

Véronique  
Deiller

Julien  
Armilhon

Ilustraciones de  
Johanna Fritz

# EL BABY BANG



30 lecciones  
para superar el caos tras  
la llegada del bebé

zenith

# EL BABY BANG

30 lecciones para superar el caos  
tras la llegada del bebé

Véronique Deiller y Julien Armilhon

Ilustraciones de Johanna Fritz

zenith

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).

Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Algunos de los nombres y de los rasgos característicos de algunas personas se han modificado para proteger su privacidad.

Título original: *La théorie du baby bang*

Primera edición: marzo de 2022

© Editorial Planeta, S. A., 2022  
Zenith es un sello editorial de Editorial Planeta, S.A.  
Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)  
[www.zenitheditorial.com](http://www.zenitheditorial.com)  
[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

© del diseño y las ilustraciones del interior, Johanna Fritz

ISBN: 978-84-08-25424-9

Depósito legal: B. 2.823-2022

Impreso en España – *Printed in Spain*



Certificado PEFC

Este libro procede de  
bosques gestionados de  
forma sostenible y fuentes  
controladas

[www.pefc.es](http://www.pefc.es)

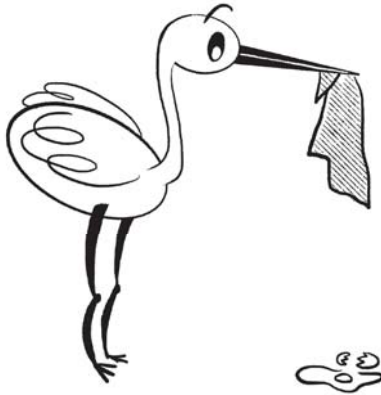
# NOSOTROS TRES

En el imaginario colectivo (es decir, en la mente sobrehormonada de los postadolescentes en la flor de la vida), la receta para anunciar un embarazo es simple como la de una tortilla: un maratón de achuchones, unas cuantas náuseas —y preguntarse: «Vaya, ¿no será este el pequeño milagro tan esperado después de doce días y medio?» (fíjate, nunca es *sushi* que te ha sentado mal)—, un test de embarazo siempre positivo, lágrimas, expresiones de incertidumbre porque siempre hay que hacer que dure el suspense y —después de una declaración más o menos lacrimógena en la que le damos a nuestra pareja un palo de plástico que hemos regado con un chorro de pipí como si fuera la mejor muestra de amor del mundo— lágrimas, alegría, felicidad, todo el mundo contento y pum, treinta y tres minutos más tarde, el bebé está ya en brazos de sus padres, que siguen llorando.

En nuestra realidad, la tortilla no salió del todo bien. En nuestro caso no hubo una fecundación de campeonato, sino huevos no demasiado frescos, a juzgar por las doscientas treinta y cuatro personas, aproximadamente, a las que tuvimos que acudir para poder procrear. Para nosotros no hubo polvete memorable, sino una inseminación de buena mañana en el sótano de color salmón (¿por qué siempre pintan las paredes de color salmón?) de un hospital de las afueras de París, con la ropa empapada de Coca-Cola Light gracias a la máquina averiada del departamento de reproducción asistida (#OutfitDelDía). Nosotros no tuvimos test de embarazo casi sin lavar guardado

en una caja de zapatos tuneada con amor y cinta de regalo que había sobrado en Navidad, sino un fallo en los ordenadores de un laboratorio de París «que ya nos llamaría». Y para nosotros no hubo embarazo que pasa en un abrir y cerrar de ojos, sino más bien una gestación tan larga que parecía la de una elefanta asiática.\*

En resumen, incluso antes de que nuestra niña divina viera la luz del sol, tendríamos que haber dudado de que nuestra vida de tres fuera a ser exactamente como habíamos imaginado. Pero ¡eso era pedirnos demasiado! Irrumpimos en la crianza sobreinformados, sobremotivados, sobrepregados (desde el fular portabebés casi anudado hasta la biblia de los padres perfectos: todo estaba listo)... Y, evidentemente, no fue como nosotros pensábamos. En primer lugar, porque a nuestra ecuación bien engrasada se sumaba una nueva incógnita que, a primera vista, era imposible de despejar: nuestro bebé.



