

DECÁLOGO DE PADRES A HIJOS

DECÁLOGO DE PADRES A HIJOS

Manual de Educación y Valores para Padres
con “título oficial” pero sin experiencia
(como todos nosotros)

Manuel Gallo
(Memorias parciales del autor)

TÍTULO ORIGINAL
Decálogo de Padres a Hijos

© Manuel Gallo Vallejo
2019

Texto y Tablas parcialmente obtenido y adaptado, no completo, de Wikipedia, (www.wikipedia.com) bajo la licencia “Creative Commons Attribution Compartir Igual 3”. (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/legalcode>)

Editor y autor
Manuel Gallo Vallejo
manologallo@agoramedica.com
mgallovallejo@gmail.com
Málaga (España)

Diseño y maquetación
Jose M. Padilla

ISBN: 9798604252277

Octubre 2019

ÍNDICE

Dedicatoria	15
Sobre el Autor	17
Agradecimientos	21
Otros personajes propios de este Manual	25
Presentación	35
Capítulo 1. Una buena educación personal	41
<i>Artículo del Dr. Luis Rojas Marcos</i>	<i>42</i>
<i>Una buena educación personal</i>	<i>45</i>
<i>Conflictos generacionales</i>	<i>46</i>
<i>Padre, Papa, Papi y Pa</i>	<i>47</i>
<i>Inteligencia emocional</i>	<i>48</i>
<i>Artículo de Salvador Sostres</i>	<i>49</i>
<i>Educación Primaria</i>	<i>50</i>
<i>Jugar con los hijos</i>	<i>52</i>
<i>Elegir un colegio adecuado</i>	<i>55</i>
<i>Bullying o acoso escolar</i>	<i>57</i>
<i>Carta del esposo de una docente</i>	<i>58</i>
<i>Informe Pisa</i>	<i>59</i>
<i>Formación en el extranjero</i>	<i>63</i>
<i>Educación para los reveses de la Vida. Conocerse a si mismo o el pacto con la soledad</i>	<i>67</i>
<i>Comportamientos erróneos de los padres actuales</i>	<i>70</i>
Capítulo 2. Enseñarles el valor de los amigos	73
<i>Amigos y hermanos</i>	<i>74</i>
<i>Sócrates y la amistad</i>	<i>74</i>
<i>Consejos de un padre a su hijo</i>	<i>75</i>
<i>Concepto cambiante de la palabra Amigo</i>	<i>76</i>
<i>Tipos de amigos</i>	<i>77</i>
<i>Los amigos de los padres</i>	<i>78</i>
<i>Fomentar amistades</i>	<i>81</i>
<i>Evitar amistades tóxicas</i>	<i>81</i>

Capítulo 3. Educarlos en el Respeto y no violencia a la Mujer.	
Educarlos en la Igualdad de Derechos y Profesional entre un hombre y una mujer	83
<i>Opiniones propias de un Ginecólogo</i>	84
<i>¿Porqué la discriminación positiva?</i>	94
<i>Opiniones relevantes sobre la mujer</i>	97
Antonio Gala	97
Javier Marías	98
Francisco Umbral	98
García Márquez	98
Vargas Llosa	99
Antonio Muñoz Molina	99
Textos sobre mujeres	100
<i>Violencia a la mujer y Feminicidios en España, Europa y Mundo</i>	101
España	101
Europa	102
Estados Unidos	102
Latinoamérica	102
Encuesta de la Agencia de Derechos Fundamentales de la Unión Europea	103
<i>Ideología de género</i>	108
Ley de igualdad de género	108
Ideología de género	109
Tipo de género y sexo	110
LGTBI	111
Mis experiencias en San Francisco USA	112
<i>Un poco de humor (con perdón) en el tema Hombre-Mujer</i>	114
¿Por qué los hombres son tan felices?	115
Las 10 palabras más usadas por las mujeres	116
Hermosamente cincuenta	117
Como hacer feliz a una mujer y a un hombre	118
 Capítulo 4. Normas de vida sana y saludable	121
<i>Alimentación correcta. Normas de la dieta Mediterránea</i>	122
<i>Desayuno, almuerzo y cena</i>	123
<i>Hábitos españoles (The Times)</i>	126
<i>Enseñarles a mantenerse en buena forma física y mental (“mens sana in corpore sano”</i>	126
Salud física	126
Salud mental	127
Determinantes de la salud mental	127

Trastornos mentales en adolescentes	128
Trastornos emocionales	128
Trastornos del comportamiento	130
Trastornos alimentarios	130
Psicosis	131
Suicidio y lesiones.....	131
Conductas de riesgo	131
Promoción y Prevención.....	132
Detección temprana y Tratamiento.....	134
Respuesta de la OMS	134
<i>Mostrarles el mundo del Deporte</i>	<i>135</i>
Recomendaciones mundiales sobre actividad física y salud de la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.).....	135
Consejos sobre actividad física para niños y adolescentes (Groupo de trabajo de Actividad Física de la Asociación Española de Pediatría) (2014)	136
La Federación Internacional de Medicina del Deporte presenta las siguientes recomendaciones en relación con el deporte en edad de crecimiento.....	138
Recomendaciones de actividad física, sedentarismo y tiempo de pantalla para menores de 5 años	139
Recomendaciones de actividad física, sedentarismo y tiempo de pantalla de 5 a 17 años	140
Ajedrez	141
Fútbol y Real Madrid	143
<i>Mostrarles el mundo de las Artes</i>	<i>164</i>
Teatro	165
Cine	166
Museos.....	167
Capítulo 5. Educación Digital	169
<i>Un Padre de la década de los 60</i>	<i>170</i>
<i>Inteligencia artificial</i>	<i>171</i>
<i>Internet y Redes Sociales</i>	<i>172</i>
<i>Problemas y Peligros de las Redes Sociales.....</i>	<i>173</i>
Incitación y Permisividad al Odio.....	174
Empobrecimiento de la lengua.....	177
Aislamiento social y ausencia de conversación.	
Epidemia de Soledad.....	178
Desviación de la publicidad	181
Transmisión de datos propios a terceros	182
Linchamiento Digital. Temas legales	182
Interferencia en la formación de los Alumnos.....	184

