

Tendiendo Puentes

¿Crisis de la edad?

No, los hombres no la tienen...

La andropausia o climaterio en los hombres

• Lillian Liberman Shkolnikoff •

La vida empieza con un gran e inevitable trauma: salir del protector y cálido útero materno. Este trauma disminuye su impacto en el mismo instante en el que el cuerpo del bebé es acariciado por aquellos que lo aman.

Independientemente de que hay formas de amortiguar los efectos de éste, y de los siguientes traumas a los que nos enfrentamos en el curso de nuestra existencia, sabemos que en general, desde una perspectiva psico-socio-biológica, la vida es un proceso de altas y bajas físicas y emocionales en la que nuestros cuerpos se transforman y provocan a su vez cambios en nuestra percepción de la realidad.

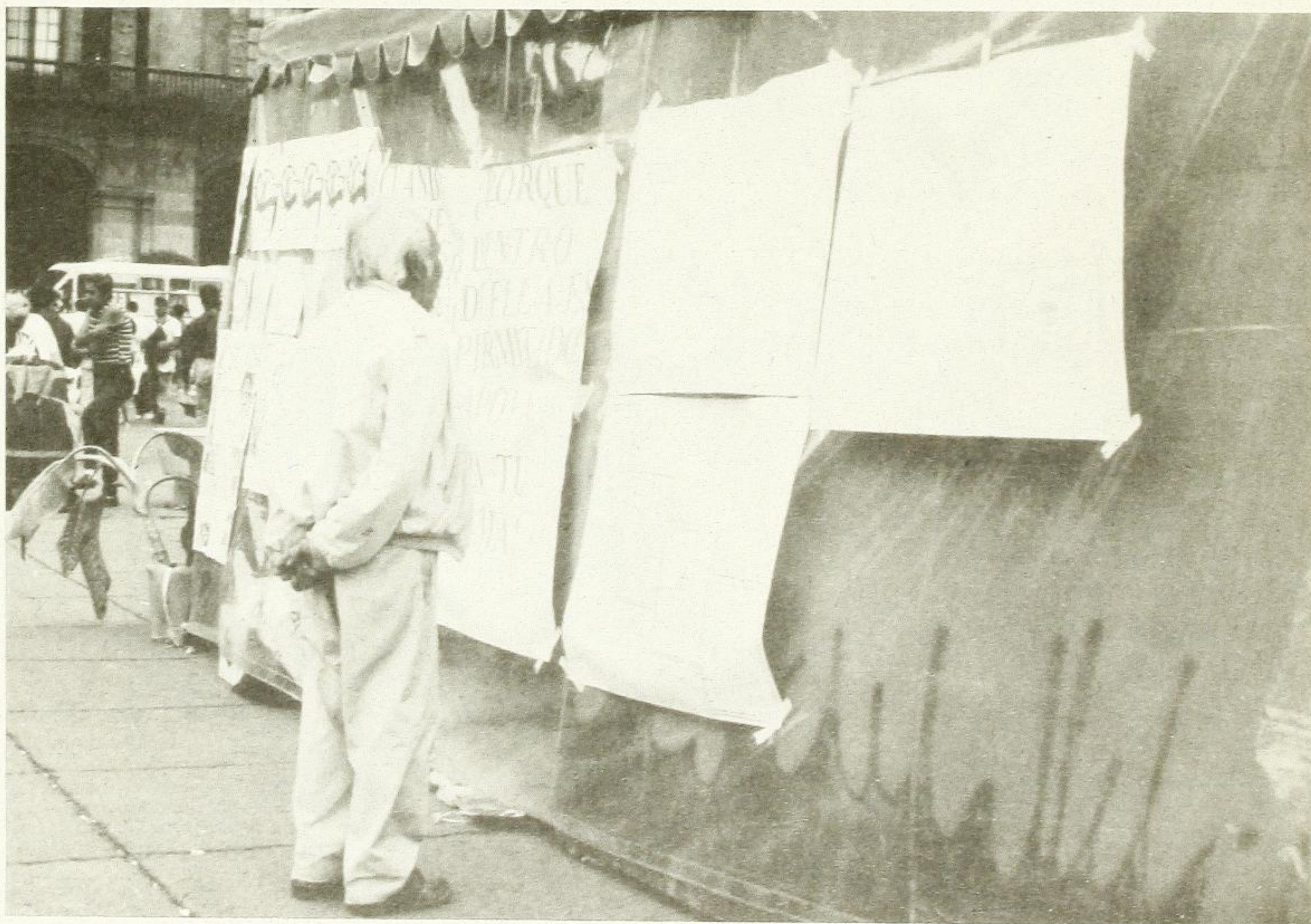
Hay ciertas crisis clave, casi iniciáticas, que determinan muchísimas de las actitudes con las que enfrentamos los distintos ciclos de la vida.

