

A MENOPAUSA... E O RÍMEL

DENISE MARQUES

CONSULTAS@MERACLINICS.PT



Já era o quinto rímel que comprava... e nada... Sempre a mesma reação: o mesmo picar e ardume, como se tivesse mil lâminas, dentro de cada olho. “Vais ter de deixar de usar maquilhagem... também, todos os dias a pôr essas coisas nos olhos... queres o quê?”

Mas será assim tão difícil para um homem perceber o prazer que temos em passar um bom lápis preto na linha de água? Um rímel telescópico nas pestanas, capaz de avivar, até, a alma? Maquilhagem é vida! É a diferença entre um rosto desmaiado de cansaço, depois de uma malfadada noite de despertares constantes e suores noturnos, e o ar composto e rejuvenescido que se instala, depois dos pozinhos mágicos e dos lápis transformadores.

Desta vez, porém, parecia não haver solução à vista. Por muito que experimentasse e testasse, tudo levava a crer que chegara ao fim dos seus dias de identidade reinventada. Sim... a maquilhagem tem esse efeito em nós. Somos uma tela em branco onde, todos os dias, pintamos um novo Eu. Um Eu mais bonito, mais arrojado, mais novo, ou, simplesmente, mais fresco. E é essa possibilidade de infinitas recriações que tornava esta rotura forçada tão difícil de aceitar. Ter-se-á perdido para sempre o *smoky eye* que dava vida ao olhar de gata? Que secura e picadas eram estas que obrigavam, agora, ao uso de colírio só para conseguir manter os olhos abertos?

Menopausa! Pois é. Quem diria que os olhos também entram em menopausa? Na verdade... ninguém. Porque ninguém fala sobre isto. E, então, continuamos a despejar culpas no lápis e no rímel, sem saber da sua inimizabilidade. Mas não há como fugir ao efeito das nossas hormonas ou, melhor dizendo, à falta dele.

A superfície ocular é um tecido hormono-sensível, pejado de recetores para estrogénios, progesterona e androgénios. Porém, bem guardadas nas

estamos a trabalhar demais (e, provavelmente, também estamos, mas esse não é o cerne da questão!).

As pálpebras não param de arranhar e os olhos de lacrimejar porque, à medida que entramos na transição da menopausa, todo o equipamento responsável pela correta lubrificação do olho, começa a ressentir-se da falta de óleo na engrenagem (literalmente, pois o meibum forma a camada lipídica externa da lágrima, que reduz a evaporação e estabiliza o filme lacrimal, protegendo a superfície ocular

“Quem diria que os olhos também entram em menopausa? Na verdade... ninguém. Porque ninguém fala sobre isto”

nossas pálpebras, estão umas pequenas e, no entanto, importantíssimas glândulas sebáceas – as glândulas de Meibómio – que produzem meibum, um lubrificante lipídico, sem o qual o ardor ou a sensação de areia, a visão turva intermitente (porque melhora ao pestanejar), a sensibilidade à luz, e a secura paradoxal (porque fartamos-nos de lacrimejar), se tornam uma inevitabilidade.

E tínhamos todos os dedos apontados ao pobre rímel... Quantas de nós, depois dos 40 anos, começam a levantar suspeitas ao creme de olhos, à maquilhagem, ao ecrã do computador... e, até, ao trabalho, certas de que

da irritação e inflamação).

Não podemos resgatar todos os rímeis desperdiçados, mas podemos, certamente, redimir-nos da pouca atenção que damos aos nossos olhos nesta fase, porque eles também mudam na transição hormonal da menopausa.

Cuidá-los e pintá-los não é vaidade. É identidade. Fazem parte da forma como nos apresentamos, mesmo quando o corpo atravessa ajustes que ninguém nos ensinou a reconhecer. Portanto, decididamente, este não é o fim do *smoky eye*.

É apenas o início de uma nova forma de olhar para o mundo... e para nós.