<i>Teléfonos Celulares</i>	184
<i>Facebook</i>	185
<i>YouTube</i>	186
<i>Fake news o Noticias Falsas</i>	187
<i>Ventajas de Internet y Redes Sociales: Cursos MOOC</i>	193
<i>Mi opinión de las Redes Sociales</i>	201
Capítulo 6. Una buena educación profesional	203
<i>Educación Profesional</i>	204
<i>Elección de la Universidad</i>	205
<i>Elección del Máster</i>	206
<i>Clasificación de las Universidades del Mundo</i>	207
<i>Clasificación de las Universidades de España</i>	214
<i>Plagios en la Universidad de España</i>	217
<i>Tener un Curriculum Vitae moderno y saber presentarlo</i>	223
<i>Becas Erasmus</i>	224
<i>Actualización de conocimientos</i>	224
<i>Periódicos Digitales en España</i>	226
Capítulo 7. Enseñarles el placer de leer un buen libro	229
<i>Aprender a leer</i>	230
<i>Amor a los libros</i>	231
<i>El libro impreso y el electrónico (ebook). La batalla desigual</i>	232
<i>Audio libro</i>	236
<i>50 frases de internet sobre la lectura</i>	237
<i>García Lorca y los Libros</i>	239
<i>Inteligencia y lectura de libros</i>	240
<i>La importancia de saber Latín</i>	241
<i>Librerías de Madrid</i>	241
<i>Librerías del Mundo</i>	242
<i>Mis Lecturas recomendadas</i>	245
Capítulo 8. Enseñarles el placer de viajar	247
<i>Mis viajes (limitados) por el mundo</i>	248
<i>Latinoamérica (otro libro)</i>	249
<i>Estados Unidos</i>	250
<i>Comentarios sobre el año que vivimos en San Francisco</i>	251
Tema Medico	251
Vida en San Francisco	252
Fútbol femenino	254
Colegio de Nadia	255

Deporte en USA	257
Toyota Supra de Mane	258
Toyota Célica de Nadia	259
El terremoto de San Francisco	260
New York, Las Vegas y New Orleans	261
<i>Europa</i>	263
París	263
Holanda	265
Estocolmo	265
Londres	266
Roma	266
Rusia	269
<i>África</i>	270
<i>Asia</i>	270
<i>Mis Calles de Ciudades del Mundo</i>	271
<i>Mis Plazas de Ciudades del Mundo</i>	273
<i>Orientaciones útiles para el buen viajero</i>	274
Planificación del viaje	275
Preparación del equipaje	278
Llegada al aeropuerto	279
Durante el vuelo	280
Después del vuelo	282
<i>Viajar nos hace más tolerantes</i>	284
<i>Conocer España, lo primero</i>	287
10 razones para sentirse orgulloso de ser español	289
Comparación USA-España	292
Ventajas de vivir en España	294
Inconvenientes de vivir en España	298
<i>Datos actuales de España</i>	301
Capítulo 9. La Emigración	307
<i>La emigración en el mundo</i>	308
<i>Situación actual del problema de la emigración ilegal</i>	309
<i>El caso de España</i>	311
<i>Soluciones al problema de la emigración ilegal</i>	312
<i>Una idea positiva para nuestros hijos</i>	314
Capítulo 10. Conversaciones de Familia	315
<i>Relaciones Humanas</i>	317
<i>Enseñarles a ser educados y amables</i>	318
<i>No ceder ante los caprichos de los hijos</i>	322
<i>Enseñarles autoestima</i>	326

<i>Política</i>	328
Guerra Civil Española	329
Populismo	330
Derecha, Ultraderecha y Fascismo	330
Club de Bilderberg	331
Comunismo y Socialismo	334
Organizaciones Internacionales	335
<i>El Idioma Español</i>	339
Asociación de Academias de Lengua española en el Mundo	340
<i>Iglesia Católica</i>	345
La Iglesia Católica en España	346
Ahorro de la Iglesia Católica al estado español	347
Otras Iglesias	348
Problemas de la Iglesia Católica	349
Carta abierta al Papa Francisco	350
<i>Las Corridos de toros</i>	351
Situación actual en España	352
La economía en España y los toros	353
La “coherencia” de Cataluña con la Fiesta Española de los Toros	355
La familia Gallo y los toros	357
Preguntas a los antitaurinos	359
<i>Vacunas</i>	360
<i>Televisión</i>	365
<i>Frases para aplicar en la vida</i>	366
<i>Solicitudes y reclamaciones</i>	364
<i>Consejos útiles a los hijos</i>	388
Anexo. Breve diccionario	391

*Ser padres es la única profesión de nuestra sociedad
donde primero te dan el título (muy fácil)
y luego aprendes (muy difícil)*

Los padres deben dar a los hijos “muchísima educación y poco dinero”

BERTÍN OSBORNE

*A mis hijos Nadia y Mané,
viajeros y aventureros como su padre,
que antes de cumplir los 20 años,
ya habían vivido en Estados Unidos 5 años cada uno
con la esperanza de que, con sus hijos tengan los posibles aciertos
y no cometan los seguros errores que nosotros tuvimos con ellos.*

SOBRE EL AUTOR

Permítanme presentarme. Algunos tal vez me conozcan, aunque para muchos amigos va a ser una sorpresa leer este libro sobre padres e hijos, la mayoría, no me conocen. Soy Manuel Gallo Vallejo, nacido en Jaén (España). Mi trayectoria profesional está basada en la Medicina y concretamente en la Obstetricia y Ginecología, la profesión más positiva y hermosa del mundo, profesión que he ejercido durante 40 fantásticos e intensos años, en Granada, Badajoz y Málaga (España), dedicados a los embarazos de alto riesgo, al diagnóstico prenatal, a los partos y a la cirugía de la mujer, de la cual he aprendido mucho, muchísimo, a lo largo de mi vida. Como todo ginecólogo, he tenido la suerte de trabajar con, por y para un ser humano muy superior al hombre, como es la mujer. No hay tiempo, ni políticos, ni suficiente oro en el mundo, para agradecer lo que una madre hace permanentemente por sus hijos. El instinto maternal no solamente SI existe, sino que es, estoy firmemente convencido de ello, el más poderoso de los instintos del ser humano.