La crisis más reconocida socialmente es la adolescencia. Se habla de "la edad de la punzada" y se identifica por los cambios hormonales que conllevan cambios físicos y mentales.

Se desarrollan los órganos sexuales, brota la sexualidad y se inicia la lucha por afirmarnos como seres individuales conscientes volcados hacia el futuro. Esta

etapa marca la transición entre la infancia y la juventud.

La siguiente crisis más o menos reconocida, aunque en muchas ocasiones mal entendida, es la menopausia femenina durante la cual las mujeres dejamos de menstruar. Es frecuente que, debido a los cambios hormonales que esto produce, se sufran



bochornos, un gran agotamiento y hasta una importante pérdida de calcio que puede generar osteoporosis. Estos son los síntomas físicos de dicha transición,

pero como la definición preferida del patriarcado respecto a lo que significa ser mujer es en general la de "ser madre", el paquete de la menopausia muchas veces incluye depresión y angustia al perder el rol introyectado que nos da "nuestra razón de ser". A esto se agrega una evaluación natural de las satisfacciones logradas y de la frustración acumulada.

Ya sea por desconocimiento o por falta de interés, la institución médica suele atribuirle a esta etapa muchos otros síntomas que no le corresponden. Sin embargo, cuando se trata de la menopausia masculina o andropausia, el asunto se va completamente al extremo opuesto.

En efecto, la "andropausia" es una de las crisis más negadas por la sociedad. De hecho, muchos hombres llegan a ella sin haber oído jamás de su existencia y debido a esto, no saben qué les está sucediendo. Por lo general, al hombre occidental se le condiciona para no mostrar sus sentimientos y, por lo tanto, no aprender a expresar o manejar sus emociones. Este es el punto nodal de la dificultad que muchos hombres tienen para procesar sus vivencias como lo están haciendo las mujeres desde hace ya más de tres decenios.

Los hombres "tienen que ser" fuertes, firmes, casi duros, directivos, autoritarios, porque si no, no se les considera "suficientemente hombres".

Por lo general, si como estrategia de sobrevivencia un hombre ha logrado adquirir todas estas características, a la edad de cuarenta y cinco o cincuenta años se encuentra desempeñando ese rol lo mejor que puede sin haberse cuestionado nunca, y sin dejar de repetir mecanismos de control que ya no corresponden a su ser verdadero. Entonces tendrá que enfrentar la crisis más difícil de su vida cuando su cuerpo, sus hormonas y la realidad le avisan que esa época en la que él era fuerte y tenía el control de su vida y la de sus allegados, ha comenzado a opacarse.

Mucho peor si, aunado a esto, vive una disminución (que por lo general es transitoria) de su líbido y, en ocasiones extremas comunes en esta edad, alguna manifestación de impotencia.

Esto, en la sociedad contemporánea, para un hombre, puede ser sinónimo del fin del mundo.

Si por otra parte, a raíz de una pérdida cercana, o de algún suceso que de manera indirecta lo confronta con la muerte, el hombre toma conciencia de su propia mortalidad, y como seguramente nunca ha trabajado su miedo a la muerte (que es otra de las carencias de nuestra educación religiosa), este solo hecho lo llevará a cuestionar lo que ha estado haciendo durante su vida adulta: su profesión, sus

finanzas, su familia y todos los satisfactores que deseó y no logró.

Inducidos por una sociedad que promueve el alcoholismo, muchos hombres atormentados hasta el insomnio, adoptan el alcohol como un escape perfecto ante el dolor de tener que transformar sus vidas o el terror de iniciar un proceso de introspección.

Cuando además descubren que no lograron todo lo que se proponían (lo cual es muy común), y que tienen que enfrentar los problemas incrustados en sus familias, mismos que han minado la capacidad de amor y han generado un ambiente de poca armonía, la crisis de la andropausia puede convertirse en un auténtico infierno que los hace perderse y, muchas veces, tomar decisiones equivocadas que habrán de lamentar el resto de su vida.

Pero de todo esto nunca se habla. Muchos hombres podrán aparentar que no les está pasando nada. Inclusive, si por algunas molestias físicas tienen que consultar a un médico, le hablarán de las molestias, pero no le platicarán de sus problemas sexuales, ni de su sensación de inmensa confusión, ni del insomnio, ni del cansancio, ni del aumento en su consumo de alcohol. Muchos hasta creen que la solución está en cambiar a la esposa -probablemente menopáusicas a su vez- por una jovencita que durante unos meses les proporcionará la vitalidad que necesitan. Son muy pocos los hombres sinceros que han pasado esta etapa y que admiten que fue la más difícil de su vida.

