

Vivir con...

MENOPAUSIA*Assumpta Serna:* «Somos más perfectas después de los 40»

Para muchas mujeres, como la actriz Assumpta Serna, la llegada de la menopausia se vive como el comienzo de un nuevo ciclo. «Estoy en mitad de mi vida, si logro vivirla a fondo escogiendo con más sabiduría cada decisión, será una etapa perfecta»

MARTA DE ANDRÉS

Algunas corrientes antropológicas dicen que la base de la menopausia es culpa del género masculino, dado que, desde la antigüedad, los hombres siempre han tenido preferencia por las mujeres más jóvenes a la hora de aparearse, lo que significa que las mujeres mayores no tienen la necesidad de seguir siendo fértiles. Algo así como un daño colateral de la selección natural. Según Freud, la pérdida de la juventud, la belleza y la fertilidad es un trauma importante en la mujer. Pero, por suerte, la realidad se ha propuesto no perpetuar los tópicos y mostrar la parte más positiva y enriquecedora de esta etapa de la vida.

Assumpta Serna, una mujer de bandera, icono de una belleza natural e intemporal, nos ofrece un testimonio fresco sobre este momento vital que cada vez más mujeres reciben con muy buen talante. «Siempre he querido ser mayor, tener tiempo para mí, para no andar detrás de caramelos que no existen, para darle importancia a otras cosas, para mirarse de frente y decir: estoy en la mitad de mi vida. Si logro vivirla a fondo, como mi primera mitad, pero escogiendo con más sabiduría cada decisión, será perfecta», afirma.

Como mujer, esta sería para ella algo así como una definición realista de lo que supone: «La menopausia es un aviso diario de algo que es nuevo y que no controlas. De manera desconocida tienes que enfrentarte con cambios en tu cuerpo». «Ante la evidencia de que ya nada será como era, tienes que plantearte que en lo que te resta de vida, la mejor manera es afrontarla todavía con mucha más valentía, responsabilidad, coraje y humor».

Para ser honestos con la realidad, nadie niega las connotaciones negativas que el término arrastra desde la antigüedad. «Sin duda para muchos y muchas significa también, el acercamiento a la muerte, la pérdida de una posibilidad: la de no tener hijos, el principio del final... Ya no eres objeto deseable». Pero Assumpta nunca ha tenido esta percepción. «Yo me decía: ¿Cuándo va a llegar? ¡Por Dios! ...así dejaré de ver esa sonrisa estúpida en la cara de los hombres, o el recelo en las mujeres».

Y le llegó en una de las mejores etapas profesionales de su vida, cuando encaraba su proyecto como creadora, junto a su marido,

**CAMBIOS EN EL CUERPO**

«ANTE LA EVIDENCIA DE QUE YA NADA SERÁ COMO ANTES UNA MANERA DE AFRONTAR LOS CAMBIOS ES HACERLO CON VALENTÍA, CORAJE Y HUMOR»

«TENGO LA SUERTE DE QUE ME QUEDÉ SIN BUENA VISTA CUANDO ME SALIERON ARRUGAS»



Assumpta Serna o cómo vivir la menopausia en plenitud

MALIBRÁN