".

Cristina García coincide en que la ayuda es clave: "Hay una asociación positiva entre apoyo de los abuelos y salud mental materna". Pero, como matiza: "Hay visitas que cuidan y visitas que hay que cuidar". Esta experta sugiere rediseñar esas primeras semanas y encontrar un equilibrio. Para ella, el posparto no debería ser un circo, pero tampoco un búnker.●