

«Se me atragantan los padres perfectos»

Rocío Ramos-Paúl, 'Supernanny' Psicóloga infantil

La experta presenta libro y se reivindica como educadora. «Mary Poppins arreglaba los problemas con magia. Yo los resuelvo con método»

■ JORGE BARBÓ

BILBAO. Desde su programa ha enseñado a los padres de toda España a reconducir con paciencia las pataletas de los niños más insufribles. La televisiva Rocío Ramos-Paúl, más conocida como 'Supernanny', se ha propuesto ahora librar una batalla contra los malos comedores en su nuevo libro, 'Mi niño no come'. ¿Su receta? Paciencia, creatividad, constancia y psicología, mucha psicología. –Es la niñera de España. ¿Se ve más

Mary Poppins o señorita Rottenmeier?

–Por favor... Yo soy una profesional de la Psicología. Ni soy niñera ni personaje de televisión. No me identifico con ellas. Mary Poppins arreglaba los problemas con magia y yo resuelvo los casos con método y estrategias psicológicas. En mi trabajo tengo que ponerme seria, pero los niños me quieren mucho.

–La Poppins aconsejaba ponerle azúcar a todo, porque sabe mejor. ¿Cómo conseguir que el niño pase el hígado encebollado?

–¿Pero se sigue comiendo hígado? Pues hay que dárselo cuando pueda apreciar las texturas. De todos modos, no es el mejor plato para ellos. Con verduras y frutas es suficiente.

–¿'Supernanny' come de todo?

–Ja, ja, ja. Yo como de todo. Me encanta comer y disfruto mucho.

–¿Qué se le atraganta a Rocío?

–Los padres perfectos. No puedo con ellos. Piensan que lo hacen todo bien y no admiten cambios. Pero educar también implica equivocarse.

–¿Cuál es su plato favorito?

–Los niños que comen bien. Me encanta cuando dicen: «Soy mayor y me gusta todo».

–En su programa lidia con niños que se comportan como auténticos demonios. ¿Nunca ha pensado en soltar un sopapo?

–Me parece terrible calificarlos así, porque son niños absolutamente normales. De todos modos, yo nunca perdería los nervios.

–En 'Mi hijo no come' aconseja la 'relajación muscular de Koeppen' para que el niño coma. ¿Lo del avioncito se ha quedado antiguo?

–No es una cuestión de modernidad. Sometemos a los niños a demasiado estrés. Ellos tienen sus tiempos y nos pasamos la vida imponiéndoles nuestros horarios. Hay que dejarlos respirar.

–Mi madre me dejó un día sin comer porque no quería col. ¿Debería haberla denunciado por maltrato psicológico?

–(Carcajada). Por maltrato, no, desde luego. Pero, ¿has vuelto a comer col?

–No. Nunca más.

–¿Ves? Es el problema de ese sistema. No lo recomiendo porque provoca mucho rechazo. La solución sería poner la col un día, seguir con el segundo plato y presentarla días después. A ver qué ocurre.

–En su libro aparecen casos como el de Lucía, que se tragó el zapato de su muñeca y ahora se alimenta a base de zumos y batidos. ¿No son niños un poco 'raritos'?

–Para nada. La niña tenía un trastorno, desarrolló una fobia y necesitaba un tratamiento psicoterapéutico. En ese caso, hay que conseguir enfrentarle al miedo. Y un truco: es el único caso en el que los juguetes y la televisión estarían permitidos en la mesa.



'Supernanny' tiene remedio para los niños más difíciles. ■ JORDI ALEMANY

LAS FRASES

En la intimidad
«En casa soy mamá y ya está. Mi hijo es normal y tiene rabietas. Yo también me equivoco»

Tecnología y niños
«Los padres tienen que vigilar su uso. Antes se jugaba a la oca y ahora a videojuegos. Es normal»

–¿Y si el problema es que el chaval come demasiado?

–Hay familias a las que no les importa qué ni cuándo comen sus hijos. El caso es que coman. Y están todo el día picando. La solución es crear un hábito y que hagan cinco comidas.

–¿Hay niños sin remedio?

–No. A todos se les puede cambiar. Y a los adultos, también.

–Una compañera de trabajo es madre primeriza. Y a su bebé no le gustan nada las frutas. ¿Qué debería hacer?

–Jamás doy consejos personalizados. Es cuestión de ética profesional. Pero le diría que insistiera hasta que reconociera los sabores. Es la única forma.

–Usted tiene un hijo de tres años. ¿Se lleva el trabajo a casa?

–No. Allí soy mamá y ya. Es verdad que trabajar en esto te da una cierta ventaja. Pero me equivoco cuando me tengo que equivocar y eso me encanta.

–¿Su hijo no está un poco harto de tanta psicología inversa?

–Él es un niño normal. Tiene sus rabietas y también dice lo de «no quiero porque no me gusta».