Esta ha sido mi vocación como médico, una vocación maravillosa que supo transmitirme mi padre y también mi madre, desde esa labor callada pero fundamental que tenían algunas de las madres de familia. Somos 8 hermanos, yo el primogénito, muy bien avenidos y muy relacionados con la Medicina, transmitida por nuestro padre, cuya vocación por la Medicina no la pudo desarrollar debido a la guerra civil, ya que somos 5 médicos (2 ginecólogos, Manolo y José Luis, 1 médico de familia, Pachi, 1 médico de Medicina Deportiva, Miguel Ángel y 1 anestesista, María Luisa), 2 que han trabajado toda su vida en temas de Sanidad (dirección, Juan Carlos y administración, Mary Carmen) y 1 arquitecto técnico, Gregorio.

Un buen médico, creo sinceramente que tiene que ser una buena persona y debe estar hecho con una buena madera ya que como dice el cineasta José Luis Garci, el médico tiene que querer a sus pacientes. Afirmar que “para ser médico hay que ser buena persona” es una derivada del aforismo que dice que no podemos dar lo que no tenemos. Un médico tiene que buscar lo mejor para sus pacientes: cuidarles individualmente y a la vez considerar el contexto general, saber priorizar lo más relevante, comprenderles y hacerles saber que les entiende (ser compasivo y empático), dar una atención excelente y la mejor que podamos dar. No es posible hacer todo esto sin esfuerzo, sin creer en lo que se hace y, sobre todo, sin ser buena persona. La ética de la virtud no dice lo que hay que hacer, sino la clase de persona que hay que ser, en este caso de médico. Un médico virtuoso será aquel que posea las virtudes que le permitan ejercer la profesión plenamente. Dice Juan Carlos Giménez, que: “Ser médico no es un oficio más, es una filosofía de vida. El que elige Medicina no elige una profesión, sino una forma de vivir”. Totalmente cierto y eso tiene que saberlo y aceptarlo, el médico y toda su familia.

No obstante debo confesarles que creo que soy un médico atípico, respetando, pero no compartiendo opiniones de mis colegas que dicen que morirán ejerciendo la medicina, ya que considero que hay vida, mucha vida, tras la Medicina y en este momento que estoy retirado de la actividad asistencial, trabajo, si cabe más que antes, en nuevos proyectos como los libros que he escrito y dirigido sobre mi especialidad de Medicina Materno-Fetal, este libro sobre la difícilísima misión de ser padres y otros que tengo preparados para mis nietas y a mi pasión, también transmitida por mi padre al igual que a todos los hermanos médicos (espero que Florentino Pérez no me la quite con el fichaje del absurdo Neymar) que es el Real Madrid, de la cual tengo ya 5 libros escritos.

Gran parte de mi trabajo, sobre todo docente, he tenido la suerte de realizarlo en los países hermanos de Latinoamérica, viajando desde 1990 prácticamente todos los años y más intensamente en los últimos 20 años, con viajes casi mensuales, pasando de largo de los 250 viajes cruzando el “charco”. De mis amigos y colegas latinoamericanos he aprendido, a lo largo de estos años, muchas cosas en lo profesional y en lo personal (esto mucho más importante siempre) y los libros de Medicina que he escrito a lo largo de esos años, en colaboración con muchos autores de allá, a los que siempre estaré agradecido, es una forma, modesta y humilde, de devolver lo mucho que he recibido de Latinoamérica.

Otra maravilla más de Latinoamérica es su relación con España y la Madre Patria, como todavía es llamada por allá por muchos de sus países y habitantes. Muchas veces pienso que España y los españoles todavía no somos plenamente conscientes de esta fantástica relación e influencia que tenemos con y para Latinoamérica. Ojalá nos demos cuenta, del todo, algún día y sepamos devolverles lo mucho que hemos recibido de ellos (sobre todo de México), la aceptación de la emigración, legal, controlada y regulada, entre otras cosas, sobre todo en épocas claves de la historia de España. Esta “deuda” España, la está cumpliendo con mucho gusto y ya hay países donde España, ha recibido en los últimos 10 años el triple de los emigrantes que envió en la década de los 40, 50 y 60, como la Argentina.

Por cierto mi filiación política: Ninguna, pero admito que soy un español normal y creo que sensato y tolerante, orgulloso de su País y Patria, sus orígenes, de su historia, idioma, cultura y costumbres y que no lo que me gusta, no promuevo su prohibición.

Por si alguien quiere conocerme un poco más, les adjunto un resumen en una sola hoja, de mi Curriculum a lo largo de estos años. Como comprenderán, a estas alturas de mi vida, no hay ninguna pretensión personal, nada más que el respeto que ustedes me merecen, ya que no aspiro a nada más que disfrutar de lo mucho y bueno que he tenido la suerte de recibir de la vida y vivir en paz con mi familia, en el Rincón de la Victoria (Málaga), y Madrid y con los amigos, en España y toda Latinoamérica.

Muchas gracias por su atención y su tiempo al leer esto.