---

\* Atención, momento #DatoCurioso y #cultureta: la gestación de una elefanta asiática dura veintiocho meses en lugar de los veintidós de su homóloga africana. #MeExplotaLaCabeza

Vale,

EMPEZAMOS

MAL



**Una cosa bastante mona, pero un poco rara, ha salido de tu/su cuerpo. ¿Cómo reaccionas?**

- A** Estoy alegre: ha nacido el niño divino, ¡resuenen, resuenen trompas y clarines!
- B** Voy con cautela: estaba previsto... o, por lo menos, en teoría estaba previsto.
- C** No me quita el sueño: mi pareja se encargará, como siempre.
- D** No sabe/No contesta: Pero que no me arruine la vida, ¿eh?

## Y ¿qué hago yo?

Antes de ser padres, V. y yo atravesamos una fase prehijos particular —pero, al fin y al cabo, muy *mainstream*— en la que tuvimos que recurrir a la reproducción asistida. Aunque todo fue bien, en ese periodo algo extraño me vi afectado por el síndrome exclusivamente masculino del «pero ¿y yo para qué sirvo aparte de para decir que todo irá bien?».

Viví el parto con ese mismo sentimiento. Como hombre —viril, fuerte y del todo perdido en lo referente a la maternidad—, no sentí ninguna conexión física con lo que ocurría, ninguna sensación a la que aferrarme. De pronto, la única pregunta que pasaba por mi mente era: «¿Cómo puedo ser útil?». Justo cuando surgió esa pregunta, me di cuenta de que, entre los muros de la maternidad, me sentía como si me hubieran mandado a China: no hablaba la misma lengua que el resto, los usos y costumbres me parecían del todo ajenos y los nativos parecían buena gente, pero hartos de los turistas.

Como en un país extranjero, hubo tres fases de adaptación:

① «¡Jod... ¿qué hago yo ahora?» En la maternidad, como en el extranjero, mi cabeza no funcionaba de forma normal: llevé vasos de agua a todo el mundo durante dos horas (esa anécdota surge en todas las Navidades desde hace cuatro años), me perdí por los pasillos, tuve antojo de fresas (sic).

② «¡Ah, mira, por lo menos sé saludar!» En realidad, bastaba con estar allí, disfrutar... y tranquilizarla a ella, quien sí parecía tener una verdadera conexión física con lo que le salía del cuerpo, y era evidente que esa conexión implicaba dolor.

③ «¿现在几点?» Al final me sentía bastante bien allí... Pero ¿qué era esa cosa que tenía en brazos?



Por lo visto, hubo una cuarta fase compuesta en exclusiva por preguntas metafísicas al estilo «¿Quién soy? ¿Hacia dónde se dirige la humanidad? ¿Napolitana de chocolate o chocolatina? ¿Se supone que tengo que quererla a primera vista, que tengo que estar contento? Y ¿V. qué siente?». Yo no guardo ningún recuerdo.

Me sentía vacío, perdido y derrotado. Y V. no parecía estar muy bien. ¿De cuál de las dos tenía que ocuparme? Entablar una gran conversación con «¿Tú crees que la niña ha salido bien?» como temática principal parecía poco acertado dado que las respuestas a mis preguntas eran monosilábicas.

Al final, volvió a ser como en la reproducción asistida: estar allí, presente, hablar un poco. Pero, igual que en la reproducción asistida, los intercambios sobre lo que sentíamos fueron... sucintos:

- ¿Estás contenta?
- Bueno.
- (O sea, que no.) ¿Quieres que traiga algo rico de comer para celebrarlo?
- No...
- ¿Quieres que coja a esa cosa roja que tienes sobre la barriga flácida?
- (Gruñido animal.)
- Vale, pues me aparto...



Y ahí, la mezcla de soledad + dudas + fatiga + pues yo me hubiera comido una *currywurst*\* = me dormí...

