

LAS PALABRAS MÁS SABIAS

Nido vacío

Cecilia Lavalle

Síndrome del nido vacío. Así le han llamado a la serie de síntomas emocionales y físicos que se presentan cuando los hijos y las hijas se van de la casa. Y para ese momento tienen varios consejos y sabias palabras. Pero ninguna como las que dijo mi querida amiga Lía. Originalmente se consideraba que este síndrome era privativo de las mujeres, ya que culturalmente se nos ha educado para ser madres. Sin embargo, aunque se confiese poco, muchos varones padecen la ausencia de sus hijos o hijas tanto como las mujeres.

Asimismo, se creía que este síndrome se presentaba porque las madres habían construido su vida entera alrededor de las necesidades de sus crías; de manera que, cuando éstas abandonaban el hogar, las madres se quedaban sin quehacer, sin identidad, y por eso se deprimían.

Pero el ingreso masivo de las mujeres al mercado laboral y educativo ha desmentido este supuesto. Muchísimas madres padecen el síndrome del nido vacío, independientemente de su trabajo fuera del hogar o de que tengan pocos o muchos intereses construidos fuera del ámbito fa-

miliar. De manera que, al parecer, no importa si se es hombre o mujer, si se tiene o no un empleo fuera de casa, si existen variados intereses fuera del ámbito familiar, o si se ha edificado una vida propia independientemente de las crías; cuando deciden abandonar la casa para seguir su propio vuelo, muchos padres y muchas madres se sienten profundamente tristes.

Especialistas en estos temas dicen que esta etapa debe mirarse como una evolución en la relación de pareja, como la oportunidad para enmendar viejos errores, de iniciar juntos alguna actividad, de encontrar nuevas maneras de estar bien en pareja.

Dicen, también, que es el momento de iniciar nuevos proyectos personales, de retomar antiguas aficiones o adoptar una, de estudiar algo que nos interese o de participar en grupos sociales que tengan actividades cuyo interés nos sea común.

Dicen, asimismo, que es la oportunidad de adoptar una mascota, o de sembrar plantas y flores en un nuevo jardín.

Dicen, en fin, que por encima de todo lo que debe mirarse es la gran variedad de oportunidades que te ofrece la vida ahora

que tus hijos e hijas se han ido de casa.

Y no es que les falte razón. Y no es que yo quiera contradecirles. Lo que sucede es que mi amiga Lía tiene para este proceso las palabras más sabias que yo he leído.

Ella, como yo, tiene actividades que rebasan con mucho el ámbito familiar. Ella, como yo, despidió al hijo mayor hace un año. Ella, como yo lo haré en los próximos meses, estaba a punto de despedir a la hija menor.

Me escribe y me cuenta: "... vengo del súper y desde comprar menos comida me pone triste. Dejamos a Arturo en el aeropuerto hoy en la mañana, esta vez se fue mucho más tranquilo que la vez anterior, está feliz y eso me da mucha paz. Ana entra a clases el ocho. Empacamos juntas varias cajas, y me dolió la entraña. Y sí ya sé toda la parte teórica del nido vacío, etcétera, etcétera; de los beneficios posteriores, blablabla. Por el momento me siento muy triste, en pleno duelo anticipatorio. Eso de jubilarse de mamá es mayormente de la fregada".

Sabias palabras. Eso de jubilarse como mamá es mayormente de la fregada. \$

Correo-e: cecilialavalle@hotmail.com

UNIDAD DE OTORRINOLARINGOLOGÍA

Dr. Regino Montoya Valdez

PONGASE EN MANOS EXPERTAS

Respire Perfectamente

- Cirugía estética funcional de la nariz
- Tratamiento médico quirúrgico de enfermedades de la nariz y senos paranasales (sinusitis)
- Tratamiento médico quirúrgico del ronquido

Visita nuestra página web: www.drmontoyaotorrino.com



SE ACEPTAN TARJETAS DE CRÉDITO

GARGANTA

- Tratamiento de enfermedades
- Cirugía de garganta
- Cirugía de voz

OIDOS

- Enfermedades infecciosas
- Tratamiento médico quirúrgico con microcirugía
- Adaptación de aparatos auditivos
- Cirugía de sordera
- Cirugía de implante coclear



HOSPITAL ANGELES PASEO DEL TECNOLÓGICO No. 909
TORRE DE ESPECIALIDADES 4TO. PISO MODULO 400

TEL. 222 54 22