

Índice

| | |
|---------------|----|
| Prólogo | 11 |
|---------------|----|

Primera Parte:

Otra vida es posible en la edad media de la vida

Clara Coria

I

Descorriendo velos

| | |
|--|----|
| 1. Transitar la vida es navegar los cambios | 21 |
| 2. Todo es posible, menos lo inviable | 22 |
| 3. Aceptar no es resignarse | 23 |
| 4. Los nuevos rumbos requieren nuevas rutas para “cabalgar” los cambios | 24 |
| 5. A la hora de reorientar rumbos... ellas y ellos no son iguales | 27 |
| 6. “Amarás al prójimo más que a ti misma... y satisfarás sus deseos” | 28 |
| 7. “Mi vida está en tus manos, en tu corazón y en tu billetera” | 31 |
| 8. Mi “bebe” ya cumplió 50 años | 34 |

II

La “segunda vida”

| | |
|--|----|
| 1. La “segunda vida” en la vida de las mujeres | 38 |
| 2. Los hijos de la juventud no son los hijos e hijas de la a lultez | 41 |

| | |
|--|----|
| 3. La pareja de la ilusión | 50 |
| 4. El centro de la escena está en otro lugar | 56 |
| 5. Nuevas épocas, nuevos libretos | 60 |
| 6. Nuevos horizontes una vez más | 62 |
| 7. ¿Nos quedamos para apagar las luces? | 63 |

Segunda Parte:
La edad escrita en el cuerpo
y en el documento de identidad
Anna Freixas

I

Una vida con significado

| | |
|---|----|
| Pero, ¿quiénes somos, si ya no somos las de siempre? .. | 71 |
| Edadismo puro y duro y edadismo sutil | 74 |
| La edad subjetiva | 77 |
| No es tiempo de pedir permiso | 78 |
| Es tiempo de ajustes | 80 |
| Un camino hacia nosotras | 82 |

II

Nuestros cuerpos, nuestras vidas, aún

| | |
|---|-----|
| El cuerpo transformado | 83 |
| Hablando, los cuerpos se aceptan | 84 |
| Nosotras, también | 87 |
| Lecturas culturales de nuestros cuerpos mayores | 88 |
| El cuerpo atrapado | 90 |
| Gustar, gusta | 92 |
| Ira y vergüenza | 94 |
| Una belleza con mirada propia | 95 |
| Hacer callar la edad | 97 |
| El cuerpo liberado | 99 |
| Siempre hemos sido más bellas anteriormente | 103 |

III

La salud nuestra de cada día

| | |
|---|-----|
| Libertad, tranquilidad y sol | 105 |
| Más que un útero ambulante | 107 |
| El difícil acceso al control sobre la propia vida | 109 |
| ¿Menopausia o “miedo/pausia”? | 111 |
| Un rito femenino | 114 |
| Una coyuntura compleja | 115 |
| Estrenamos libertades | 116 |
| Abramos el parque de diversiones | 117 |
| Una forma más cómoda y distendida de ser mujer | 119 |
| El cuerpo consciente | 120 |
| Requiere una libertad tan grande... | 121 |
| “Se suelta la lengua, y resulta muy divertido” | 121 |
| Las dimensiones del deseo | 123 |
| Contradiscursos necesarios | 128 |

Tercera Parte:

Los cambios pendientes

Susana Covas

I

¿De qué cambios hablamos cuando nos referimos a los cambios?

| | |
|---|-----|
| 1. Desentrañando los no-cambios | 136 |
| 2. Nadar contra la corriente | 138 |
| 3. En qué consiste la contracorriente | 141 |
| 4. Las consecuencias y los efectos de la contracorriente | 144 |
| 5. Ser conscientes de la existencia de la contracorriente | 148 |

II

Nuevos interrogantes

| | |
|---|-----|
| 1. La legitimación, condición indispensable | 154 |
| 2. “Algo que sigue ahí” | 159 |
| 3. Cuando además se trabaja fuera de casa | 162 |

III

La metáfora del balón

1. ¿Qué significa ser jugadora? 174
2. Sobre el amor 175

IV

Cambiemos de juego

1. Las redes de mujeres 180
2. El gran cambio pendiente 184