Casi sobra decir que si la gente hiciera una revisión permanente de su vida y transformara con regularidad aquello que necesite transformar, haciendo los ajustes que en su entorno requiera para alcanzar una mayor plenitud, estas crisis se vivirían de manera muy diferente. Sin embargo, para un hombre que ha sido edu-

cado en la convicción de que "él está siempre en lo correcto", al llegar a los cincuenta años sin haberse preguntado prácticamente nunca cómo quería envejecer, la andropausia resulta algo muy confrontador que seguramente lo va a secar de balance. Si no fuera por la "obligación" que tiene de pretender que todo está bien, difícilmente podría seguir funcionando en su trabajo y con su familia como lo había estado haciendo en los últimos treinta años, sin contar con algún tipo de ayuda. Pero generalmente su mismo condicionamiento le impide pedir esta ayuda.

Es evidente que si queremos ayudar a cambiar las cosas, urge modificar la educación de los varones desde su primera infancia y eso nos toca básicamente a las mujeres. *Jem*

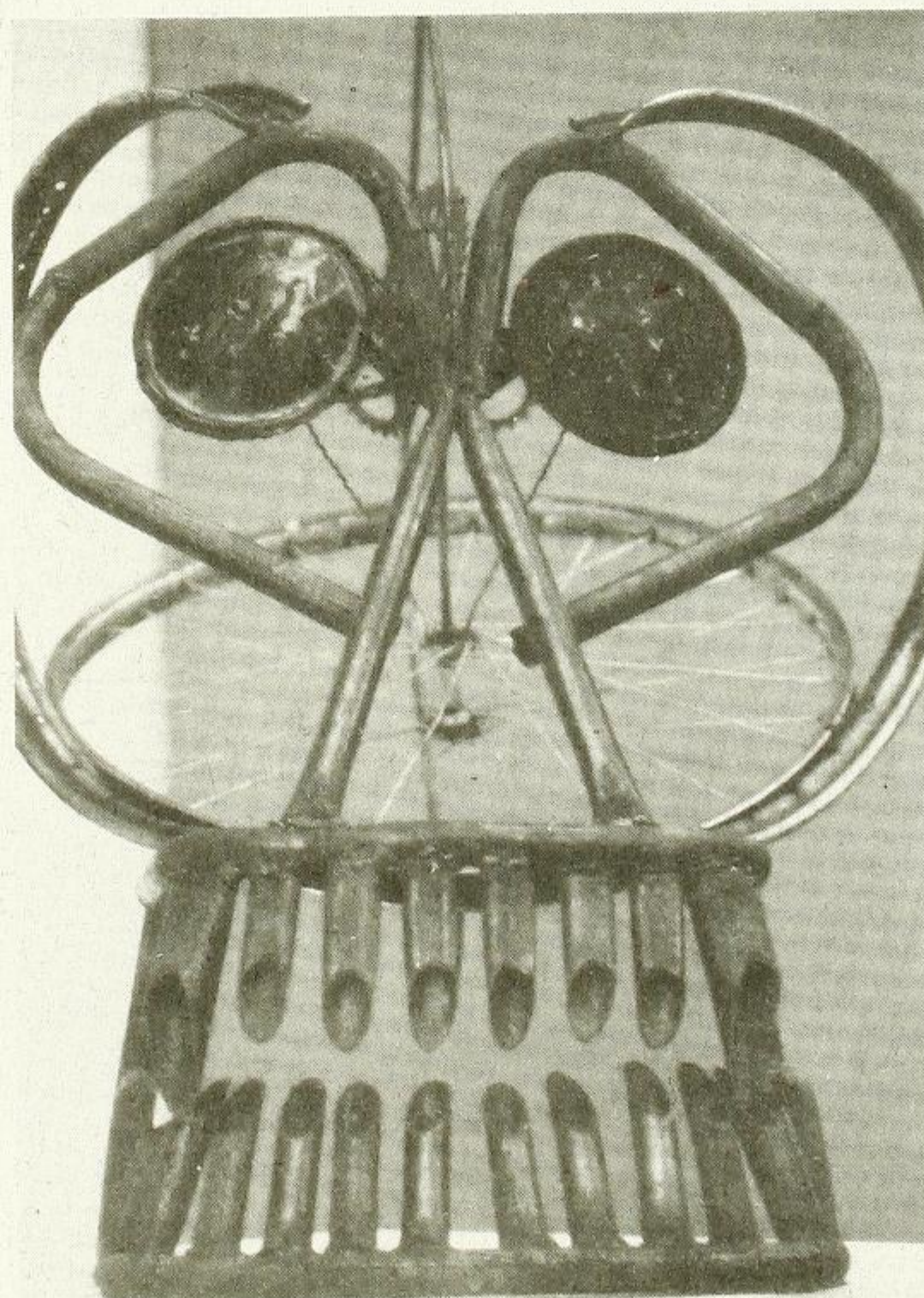


Foto: Rotmi Enciso