MANUEL GALLO VALLEJO
manologallo@agoramedica.com



Manuel Gallo Vallejo
manologallo@agoramedica.com

- Nacido en Jaén (España).
- Licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Granada.
- Especialista en Obstetricia y Ginecología por la Universidad de Granada
- Doctor en Medicina por la Universidad de Granada.
- Especialista en Perinatología por el CLAP de Montevideo y Universidad de la República (Uruguay).
- ExJefe de la Unidad de Diagnóstico Prenatal. Departamento de Obstetricia y Ginecología. Hospital Universitario Materno-Infantil “Carlos Haya”. Málaga.
- Director del Instituto de Medicina Fetal Andaluz (IMFA).
- Director de la Colección de Libros (27) de Medicina Fetal y Perinatal (Editorial Amolca).
- Director de la Colección de Libros (14) de Doppler y ultrasonografía (Editorial Cuéllar-Ayala, México).
- Director de la Colección de Libros (4) de Demandas Judiciales (Editorial Cuéllar-Ayala, México).
- Autor y editor de 2 libros sobre “Monitorización Fetal en Embarazo y Parto”.
- Autor y editor de un libro sobre “Cribado, Diagnóstico, Tratamiento y Prevención Prenatal”.
- Autor y editor de un libro-atlas sobre “Doppler en Obstetricia y Ginecología”.
- Presidente de Honor de la Sociedad Iberoamericana de Diagnóstico y Tratamiento Prenatal (SIADTP).
- Miembro de Honor de la Fundación Álvarez-Caldeyro Barcia (Montevideo).
- Miembro de Honor de las Sociedades de Ecografía de Argentina, Perú, República Dominicana, Cuba, Ecuador y Venezuela.
- Perito Oficial para Demandas Judiciales de la SEGO.
- Autor y editor de 2 libros sobre Demandas Judiciales en Medicina.

- Maestro de la Sociedad Iberoamericana de Diagnóstico y Tratamiento Prenatal (SIADTP).
- Académico correspondiente extranjero de la Real Academia de Medicina del Paraguay.
- Académico correspondiente extranjero de la Academia Latinoamericana de Ultrasonidos (AL AUS).
- Profesor visitante de la Universidad Nacional de Asunción (UNA) de Paraguay.
- “Doctor Honoris Causa” por la Universidad Mesoamericana (México).
- Ciudadano Ilustre de la ciudad de Asunción (Paraguay) y Guatemala Ciudad (Guatemala).
- Fundador y Director Científico del Proyecto Docente Ágora Médica y del Campus Online en Medicina Materno-Fetal “Caldeyro Barcia” (www.ago-ramedica.com).

AGRADECIMIENTOS

Decía D. Ángel Saavedra, el Duque de Rivas, en la obra de teatro “Don Álvaro ó la fuerza del sino”, en la España del siglo XIX, año 1835: *“porque ser agradecido la obligación mayor es, para el hombre bien nacido”*. Yo intento siempre ser bien nacido, es una de las máximas de mi vida, que transmito a mis hijos.

Agradezco a mis padres que con su ejemplo me inculcaron la fe en el trabajo, la labor bien realizada, la disciplina y su enorme capacidad de sacrificio para lograr la formación y el bienestar de sus 8 hijos. A mi padre Manuel por su constante sacrificio por sus hijos y por su influencia para que algunos de sus hijos, 5 de ellos, eligiéramos esta maravillosa profesión de la Medicina. A mi madre María Luisa, por dedicar toda su vida a sus hijos, por educarnos, por todo. También a mis 7 hermanos, Gregorio, María Del Carmen, José Luis, Juan Carlos, Pachi, Miguel Ángel y María Luisa, por ser amigos, además de hermanos.

A mi exesposa Luisa María, que supo siempre alentar y estimular mi trabajo comprendiendo el tiempo que por mi vocación dejé de dedicarle, convirtiéndose para mí en un enorme océano de paz y tranquilidad, empezado con mi primera beca a Montevideo en 1979 con nuestra hija Nadia de 9 meses y terminando con mi última beca en San Francisco en 1989 con nuestro hijo Mane de 2 años. Lamentablemente nuestros caminos se separaron en el año 2006, afortunadamente sin traumas ni terceras personas por medio.

Ahora tengo la fortuna de tener a mi lado, desde el 2008, a Olga que tanto sabe de renunciadas, que tanto sabe de silencios, que ha sabido continuamente compaginar armoniosamente «ser presente con no estar», por mi incansable alma viajera y de lector-escritor. Siempre le agradeceré su enorme paciencia y por lo tanto ayuda, por sufrir y aceptar mis largos periodos de concentración con vigiliadas nocturnas incluidas, en la larga preparación y redacción de este libro y en todos mis libros anteriores. Mi sincero y eterno agradecimiento.

A mis hijos Nadia y Mane, a los cuales va dedicado este libro, que son mis consultores para todo en la vida, aunque a veces son muy exigentes y yo creo, en vano, que he llegado a la edad de que me digan a todo que sí. Mi hija Nadia nos ha premiado a toda la familia con dos princesas: Alexia y Lara, los dos luceros de la famosa canción de Mercedes Sosa “Gracias a la vida” que me han permitido la inigualable experiencia de ser padre dos veces, esta segunda vez desde la perspectiva experta de abuelo y por lo tanto de un disfrute incalculable.

Aquí debo agradecer a mis 5 maestros en la medicina (he sido un hombre muy afortunado en la vida personal y profesional, como pueden observar) que así he considerado a lo largo de toda mi vida profesional: José María Carrera y José Arbués (España), Roberto Caldeyro Barcia (Uruguay), Samuel Karchmer (México), y Rodrigo Cifuentes (Colombia). Ninguno me enseñó a hacer un fórceps, una cesárea ó una histerectomía, pero todos ellos, me enseñaron, fomentaron y dieron ejemplo de algo, mucho, muchísimo más importante: la enseñanza humanística, el cariño y respeto por mis pacientes y por mis colegas y la fascinación por el mundo de la docencia, organización y la investigación en Medicina Fetal y Perinatal.

D. José Ortega y Gasset el más importante filósofo español del siglo XX, dijo una frase que siempre se me quedó grabada: “Yo soy yo y mi circunstancia”, la cual repito con frecuencia a mis hijos y también a mis amigos. Mi circunstancia inseparable de mi yo, es, sin la más mínima duda, Latinoamérica y concretamente México, a quienes siempre estaré agradecido por todo lo que he recibido, personal y profesional, en estos últimos 30 años.

