



09/04/2013

Revanșa vârstei a doua

Life & Style - *Delia PATRU*



Femeile trecute de prima tinerețe știu să se bucure la maximum de viață

Un studiu realizat pe un eșantion de 1.500 de femei a demonstrat că 49 la sută dintre doamnele peste 45 de ani se simt mai fericite la această vârstă decât la 20 de ani, relatează repubblica.it

Pentru o femeie, sosește un moment în care anii „bat la ușă” cu prea multă insistență. Pentru a-i primi, este nevoie de o doză mare de curaj, însoțită de la fel de multă autostimă, inteligență și autoironie, calități care la un loc transformă o femeie „de vârsta a doua” într-o ființă irezistibilă din punct de vedere sexual și intelectual. Este suficient să ne uităm în jur ca să ne dăm seama că suntem înconjurați de doamne de 50 de ani pline de energie, talent, inteligență și rezistență, care cunosc mai bine decât propriile fiice semnificația cuvântului „fericire”. Au un venit propriu pe care pot conta, au fost primele care au învățat ce înseamnă emanciparea feminină și au știut să își câștige singure un rol social activ și recunoscut, au o viață plină de interese, au copii deja mari,

care știu să aibă grijă singuri de propria persoană. În plus, se bucură de o relație fericită cu oglinda, fiind deplin conștiente de faptul că farmecul nu este ceva ce se cumpără. În urmă cu câteva săptămâni, un studiu britanic comandat de firma de lenjerie intimă Playtex și care a fost realizat pe un eșantion de 1.500 de femei a demonstrat faptul că 49 la sută dintre doamnele peste 45 de ani se simt mai fericite acum decât la 20 de ani. Una din patru femei a mărturisit că are o viață sexuală satisfăcătoare, una din cinci chiar reușește să păstreze același ritm ca la 20 de ani, 11 la sută flirtează în mod obișnuit cu potențiali parteneri pe internet, procent doar un pic mai mic decât în cazul generației „sub 25 de ani“ (15%).

Vârsta conștientizării

Și specialiștii de la SDA Bocconi School of Management le-au dedicat acestor doamne un studiu, realizat tot pentru Playtex, pentru a schița „portretul-robot“ al acestei generații. Studiul, numit generic „Peste 45: nu ne-am simțit niciodată atât de bine! Vârsta conștientizării“, a avut în prim-plan femeile și evoluția rolului acestora din anii '60 și până în zilele noastre, arătând cum sunt femeile în contextul social actual, cum sunt reprezentate de publicitate și mass-media, care este rolul lor în contextul economic și care este raportul lor cu propriul corp. Rezultatele au fost mai mult decât surprinzătoare. Un participant la studiu a declarat că la 50 de ani o femeie „comite greșeli, fiind conștientă de ele, devine victima unor modele, știind foarte bine ce face“. Cuvântul de ordine pare să fie așadar „armonia“, însă pentru a ajunge aici au străbătut un drum dificil, care presupune inclusiv „adaptarea“ cu foarte multă disciplină a unui corp rebel la standardele ideale transmise de mass-media și publicitate. De altfel, pentru 98 la sută dintre femeile intervievate este important să își mențină forma fizică, însă doar 36 la sută dintre ele fac sport în mod continuu. În schimb, 60 la sută dintre respondente afirmă că sunt foarte atente la alimentație. 86 la sută declară că semnele lăsate de trecerea anilor nu reprezintă o problemă, pentru că „au învățat să le accepte“, în timp ce doar 11 la sută sunt hotărâte să facă ceva pentru a le atenua. În orice caz, 23 la sută dintre doamne sunt de acord în ceea ce privește importanța „de a părea mai tânără decât vârsta reală“. De asemenea, 80 la sută dintre femeile intervievate sunt mulțumite de propriul aspect fizic, iar 86 la sută sunt mulțumite de propriul chip.

Mereu în formă

Pentru cele mai multe dintre respondente, punctele critice sunt cele clasice: abdomen, șolduri, coapse, talie. Chiar și în cazul doamnelor care în tinerețe aveau o siluetă de invidiat, riscul de a se îngrășa a crescut simțitor, pentru că, odată cu menopauza, metabolismul se modifică. Așadar, kilogramele în plus rămân principala teamă, și se combat cu diete, sport și creme. Prin urmare, celebra expresie a lui Coco Chanel „La 20 de ani ai fața pe care ți-a dat-o Dumnezeu, la 50 ai fața pe care o meriți“ pare mai valabilă ca niciodată. „Faptul că femeile de peste 50 de ani se bucură din plin de viață nu este o noutate. Femeile de vârsta a doua din zilele noastre, care au o stare de sănătate bună, mai au mulți ani de muncă în fața lor, cu copii adolescenți, se simt mai mult sau mai puțin cum se simțeau bunicile noastre la 30-35 de ani. În plus, sosirea menopauzei nu mai este considerată un eveniment negativ și datorită substanțelor farmaceutice care permit atenuarea eventualelor probleme. Mai degrabă, menopauza este văzută ca o trecere la o fază a vieții în care sexualitatea poate fi trăită în mod liber, fără probleme, cu bucuria experienței în sine și fără senzația de oboseală fizică prezentă atunci când copiii erau încă mici“, a explicat psihiatrul italian Adelia Lucattini.