–En casa del herrero...
–Hay que saber diferenciar el papel de psicóloga y el de madre. Es más complicado establecer distancias cuando es tuyo porque da más pena si llora, dejarle sin comer un día, tener que decir que no...

–¿Los padres de ahora son demasiado permisivos?

–Hay de todo. Algunos muy blandos, otros restrictivos en exceso...

–¿Habría que volver a la mano dura?

–Eso suena fatal. Aunque si supone mantenerse constante, me parece perfecto.

–¿Los niños tienen hoy demasiadas cosas? Algunos críos hasta gastan iPhone. ¿Estamos un poco locos?

–No me parece una locura, pero los padres tienen que controlar el uso de la tecnología. Un videojuego es divertidísimo para jugar en familia. Antes era la oca y ahora toca la consola, me parece muy normal.

–¿A 'Supernanny' le gustan los niños?

–Me encantan. Si no, ¿qué hago aquí?

Guía

de Salud

Cirugía estética

Dr. Ignacio Uribe
R.P.S. 229/08
Especialista en CIRUGÍA PLÁSTICA
CIRUGÍA ESTÉTICA. LIPOSUCCIÓN
Gregorio de la Revilla, 15 - 1ª izda. BILBAO
Tel: 94 443 93 14 - 649 995 562 www.clinicauribe.com

Dra. M^a T. DORIA IRIARTE
TR. OBESIDAD, DIAG. METABOLISMO,
DEPILACION LASER
Consulta Informativa Gratuita
Bilbao - Durango 94 421 20 06
Galdácano 94 457 25 10

Obesidad

Dr. GUSTAVO ORTIZ URDIAIN
DOCTOR EN MEDICINA Y CIRUGÍA. CATEDRÁTICO. C.D.O. 48-4810
Ercilla, 44, 2º D. Bilbao. 94 427 77 00, 94 427 65 08
Olagibel, 10, 2º D. Vitoria. 945 23 27 98
web: adelgazargustavoortiz.com
Asesoramiento psicológico incluido

Dermatología

María Pilar Esquerdeiro
Médico Dermatólogo
Clínica Euskalduna R.P.S. 195/05
Euskalduna, 10 1º A Consulta. % Cita previa
Tfnos. 94 410 37 52. BILBAO

Dr. SALAVERRI
Clínica Euskalduna R.P.S. 292/96
Enfermedades de la piel
Lunes, miércoles y viernes, 5.30 a 7
Tfnos. 94 410 37 52. BILBAO

Nutrición

ADELGAZAR
DR. GUSTAVO ORTIZ URDIAIN
DOCTOR EN MEDICINA Y CIRUGÍA. CATEDRÁTICO. C.D.O. 48-4810
Ercilla, 44, 2º D. Bilbao. 94 427 77 00, 94 427 65 08
Olagibel, 10, 2º D. Vitoria. 945 23 27 98
web: adelgazargustavoortiz.com
Asesoramiento psicológico incluido

Fisioterapia

OROITU C.A.E.
Fisioterapia, traumatológica
y neurológica
IMQ
C/ Jata, nº 9. ALGORTA. Tfno. 94 655 92 19

Psiquiatría

Dr. GIL LÓPEZ
Dra. HERNANI BURZACO
Consultas de adultos y adolescentes.
Psiquiatría. Psicoterapia. Peritajes.
BILBAO, C/ Pérez Galdós, 2 entreplanta. Tfno. 94 444 37 96
DURANGO, Ctro. Médico Montevideo, C/ Mikeldi, 8. Tfno. 94 620 40 40

Medicina estética

Dra. ARANTZA GIMENO ALFOS
Depilación láser R.P.S. 198/08
Depilación por láser, láser vascular, rejuvenecimiento facial,
peelings, mesoterapia, masaje terapéutico-político, endomasaie,
Marques del Puerto 10, Bilbao Tfno. 944 158 000
Mlunguía Tfno. 94 674 50 40

Neurología

OROITU C.A.E.
Unidad de valoración de la memoria y demencias
Informes periciales
Dr. Manuel Fernández y Dra. Susana P. de las Heras
C/ Jata, nº 9. Algorta. Tfno. 94 655 92 19 R.P.S. 108/08

Logopedia

OROITU C.A.E.
Tratamiento y rehabilitación de los
trastornos del lenguaje y disfonías
Adultos y niños
C/ Jata, nº 9. ALGORTA. Tfno. 94 655 92 19

Otorrinolaringología

VERTIGO
Diagnóstico y rehabilitación R.P.S. 301/04
Dra. Rosa Fernández Lastra,
Rodríguez Arias, 34-1º Dcha. BILBAO.
Tfnos. 94 427 36 12 / 94 427 02 37

Traumatología

Dr. Santiago Eguiraun R.P.S. 86/08
Microcirugía endoscópica discal y de la estenosis.
Doctorado y diplomado en patología de la columna vertebral en
el Centro Hospitalario Regional Universitario de Bordeaux.
94 476 15 67 - Rafaela Ibarra, 23-3ºB - Deusto