

Promesas vacías de Juventud Eterna en Navidad

Diciembre. Mes de luces, villancicos y listas de regalos. El “espíritu navideño”, las vitrinas y las redes sociales bombardeándonos con promesas de juventud eterna: “Crema milagrosa antiarrugas”, “Paquetes de Botox con descuento” y, mi favorita, “Regálate una versión más joven de ti misma” (como si estuviéramos en la película “La Sustancia”). ¿Suena tentador? Quizás. Pero detente un momento y piensa: ¿Qué estas regalando realmente cuando caemos en estas trampas de marketing?

La industria anti-aging (o anti-envejecimiento, para que no suene tan “bacán”) es un monstruo de miles de millones de dólares que se alimenta de nuestros miedos. Su mensaje es claro: envejecer es inaceptable. Y claro, las mujeres somos su blanco predilecto. Desde pequeñas nos enseñan que nuestra valía está amarrada a cómo nos vemos, cuánto pesamos y cuán juveniles logramos aparentar ser. El Botox y sus amigos son los cómplices perfectos de este juego nocivo, vendiéndonos la fantasía de que el tiempo se detiene.

Pero ojo, el problema no es querer cuidarnos o sentirnos bien

con nosotras mismas. El problema es cómo estas prácticas refuerzan un viejismo machista (discriminación por motivos de edad hacia mujeres mayores) disfrazado de “amor propio”. Este discurso anti-envejecimiento no solo desprecia la vejez, sino que también tiene consecuencias graves a nivel físico y emocional. Físicamente, aquellas personas que intentan rehuir de su proceso de envejecimiento viven 8 años menos, y se ha asociado el viejismo con demencia, obesidad, depresión y otras enfermedades cardiovasculares. Por otro lado, el uso del Botox (toxina botulínica) puede viajar más allá de donde se inyecta. Una vez en tu cuerpo, llega a las células cerebrales y altera la comunicación entre las neuronas. Sí, estamos hablando de algo que potencialmente afecta tu cerebro, y todo por eliminar arrugas que muchas veces ni existen.

Además, es bien sabido que comprar cremas anti-arrugas es tirar tu dinero a la basura. Un estudio realizado por el SERNAC confirmó que ninguna de estas cremas cumple con las promesas que publicitan. Este hallazgo no solo pone en jaque a la industria cos-

mética, sino que también evidencia cómo nos venden ilusiones basadas en nuestras inseguridades, perpetuando un ciclo de frustración y consumo innecesario.

Esta Navidad, te invito a hacer un regalo diferente. En vez de comprar o regalar vergüenza por el paso del tiempo disfrazada de autocuidado, regala algo que realmente importe. Un libro que celebre la diversidad de la experiencia humana, una suscripción a un curso de arte o baile, o incluso tiempo de calidad con quienes amas. Ayudemos a cambiar la narrativa. La vejez no es algo que temer ni borrar; es algo que honrar. Cada línea, cada arruga cuenta una historia, y eso, no tiene precio. Envejecer es un privilegio que estamos teniendo hace muy poco, no lo olvidemos. Así que ya saben: esta Navidad, no regalen cremas antiarrugas, Botox ni promesas vacías de juventud eterna. Regalen amor, conexión y el mensaje claro de que menos viejismo y más GeroActivismo.

Dra. Agnieszka Bozanic Leal, Escuela de Psicología UNAB Sede Viña del Mar