

## Hablar con tus hijos sobre asuntos difíciles

Alexandra escribe su segundo libro, luego de la acogida del primero, donde hace recomendaciones como éstas...

■ **Escucharlos** 20 minutos al día por lo menos.

■ **Empezar temprano**, cuando los niños buscan respuestas en sus padres. Los pequeños no absorben información en una sola charla; es clave insistir sobre los asuntos y preguntarles qué entendieron.

■ **Fomentar** ambiente abierto para que pregunten sobre todo y permitirles contar las cosas a su ritmo.

■ **Iniciar** las conversaciones, incluso sobre temas fuertes, sin que parezca interrogatorio.

■ **Ser honesto**, adecuando las explicaciones a cada edad.



Entre sus fuentes de consulta están importantes revistas de moda en el mundo.



Con Paulo Laserna y su hija Daniella.

inseguridad. Estoy tratando de cambiar eso", manifiesta.

Enfrentó sola muchas circunstancias y las superó. A los 4 años de edad partió a Long Island (EE.UU.), tras la separación de sus padres, Roberto Pumarejo y Rose Ojeda. Regresó a los 18 y cursó Finanzas y Relaciones Internacionales en la Universidad Externado de Colombia. Laboró con Ana Milena Muñoz de Gaviria en la época de su posición como Primera Dama (1990-1994), y después (2006-2011) asesoró en comunicaciones al gerente de la Federación Nacional de Cafeteros. En esos tiempos formalizó su divorcio (Daniella tenía 3 años) y en noviembre de 2009 la conocimos en *Día día*. Aquí ganó popularidad por su desenvoltura y *tips* inteligentes.

Gracias a sus experiencias de vida, permanente estudio y asesoramiento de psicólogos y otros especialistas,

podrían asignársele diversos títulos: maestra, consejera, motivadora, periodista, presentadora... De ellos sólo acepta el primero; en su opinión, todos vinimos a enseñarle algo a alguien; incluso, a uno mismo.

### Alma y ego en equilibrio

Muchos le han elogiado el nuevo *look*, menos su hija. "Le pareció fatal el corte de pelo y me lo hace saber todos los días. A cada rato me pregunta cuándo lo dejaré crecer de nuevo", afirma sonriente. Llevarlo así significó un cambio espiritual. En alguna parte leyó sobre la conveniencia de balancear el alma (lo bueno) y el ego (lo malo). En su concepto, el cabello forma parte del segundo porque es símbolo de vanidad. "Me despojé de eso y soy feliz", señala. Es la razón por la cual no cederá ante Daniella.

Con sus compañeras de *Agenda en tacones* (Flavia dos Santos, Mónica Rodríguez y Juanita Kremer) conversan sobre relaciones sexuales, de forma explícita; al tiempo, es profundamente religiosa, mas no ve contradicción alguna en esa →