A mis amigos españoles y latinoamericanos por su amistad y sobre todo por “estar ahí” siempre. Siempre tuve claro este aspecto de mi vida. Nunca quise ser “el hombre más rico del cementerio”, ni un hombre “tan pobre que solo tenía dinero” y siempre fui afortunado con muchos y buenos amigos a lo largo de toda Latinoamérica. Después de la familia, los amigos son la mayor riqueza que tiene el ser humano y debo reconocer que en eso yo soy multimillonario. A lo largo de mis múltiples y placenteros viajes por Latinoamérica, he tenido la oportunidad de conocer a personas, colegas y amigos, que, a una profunda calidad humana, unían una extraordinaria formación profesional en el terreno de la Medicina Fetal y Perinatal. Me han honrado con su amistad, con su exquisita hospitalidad latina, única e incomparable, con su español perfecto y amable, y me han regado de su ciencia, bien trabajada, sólida y a veces, lamentablemente, no bien conocida más allá de las fronteras del mundo científico hispano. Por lo tanto, agradezco a mis amigos, por el ánimo y ayuda y sobre todo por hacerme feliz cada vez que voy a Latinoamérica. Es un verdadero placer y sobre todo un honor tener tantos y tan buenos amigos en todos y cada unos de los países hermanos de Latinoamérica.

Agradezco profundamente a los siguientes autores de “cabecera” (por orden alfabético): Luis María Ansón, Albert Boadella, Álvaro Bilbao, Antonio Burgos, José María Carrascal, Javier Cercas, Miguel de Cervantes, Paolo Coelho, Antonio Escohotado, Juan Eslava Galán, Antonio Gala, Eduardo Galeano, Carlos Herrera, Federico Jiménez Losantos, Lorena Maldonado, Sandor Marai, Julián Marías, Rosa Montero, Antonio Muñoz Molina, Andrés Oppenheimer, Jose Ortega y Gasset Arturo Pérez Reverte, Pedro J. Ramírez, Elvira Roca Barea, Pedro Ruiz, Juan Rulfo, Joaquín Sabina, Fernando Sánchez Dragó, Fernando Savater, Lorenzo Silva, Jordi Soler, Salvador Sostres, Mario

Vargas Llosa, Cesar Vidal, Manuel Vicent, Juan Villoro, Alfonso Ussía, por sus extraordinarios artículos y libros que me han ayudado a informarme y formarme tras un rato o días o meses de deliciosa y fructífera lectura.

También a todos los periodistas, ya mencionados antes y periódicos, especialmente OK Diario, El Español, El Imparcial, Libertad Digital, El Confidencial, El Mundo, ABC y La Razón, mencionados en el Manual, por su valiosa y completa información, y por su autorización.

Mi siempre agradecimiento a Jose M. Padilla, maquetador y diseñador de todos mis libros por su magnífico trabajo y su paciencia.

A mis nietas Alexia (7 años) y Lara (3 años), ya que me han dado la fantástica oportunidad de terminar este libro con ellas en casa, como todos los veranos, trabajando los 3 delante del ordenador, yo con lo mío y ellas con lo suyo, Alexia con otro ordenador y sus clases de ruso y Lara con sus dibujos. Además Alexia y Lara son las autoras de la fantástica y original portada de este libro.

OTROS PERSONAJES PROPIOS DE ESTE MANUAL

Los principales personajes de este libro



LUISA MARÍA PÉREZ DE TUDELA VÁZQUEZ

Mamá de Nadia y Mané

Nació en Madrid, nos casamos en 1974, vivimos en Granada, Badajoz, Montevideo, San Francisco y Málaga. Fue, es y estoy seguro de que será una madre maravillosa para sus hijos (siempre le estaré agradecido por ello) durante los años que permanecieron en el nido y también ahora que ya se fueron. Además, es una abuela excepcional para sus nietas y más ahora que ya han dejado de ser bebés y son unas increíbles muñecas. Nuestros caminos se separaron en 2005, afortunadamente sin traumas ni terceras personas por medio y mantenemos una buena relación, sobre todo familiar.



NADIA GALLO PÉREZ DE TUDELA

Nació en Granada en el Hospital Clínico San Cecilio, donde hice la Residencia en Obstetricia y Ginecología y yo inocente y atrevido como un residente, asistí a su mamá para traerla al mundo. A la edad de 1 año nos trasladamos a Badajoz, ya con plaza de médico adjunto y luego a Montevideo por 1 año. A la vuelta a Málaga, hasta los 11 años fue al colegio en Málaga. A los 12 años fuimos a vivir a San Francisco por 1 año y a su vuelta volvió al colegio en Málaga y a los 15 años la enviamos a Philadelphia por su primer año de la high school. Volvió para el segundo año y también para los restantes dos cursos, finalizando sus estudios en Philadelphia.

Comenzó su carrera de Dirección de Hotel en la escuela suiza de Les Roches, en el campus de Marbella, terminando con 20 años. Hizo las practicas de su primer año en el Hotel Marbella Club y de segundo año en Londres en los hoteles Four Season y Mandarin Oriental. Ya con su título de “Dirección de Hotel” comenzó a trabajar en el Hotel NH Almenara en Sotogrande y de allí pasó al hotel Finca Cortesin, donde estuvo trabajando 8 años, hasta que se traslado a vivir a Madrid. Una vez en Madrid trabajó en el Hotel Hilton de Mallorca, en un puesto desde su domicilio. Ahora ha decidido tomarse 1 año sabático para dedicarlo a la profesión más importante del mundo (y la peor pagada, injustamente): Mamá de sus hijas.

En 2012 nos hizo el regalo más maravilloso que pueden recibir unos padres y sobre todo unos abuelos: la princesa Alexia, que nació en Málaga en mi Hospital Materno-Infantil donde trabajé y disfruté 30 años de mi vida, que además fue mi parto de despedida de Ginecólogo. En 2016 nos volvió a regalar a toda la familia y sobre todo a su hermana Alexia, a la princesa Lara, que nació en Madrid, afortunadamente tras un parto espontáneo y sin problemas, como su

hermana mayor. Como todos los veranos se vienen a la casa del Rincón de la Victoria, con Jaime, Alexia y Lara y aquí pasamos todos el mes de agosto y unos días más de septiembre. Nadia aprovecha todos los veranos para reunirse con sus amigas del colegio y de siempre y Olga y yo, gustosamente, le damos “vacaciones de Mamá” para cumplir con sus amigas.

