

“A la vejez, VIRUELAS”

POR MARÍA E. LOZANO

Ya el escritor español Bretón de los Herreros tituló así una obra suya en 1824, y dado que la viruela es enfermedad propia de la infancia, con ello aludía irónicamente a las personas que se resisten a envejecer adoptando usos y recursos reservados a la juventud.

Sorprende que en el 2012 exista esto ¿verdad? Rejuvenecer rostros, reducir tallas, quitar celulitis, reafirmar el busto, bótox, photoshop en todos los perfiles, looks exageradamente exóticos en el cabello, así como ropa de tamaños y colores propios de las adolescentes, es a lo que usualmente se recurre en cuanto al físico.

Aunque también está esta parte emocional que se resiste a la aceptación de las etapas hablando como los jóvenes, frecuentando antrós y, por supuesto, comportándose como lo harían los muchachos, incluso haciendo reuniones sólo para estar con ellos.

¿Qué sucede al interior de las mujeres mayores así? Creo que la falta de aceptación de poder elevar a la máxima potencia sus capacidades y aceptar sus limitaciones. Probablemente es una rebeldía porque en el pasado se reprimió su comportamiento y hoy, con el poder económico y autoritario que se tiene, se vive algo que quedó pendiente.

Habría que recordar que la vida tiene mucho que ofrecer en cada etapa, ¡también en el futuro! Responde a

10 | www.soymujeractual.com.mx

AL INTERIOR DE UN HIJO

Me da mucha pena cuando hay una junta en la preparatoria y mi mamá se presenta con sus jeans ajustados, escoladísima, tacones altísimos, las puntas del cabello güeras, su celular lleno de piedritas brillantes y comportándose peor que yo. ¿Tiene 49 años! ¿Qué le pasa? Casi no le aviso porque no me gusta que me critiquen mis amigos. No invito a nadie a la casa porque mi mamá no deja de sentirse “in” y nada más quiere estar con nosotros. Mi papá siempre le dice que parece mujer de la calle y, aunque se enoja, no cambia su apariencia. Es una vergüenza, ojalá cambie. Preferiría que fuera más seria.

Alumno de sexto semestre, 17 años.

lo siguiente: ¿Los demás me aceptan afectuosamente así, como “adulta desfasada”? ¿Al salir de bañarme, me urge maquillarme los párpados oscuros, la ceja pronunciada y el labial fuerte? Si esto es algo que está haciendo ruido, sería recomendable empezar a seguir los consejos de Gaby Vargas quien dice que, después de los cincuenta, “menos es más”. Preferir los colores tierra para nuestro maquillaje, delineador gris, ropa no tan ajustada al cuerpo, uñas medianas o cortas de colores discretos y accesorios pequeños. La ropa de estilo clásico no significa que te verías “anticuada”, sino como una persona digna

El ABC del crecimiento se aprende y consiste en:

- A.** Aprender a ser. ¿Sabes la que necesitas en realidad? Analízate.
- B.** Aprender a conocer. ¿Eres productiva? ¿Conoces gente de tu edad y llevas vida social con algunos de ellos?
- C.** Aprender a hacer. ¿Has trazado un plan de vida de acuerdo a tus gustos y posibilidades? ¿Ya incluíste afiliarte a un grupo o movimiento donde compartas tus experiencias?

Estar activa es lo importante, no desgastándote en actividades que –a los ojos de los demás– causan lástima. Cuando los adultos se asocian superan su desolación y aislamiento, es el momento de hacer ese colchón para luego; una vez iniciado esto, tus relaciones sean fuertes y perduren.

de respetar y admirar. Increíble, pero si haces la prueba en tu físico, poco a poco irías modulando lo demás.

Envejecer no es deteriorarse, es durar o permanecer por mucho tiempo, así que ¿de qué manera prefieres hacerlo para dejar huella y trascender positivamente?.

**La autora impartió cursos de capacitación y coaching.*

