

La Crisis de la Mediana Edad

Autor: El Conta

Categoría: Reflexiones

Publicado el: 22/09/2022

La llamada crisis de la edad adulta es uno más de los fenómenos que marcan a los seres humanos a lo largo de su vida, esta crisis nos sucede tanto a hombres como a mujeres, y es una etapa en donde nos damos cuenta que ya no somos unos jovencitos, en que al vernos al espejo nos damos cuenta que los años se han venido encima encima de nosotros, a las mujeres les da más por el lado hormonal con la siempre oportunamente citada menopausia, y a los hombres nos da más por el lado de la exploración existencial. Si nos tiramos a la calle a hacer una encuesta para saber cuál es la mediana edad, nos podremos dar cuenta que según la sabiduría popular, es entre los 45 y los 55 años, la mayoría de las personas creen que este es el rango correcto.

La crisis de la mediana edad tiene síntomas característicos, en los hombres en esta triste etapa de la vida se manifiestan más o menos así: si tiene posibilidad de comprarse un carro deportivo, lo adquiere, o una motocicleta, aparatos electrónicos costosos, algunos sacan juventud de su cartera para buscar mujeres jovencitas y empezar un romance, se inscriben en gimnasios, cambia de peinado, sus amigos de toda la vida se le hacen aburridos y se integran a grupos de personas que antes ni por error los volteaba a ver, como los motociclistas o los triatletas, son las cosas que se salen de los patrones de la vida normal... de antes de la crisis.

En las mujeres se empiezan a interesar en deportes como el Pilates, yoga, van a las clases de superación personal y de autoayuda, buscan cirugías para levantar todo aquello que se ha caído por aquí y por allá, se inscriben en las capacitaciones de temas que antes no les importaban un diablo, van poniendo más énfasis en el corte de cabello y el retoque de las canas, tienen cremas para cada centímetro cuadrado de su cuerpo, todas ellas carísimas e inútilísimas, compran suplementos alimenticios para cada momento del día, adquieren ropa más sofisticada y costosa, estos son los deprimentes síntomas característicos de ellas.

Al estar a la mitad del camino sientes que se te está yendo la vida, y te pones a reflexionar, cuestionas si lo que estudiaste es lo que realmente querías, dudas que si has “hecho cosas” o has pasado desapercibido, cuestionas si el cariño y amor que te brinda tu pareja es “el bueno”, si no habría otra cosa mejor para ti... la crisis de la mediana edad te hace muchas veces tomar decisiones que igual te arrepientes, o te felicitas después al haberlas tomado. La crisis es como si vivieras otra adolescencia, en la que surgen cambios físicos significativos, y por lo mismo cambios en la manera de pensar. Solamente que hay que tomar en cuenta que ya tenemos compromisos, que no estamos solos, que ya no se nos perdona todo como cuando éramos adolescentes, que podemos perjudicar a las personas de nuestro alrededor, que nos quieren.

A la hora que cuestionamos si lo que estudiamos es lo que realmente nos gusta o solo lo hicimos

por presiones de alguna persona o familiar. Al analizarlo es importante considerar si te está yendo bien económicamente con esa profesión, si es afirmativo ni te muevas, cada vez es más complicado estar trabajando en lo que uno estudió, así que mejor, si tienes esa duda existencial, primero ve si lo otro que te gustaría hacer es lo que realmente crees que es, sino te puedes equivocar otra vez como lo que estás haciendo actualmente, ve a analizarlo, chécalo bien y luego toma las decisiones importantes, lo puedes hacer en un periodo vacacional para calarte, si es lo que pensabas. Es una buena edad que más me queda decir, si nos ponen una prueba de quien es más rápido para pensar o reaccionar, vamos a perder fácilmente contra personas más jóvenes, pero somos más capaces de dirigir y delegar actividades. Las grandes empresas suelen tener ejecutivos de alto nivel de esta edad, normalmente.

Es verdad que en esta etapa de la vida, nos damos cuenta que todo nuestro esfuerzo económico lo hemos orientado a nuestros seres queridos, y ellos como es común, solo lo toman y no lo valoran, lo consideran como una obligación de nosotros dárselo siempre, entonces eso nos hace ruido en nuestra cabeza, empieza uno a sentir el gusanito de cambiar las cosas, mejor invertir esos recursos en nosotros mismos, de quien muchas veces nos hemos olvidado, es muy cansado ser el proveedor de todo, como que ya no queremos ser los que se sacrifican en vano, y por lo general a cambio de nada. Igualmente tenemos que irlo planteando, poco a poco para no causar asombro y disgustos, porque si siempre se lo has dado y un día no se lo das, te juzgan como que nunca se lo has dado, esas son las palabras favoritas de la familia "siempre y nunca", injustas como pocas. Son palabras que no debemos usar pero a la familia les encanta mezclarla en sus repetidos reproches.

Al ver a las mujeres más jóvenes, claro que se nos hacen atractivas, las comparamos con los carros nuevos, todos son bonitos y huelen bien, pero sabemos que la apariencia no lo es todo, el problema que con la cotidianidad de la vida, y con nuestro ego de hombre, que busca que lo admiren y lo valoren, y agrégale la crisis de la mediana edad, son ya varios factores que te hacen tomar decisiones difíciles, que no están siempre bien sustentadas, además sientes que la vida sexual se te está acabando.

Ninguna especie del reino animal dura sin tener crías como los humanos, a la mediana edad normalmente las mujeres ya no quieren tener hijos o ya no pueden tenerlos, las relaciones amorosas se hacen más por placer que por reproducción y el acto sexual se hace más prolongado, lo cual provoca mayor placer, normalmente.

Muy frecuentemente a esta edad tenemos que hacer siestas para poder durar bien todo el día, aunque sea media hora, pero descansar un poco para seguirle con la misma intensidad en el trabajo. Los momentos de siesta son sangrados para recargar las pilas del cuerpo.

Pasamos de la pasión a la pensión, cambia la manera de ver las cosas en muchos sentidos, hacemos un alto obligatorio para saber si nuestro rumbo es el correcto, si hacemos lo que realmente queríamos, y si las personas que nos están acompañando están contentas con nosotros, o solo caminan a un lado sin impórtales lo que somos o hacemos. Es muy duro darse cuenta que los ideales que se tenían han cambiado y que nosotros por estar inmersos en nuestras actividades para mantener la familia no nos hemos dado cuenta de ellos, solo seguíamos haciéndolo cada día sin detenernos a preguntarle a la pareja si todavía están luchando por lo mismo, es un despertar muy doloroso, el aprendizaje que nos espera al llegar a la mediana edad. Por cierto, por allí dicen que los cincuenta son los nuevos treinta... ¿pero quién los aguanta?

Publicado bajo licencia [Creative Commons BY-NC-ND](#)

Enlace original del relato: [ir al relato](#)

Otros relatos del mismo autor: [El Conta](#)

Más relatos de la categoría: [Reflexiones](#)

Muchos más relatos en: [cortorelatos.com](#)