Aunque siga creciendo y creciendo, Nadia para mí siempre será “mi niña” y siempre tendrá a su lado a su Papá, para cuidarla, quererla y consentirla.



Alexia el día que nació Lara



Alexia y Lara en el colegio hace unos días



MANUEL GALLO PÉREZ DE TUDELA

Nació en Málaga también en mi hospital Materno-Infantil de Carlos Haya, donde esta vez hice de padre y no de ginecólogo, lo cual fue una experiencia distinta. Al año y medio se vino a vivir a San Francisco, permaneciendo allí hasta los 2 años y medio. Cuando salíamos a pasear Nadia, Mane y yo, el era quien nos conducía al volver a casa, ya que salió a su madre en la buena orientación, que contrastaba con la mala orientación mía y de Nadia. Al volver a Málaga fue al colegio Cerrado de Calderón hasta los 14 años, que inicio su etapa americana de la high school en Grand Rapids (Michigan). Allí estuvo los 4 años de la high school hasta los 18 años, iniciando incluso el primer año del College en la Universidad de Grands Rapids.

Al volver a Málaga, inicio la carrera de Dirección y Administración de Empresas en Múnich y Barcelona. No la termino y estuvo 3 años sabáticos trabajando en Londres, Barcelona y Málaga. Terminó la graduación en la universidad americana de Paramount California University.

Como ven, ninguno de los dos ha sido médico como su padre ni relacionados con el mundo del arte como su madre y lo hemos respetado totalmente. Particularmente he de decir que a mi me han hecho un gran favor, ya que al no ser médicos ninguno de los dos, me ha permitido dejar la labor asistencial cuando yo he querido y por otra parte y lamentablemente, creo que a la profesión de médico no le esperan buenos tiempos por injustas y múltiples razones, que no es el momento de detallar en este libro y tal vez si en uno específico sobre el tema.

En 2012 comienza su valiente aventura en Dubai, le fue bien allí, trabajando en diversas empresas alternando con su gran afición a los coches y continua hasta el presente. Actualmente como director general de Cells Group.

Como todos los veranos se viene a la casa del Rincón de la Victoria, y aquí pasa unos días de vacaciones en el mes de agosto. También Mane aprovecha todos los veranos para reunirse con sus amigos del colegio, lo cual es una gran satisfacción, al igual que Nadia, como padre ver que conservan los amigos de la infancia y colegio.

Con mi hijo Mané, la relación es muy estrecha también, pero algo diferente a Nadia ya que al ser soltero y no tener hijos, me necesita menos. También ha vivido en muchas partes del mundo: San Francisco, Málaga, Michigan, Múnich, Barcelona, Londres y ahora Dubai. Es el más viajero de todos habiendo estado ya en 63 países en su corta vida.



OLGA OSIPOVA

Nació en Batchesaray, Crimea (Ucrania) y vivimos juntos desde el año 2008. A pesar de tener pasaporte de Ucrania, siempre se sintió Rusa y en su pasaporte original ponía “nacionalidad rusa”. En 2016 Crimea por referéndum nacional pasó a pertenecer políticamente a Rusia, con un 95% de votos a favor, ya que desde siempre la población de Crimea se sintió rusa y no ucraniana. En Crimea realizó estudios de danzas regionales rusas y ballet, obteniendo el título de coreógrafa de danzas rusas.

Antes de venir a Málaga, estuvo viviendo 3 años en Mongolia, en el desierto de Gobi, donde nació su hija Anna, en la ciudad de Darham y otros 3 años vivió en Javarosk (Siberia) donde tuvo la oportunidad de hacer el viaje en el tren transiberiano de 7 días de duración (una de mis ilusiones no cumplidas). O sea que ha tenido una vida “movidita” y como consecuencia de ello, ahora le gusta la vida tranquila, lo cual me parece muy bien ya que a pesar de que es 17 años más joven que yo, coincidimos en muchos gustos, ya que estoy en la edad de disfrutar tranquilamente de la vida y no de vivirla de nuevo.

Lleva viviendo en Málaga desde el año 2004 y desde el año 2014 vive también en Málaga su hija Anna. Mis hijos Nadia y Mané la han aceptado plenamente en mi vida y en sus vidas y sus “nietas” Alexia y Lara, la adoran y están deseando que llegue el verano para llegar a Málaga, estar juntos y disfrutar en la piscina y la playa, ya que juega con ellas y mucho (es una “abu” con ventaja por su edad y Alexia y Lara lo saben y disfrutan). Además, están deseando comer los platos rusos y españoles que les prepara, ya que es una excelente cocinera. Este verano Alexia ha comenzado clases de ruso y no puede tener mejor profesora.

Le gusta mucho España y la conoce bastante bien por los viajes que hemos hecho juntos. También le gusta Latinoamérica y conoce Brasil, Argentina, Paraguay, Colombia, Ecuador, Bolivia, Guatemala, Republica Dominicana y México, que es su país favorito (en unos días salimos para allá en el que será su cuarto viaje a México), por los muchos viajes que me ha acompañado.

Nunca conocí una mujer menos interesada que ella, por lo temas materiales de la vida. Es una mujer de firmes convicciones morales, una excelente madre y “abu” y una fanática de la puntualidad y de la responsabilidad en todo lo que hace.

PRESENTACIÓN

Este Manual para Padres con hijos (o sobrinos, si procede) esta basado en mi experiencia personal como padre de 2 hijos, Nadia y Mane. En su educación creo que he tenido algunos aciertos y seguro, muchos errores. Este libro esta basado en una mezcla de ellos, y por lo tanto, lo considero también como una especie de autobiografía o Memorias parciales ya que como verán si se atreven con esta lectura, yo también puedo decir, salvando las distancias, aquella famosa frase de Neruda: “confieso que he vivido” completada por la de otro premio nobel, esta vez español Camilo José Cela: “que me quiten lo bailao”. Hay que vivir la vida y no permitir que pase, sin vivirla.