---

\* La famosa salchicha con curri, especialidad alemana a la cual le debe el país de Goethe su reputación gastronómica mundial... ¡O tal vez no!

## Entonces, ¿me habían mentido?

Cuando la comadrona me anunció que podía hacer ocho sesiones de preparación para el parto pagadas por la seguridad social como si fuera la última primicia interplanetaria después de la separación de Brangelina, por poco me río en su cara. ¿Preparar el parto? Fuera coñas, ¡llevo treinta años preparándolo! Ya a los cinco años, le anunciaba a mi madre que la pequeña Samantha (o Jessica, según me die-  
ra ese día, aunque siempre eran nombres extranjeros) me había salido por el ombligo y que la quería muchísimo de verdad. A los dieciséis, le anunciaba a mi grupo de amigos que estaba embarazada del hijo imaginario de mi mejor amiga, porque «No, ¡a nosotras no nos hacen falta los tíos!». Quise a este hijo fruto de un amor loco durante algunas semanas, mientras poníamos en nuestra contra a todo el grupo de amigos con nuestras historias. La otra madre terminó yéndose con Grégoire (porque, bueno, no los necesitábamos, pero siempre es mejor tener uno) y me dejó volver a mi estatus habitual, aunque olvidado durante un tiempo, de la gordita del fondo. A los treinta, el Hombre y yo éramos casi tan jóvenes, guapos y apuestos como Dylan y Brenda de *Beverly Hills*, primera generación (gracias al fin de la adolescencia y la gimnasia sueca), pero empezábamos un proceso de reproducción asistida. Tendríamos ese bebé que tanto deseábamos y, en mi mente, yo ya lo quería.

Gran salto a cinco años más tarde. Yo estaba embarazada, todo iba bien, aunque había tenido que reemplazar al Hombre por el asiento del váter, porque al menos él no se quejaba cuando le vomitaba encima. Y, luego, pum, lo que tenía que llegar, llegó: la sangre de nuestra sangre, tan esperada, por fin decidió asomarse.

En teoría, tuve el parto perfecto, ese del que presumen todas las mamás *influencers* que graban el parto y lo retransmiten en directo



por Twitter e Insta (aunque sin la piscina hinchable a domicilio). La niña, que, a juzgar por lo que se alargó el embarazo, estaba comodísima donde estaba, tuvo la amabilidad de no andarse con rodeos. Apenas tuve tiempo de gritar «¡Yupi, no me hacen la episiotomía!» antes de que hubiera salido.

Y entonces fue cuando me estampé. Yo, que esperaba que me inundara un tsunami de amor, que esperaba surfear la ola de la adoración maternal mejor que en *Le llaman Bodhi* (y todo eso a primera vista), me desencanté enseguida, como atestigua el pequeño diálogo interior entre mi yo racional y mi yo emocional, que aparece más deprisa que una enfermedad venérea en un campamento de verano cuando estoy en crisis.



**Yo 1** (*la racional*): Bueno, por lo menos tiene todos los dedos, respira y no será calva como su padre. Ya es algo.

**Yo 2** (*la emocional*): No, pero, dime, ¿no te parece que falta algo? ¡Es tu hija! Se supone que tienes que llorar, estar rebotante de amor y buenos sentimientos, babear con ternura. Pero ¡rien, nada, cero! ¿Qué está pasando ahí dentro?

**Yo 1** : Bueno, por lo menos, ahora que ha salido, el Hombre ha dejado de traer vasos de agua para todo el mundo. Ya es algo (bis).

**Yo 2** : Mira qué manitas tan diminutas y qué naricita tan diminuta y qué todito tan diminuto. ¿No es cuqui? ¿No tienes ganas de hacerle mimitos? ¿No? Ah, vale...

**Yo 1** : Bueno, el Hombre está poniendo la misma cara que cuando pedimos al chino. ¿Cómo interpreto eso?

**Yo 2** : Activación del modo pánico. Lancen una alerta de desaparición. El amor maternal ha desaparecido (bueno, ha olvidado presentarse).