Les pido mil disculpas a los profesionales de la educación por mi intromisión en un terreno que no es el mío profesional, pero que por mi condición de padre (y ahora abuelo) me permite expresar, siempre con la mejor de mis intenciones, algunas opiniones basadas en la experiencia de la vida en ambos terrenos familiares. El ser abuelo en esta vida, te da la magnifica y maravillosa 2ª oportunidad en la vida (¡qué pocas veces tenemos una segunda oportunidad!) que a veces la inexperiencia y el ritmo de vida cuando se es más joven, te la niega cuando se presenta la 1ª oportunidad de ser padre. Yo al menos así lo siento y así lo disfruto.

Una amiga mía paraguaya y miss Paraguay en su juventud, me decía: Manolo a mí, mis nietos cuando vienen a casa me dan dos grandes alegrías: “Una, cuando llegan, otra, cuando se van”. Creo que es muy cierta, ya que en esta vida hay una edad para cada cosa y una cosa para cada edad, pero para mi la primera alegría es infinitamente superior a la segunda, que a veces ni la percibo. Reconozco que gran parte de la “culpa” de ello, la tienen Nadia y Jaime ya que la educación de Alexia y Lara es, por ahora, exquisita y son niñas muy cariñosas, abiertas y familiares y me permiten ejercer mi principal función de abuelo: quererlas, disfrutar de ellas, casi todos los días hablamos por Facetime y consentirlas. Para los padres dejo su principal misión: quererlas, disfrutar de ellas, educarlas y solucionar los problemas médicos (aunque por mi condición de médico, siempre he ayudado a mi hija Nadia en los pocos que afortunadamente ha tenido). De todas maneras, éstos son irremediables en los niños y no olviden la definición de adulto, relacionada con este tema: “Adulto es un superviviente de la niñez”.

Creo que nuestra responsabilidad como padres, para ser ejercida correctamente, ha de seguir un cierto orden en la vida de nuestros hijos. Este Decálogo para Padres, creo que debería ser en este orden cronológico y también de importancia:

1. La educación personal y en familia, sin lugar a duda lo principal.
2. Los amigos, siempre presentes, pero seleccionados.
3. Respeto y no violencia a la mujer. Igualdad de derechos de género. No igualdad de género.
4. Orientarlos hacia una vida sana en alimentación, salud, deporte y afición a las artes.
5. Educación en las nuevas tecnologías de la Educación Digital, sus ventajas y sobre todo peligros.
6. Educación y formación profesional.
7. Estimularlos a leer y elegir buenos libros, muy importante para el desarrollo personal y profesional.
8. Enseñarlos a viajar por el mundo y conocer España, pero viajes bien planificados y organizados (no siempre).
9. Informales en el tema de la Emigración en el mundo y en España en particular.
10. Fomentar las conversaciones familiares, fundamental para mantener una familia.

Como ven dejo fuera al trabajo, ya que es totalmente secundario cuando llega el momento de hacer un resumen de tu vida (lo malo es cuando te das cuenta demasiado tarde). En esta vida tenemos que desarrollar la inteligencia de tal forma que nos permita trabajar para vivir y no vivir para trabajar, como hace tanta gente en el mundo.

Atreverme a redactar este Manual no significa que yo haya hecho siempre lo correcto con la educación de mis hijos ya que soy consciente tanto de mis escasos aciertos (creo) como de mis muchos errores (seguro), pero en esta vida cuando ya tienes un cierto número de años, sabes que has aprendido algunas veces más de los errores que de los aciertos. Los fracasos enseñan mucho y los éxitos, muchas veces, poco.

Cada vez estoy más convencido que las distintas sugerencias (no me atrevo a dar consejos) que aborda este Manual, con su permiso, son parte fundamental de la enorme responsabilidad que tenemos los padres (y los no padres adultos) en el futuro de nuestros hijos. Esta responsabilidad es fundamental e ineludible, no podemos renunciar a ella, no podemos dejarla en manos de los docentes del colegio, no podemos dejar de ser padres. Podemos separarnos o divorciarnos de nuestra pareja o esposa, si los caminos de ambos dejan de ir unidos y se separan a lo largo de la vida, pero no podemos “divorciarnos” de

nuestros hijos. Los padres somos padres hasta nuestra muerte y ya sabemos que no hay nada menos interesado que aquello que un padre (sobre todo una madre) hace por un hijo, sin esperar nada a cambio. ¿Como es posible que haya mujeres que nieguen el “instinto maternal”? Puede que ellas no lo tengan, que lo admito, aunque he conocido a muy pocas mujeres a lo largo de mi vida profesional, pero no se puede negar que exista en la raza humana e incluso en los animales.

Ya sabemos que para conseguir ese estado vital que es la felicidad (muy buena la frase de que la felicidad es aquello que pasa delante de nuestros ojos mientras que nosotros estamos esperándola) una formula perfecta es esta, “no esperar nada de nadie”. “No esperes nada de nadie, si quieres vivir una vida feliz”. En este caso de padres a hijos, se cumple al 100%. Siempre. Por eso todo lo que recibamos de los hijos, siempre será un premio, muchas veces de incalculable valor.

Ya se ha dicho muchas veces que curiosamente para desarrollar el trabajo más importante de nuestras vidas, el de ser padres, no hay escuelas ni universidades, ni Máster, para ello. Curiosa sociedad la nuestra, tan adelantada en otros aspectos de la vida, pero tan atrasada en otros. Primero y sin estudiar nada ni pasar ningún examen, nos dan el “título de padres”, al nacer nuestro primer hijo y luego viene la formación y la experiencia. A veces, lamentablemente, si tenemos una mala formación e información, las victimas son los hijos. Un tema muy importante y que nos diferencia a la cultura hispanoamericana de otras es que en todos los casos hay que practicar nuestra cultura familiar de “apapachar” que en el único idioma ancestral que sobrevive y se habla en México, el idioma náhuatl significa “acariciar con el alma”. El contacto físico es muy importante entre los seres humanos y más entre padres e hijos. En España todavía lo conservamos, pero creo que lo vamos perdiendo al europeizarnos progresivamente y es una tradición de las muchas que no deberíamos perder y por el contrario si fomentar para ejemplo de los hijos y nietos. Estados Unidos y otros muchos países del primer mundo, no tienen cultura del tacto físico, que es un tipo de comunicación más allá de las palabras y hay programas especiales para que las personas reciban abrazos y otros apoyos, ya que se ha demostrado que esta falta es tan importante como otras circunstancias medicas adversas de la vida.

Creo que lo ideal es que los padres se complementen entre ellos, formen un equipo en lo posible, en relación con la educación de los hijos. En mi caso, la madre de mis hijos era y es la encargada de la “afectividad” y yo de la “efectividad”, no al 100 % pero si por regla general, y así creo, lo entendían mis hijos, acudiendo a uno y otro, en función del problema que querían resolver.

Me he permitido incluir en este libro una serie de artículos, relacionados con cada capítulo, que escribí para el periódico SUR de Málaga hace ya casi 20 años. Espero que disculpen la diferencia de tiempo o tal vez su “actualidad” con el tiempo actual.

Que nadie piense que en la dedicatoria del este libro va implícito que yo considero fundamental en la educación de los hijos, su estancia en el extranjero, pero si he de decir que creo que es o era, un factor importante en su formación ya que como veremos en el capítulo correspondiente, no solo es importante para aprender, de verdad, el idioma inglés, el más importante desde el punto de vista profesional, junto con el español, sino para aprender otros muchos conceptos que yo considero tan importantes como el idioma en un hijo en formación: conocer otra sociedad, conocer otra familia, conocer amigos nuevos, aprender el valor del dinero, etc. En definitiva, que aprendan “que no es todo oro lo que reluce” (los Estados Unidos) y su estancia allí, les ayude a valorar a su familia de aquí en otros aspectos de la vida y también valorar, apreciar y querer al país donde viven, España, lo cual lo considero fundamental en su formación.

Mi “querencia” por viajar fuera de España, durante toda mi vida, tiene una premisa fundamental: España es para mi, tras haber agotado muchos pasaportes, el mejor país del mundo, a pesar de conocer todos los defectos que tenemos en España y los españoles y cuanto más viajo, más me reafirmo en ambos conceptos, lo bueno y lo malo. Creo que debería ser obligatorio para todos los ciudadanos del mundo, viajar al extranjero un cierto número de veces durante su vida (“gastar” pasaporte), especialmente de jóvenes, lo cual les permitiría conocer otro mundo y evaluar más sosegadamente y con más conocimiento el país propio. Así se evitarían nacionalismos materiales innecesarios (los nacionalismos es una enfermedad que se cura leyendo y viajando, dice Mario Vargas Llosa, con toda la razón del mundo) y se conservarían los nacionalismos espirituales, los de verdad.

Ello es motivado por mi siempre alma viajera, muy selectiva con el paso de los años, ya que me he limitado a Europa, Estados Unidos, muy poco a África y Asia, y sobre todo Latinoamérica que ha sido mi gran pasión en los últimos 30 años. Repasando un poco mis viajes me di cuenta de que los 20 años los cumplí en España, los 30 en Sudamérica (Montevideo), los 40 en Norteamérica (San Francisco), los 50 en Centroamérica (San Salvador) y los 60 en México (México DF). Ya veremos a ver donde estoy al cumplir los 70 (muy posiblemente en Dubai, Asia).

A estas alturas de mi vida, debo confesar que me he autolimitado en mis viajes y mis lecturas, quizás estoy en la edad que disfruto y prefiero leer cosas

repetidas que me gustaron, que cosas nuevas por conocer y por ello el lector verá que mis referencias literarias, que he utilizado y les agradezco de todo corazón, como “soporte” en este libro en muchas de sus páginas, son bastante “limitadas”. Hay que reconocer que pocos países en el mundo pueden presentar este listado tan amplio, en calidad y cantidad, de escritores españoles. Otra maravilla de España. Por lo tanto, no van a encontrar ningún nombre rimbombante y desconocido de autor, como ocurre siempre que leemos alguna entrevista de algún personaje popular. “Nada en exceso”, decían los griegos. Con estos “apoyos” tengo más que suficiente. ¿Cuántos padres quisieran tener solo la mitad de los que yo tengo? Por lo tanto, me considero muy afortunado otra vez en mi vida.

Y en ese momento plácido, tranquilo y disfrutón de mi vida estoy, al lado de la playa del Rincón de la Victoria, con mi desayuno mediterráneo en la terraza leyendo la prensa seleccionada, en contacto diario con Nadia en Madrid y Mané en Dubai y mis nietas Alexia y Lara, con un libro en la mano pendiente de leer, disfrutar con este espectacular clima de Málaga, con mis viajes por España y Latinoamérica, con Mexico como país preferente, cada vez más seleccionados y con mi Mercedes clásico E-280 de hace 20 años y 490.000 kilómetros (cuidado por mi “mecánico de cabecera” y no por el taller oficial de Mercedes, ver comentarios al final del libro), ante las protestas de mis hijos que quieren que lo cambie por un coche nuevo y ven que no les hago caso, aunque me lo regalen.

En este libro, he intentado no tocar los temas políticos (incluidos en otros libros) por lo que pido disculpas al lector si cree que me quedo “corto” en ellos. Por otra parte, soy perfectamente consciente de que el lector perspicaz echará de menos muchísimos temas y partes de los capítulos incluidos en este libro, todos ellos interesantes sin duda alguna, pero cuando se escribe un libro como este hay que poner el “The End” en un momento determinado y ese momento ya llegó, con la esperanza de que ya llegarán otros momentos y otros temas, para profundizar, ampliar ó modificar, en este fundamental aspecto de la vida de unos padres y sus hijos. Por ejemplo, ya tengo en mente los próximos libros que voy a escribir: “Vivir en España. Ventajas e inconvenientes” y una serie sobre “Cartas a mis nietas Alexia y Lara” sobre temas muy concretos y monográficos para su formación y educación.

Comencemos, si el lector quiere acompañarnos, esta apasionante aventura, que es la de tratar de educar, informar y formar, a nuestros hijos, contándoles, de paso (con perdón), un poco de mi aventurera y viajera vida, excepto Latinoamérica que será motivo de otro libro.