Estaba aliviada porque todo había ido bien, pero me preguntaba cuándo me alcanzaría el rayo de energía maternal. Si hubiera estado en una película con una de las Jennifers (Garner, Lawrence, Aniston: elige la que prefieras), ese rayo ya me habría pulverizado por lo menos tres veces. Entonces, ¿me habían mentido?

Tres horas después, en la habitación, seguía sin sentir nada, aparte del miedo irracional de hacerle daño, de que se me cayera o de aplastarla al darme la vuelta. En ese momento, me di cuenta de que el Hombre y yo casi no habíamos hablado desde que ella había llegado...

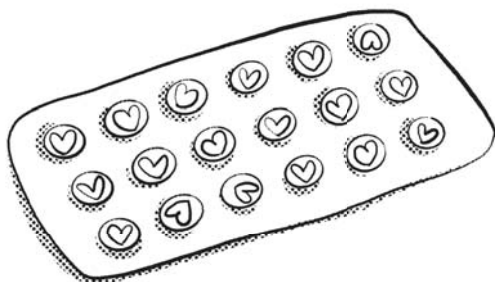
- ¿Estás contenta?
- Bueno. (*Y en mi cabeza: Aunque me da la impresión de haber empujado demasiado fuerte y haber expulsado de mi cuerpo todas mis emociones junto con la placenta. Ostras, por cierto, no hemos preguntado si podían dárnosla para comérnosla.\**)
- ¿Quieres que traiga algo rico de comer para celebrarlo?
- No... (*La verdad es que lo de la placenta me ha quitado un poco el hambre.*)
- ¿Quieres que coja a esa cosa roja que tienes sobre la barriga flácida?
- (Gruñido animal... que significa: *en realidad, comería mucho sushi, pero no puedo articular las palabras porque mi florecilla se está despertando de la anestesia.*)
- Vale, pues me aparto...
- (Sí, eso, juega a la Switch, déjame llorando en un rincón sin mi sushi. Ay, mira, se mueve —la niña, no la florecilla—. Es bastante mona, la verdad. ¡Ya verás, pequeña, lo conseguiremos!)

---

\* ¿Qué? ¿Que no conocéis la placentofagia? ¡Venga, id a buscarlo en Google!

## LO QUE APRENDIMOS

Para todos los padres el nacimiento es una revelación..., pero no siempre la que esperamos. Para nosotros, la llegada de la niña divina, una llegada que llevábamos esperando y preparando años, sirvió para constatar algo bastante ambivalente: el amor parental es un poco como los antibióticos, no tiene efecto automático. Quizá no llega a primera vista, en el primer piel con piel o la primera vez que el bebé mama. Por suerte, con el paso de las semanas, aprendemos a conocernos, a controlarnos y a volvernos inseparables.



## Si no hay flechazo a primera vista, intento...



### • Hablarlo con el Hombre.

¿Qué siente él? ¿Quizá estamos en las mismas y podemos tranquilizarnos el uno al otro!

### • Hablarlo con (una) mamá.

Mi madre y mis amigas ya han pasado por lo mismo según sus historias de parto (siempre gores, claro). Ellas también sabrán ayudarme.

### • Hablarlo con la comadrona.

Ella ha visto por lo menos seiscientos cuarenta y tres partos. Algo sabrá.

### • Darme tiempo.

A los que saben esperar, todo les llega (o más bien a los que saben recuperarse del maratón del parto, salir del hospital, volver a la calma y volver a encontrarse a sí mismos en una familia de tres).



### • Hablarlo con la Señora.

¿Qué siente ella? La verdad es que también tiene cara de tener dudas.

### • Hablarlo con los amigos.

*A posteriori*, el nacimiento es casi un tema con el que hacer broma, pero, en el momento, suscita *omertà*. Sin embargo, podría ser útil contar algunas cosas...

### • Recuperarme.

La fatiga y el estrés hacen que el cerebro no nos funcione del todo. Aceptemos tomarnos nuestro tiempo para querer y para disfrutar.