

Fecha: 23-03-2024
Medio: La Tercera
Supl.: La Tercera
Tipo: Noticia general
Título: La generación Z y el miedo a envejecer

Pág.: 12
Cm2: 849,3
VPE: \$ 8.449.961

Tiraje: 78.224
Lectoría: 253.149
Favorabilidad: ☐ No Definida

Desde productos antiarrugas, dietas y rutinas de ejercicio virales, hasta intervenciones estéticas, veinteañeros se han adentrado en el mundo de la prevención del envejecimiento. Así, los mismos jóvenes que hasta hace poco promovían la naturalidad, la autenticidad y el *body positive*, parecen haberse sometido al canon de la “eterna juventud”.

Por Gabriela Briones

P

Paula Miranda (28) trabaja desde hace dos años en una conocida cadena de cosméticos. Últimamente ha notado un cambio que le ha parecido sorprendente: a diario decenas de jóvenes menores de 30 años acuden a su local en busca de aquel producto “milagroso” para reducir líneas de expresión recomendado por su *influencer* favorito en TikTok. Esa red social se ha convertido en el epicentro de la fascinación de ciertos jóvenes que a toda costa desean prevenir el envejecimiento y que utilizan *hashtags* como #botox y #antiaging, que acumulan más de 670 mil y 900 mil videos, respectivamente. Mientras las consultas van al alza, en esa misma plataforma se ha abierto un debate: ¿Por qué la generación Z está tan empeñada en no envejecer?

“Me pongo bótox desde los 23 años”, fue la confesión que la *influencer* Vesta Lugg (28) compartió con sus seguidores en septiembre del año pasado. La también cantante –que ha hecho un llamado a “no enjuiciar” estos temas– reconoció: “Mis arrugas no existen porque soy de mentira. No soy natural, no tengo nada de natural”. El video acumula más de 450 mil visitas en TikTok y ha provocado opiniones divididas. En los comentarios pueden leerse opiniones tipo “¿de qué edad sería recomendable ponerse bótox? Tengo 21 y ya quiero ponerme”, hasta “envejece con orgullo, acéptate como eres, lo que quieres cambiar demuestra inseguridad”.

Si antes el enfoque de los productos *antiage* era corregir los signos de la edad, hoy la generación Z –nacidos entre 1997 y 2012– les ha dado un nuevo uso: la prevención, como ellos lo definen. A raíz de este cambio de paradigma, no pocos expertos han advertido

Si antes el enfoque de los productos antiage era corregir los signos de la edad, hoy la generación Z les ha dado un nuevo uso: la prevención, como ellos lo definen.

sobre la aparición de un fenómeno conocido como “cosmeticorexia”, que corresponde a “una desesperación por adquirir productos que previenen el envejecimiento en forma desmedida y muchas veces influenciados por TikTok”, según explica el médico cirujano estético Martín Ramponne.

De esta manera, la misma generación que hasta hace poco priorizaba la autenticidad con movimientos como *body positive* y *body neutrality*, parece haber dado un giro hacia la perfección estética. “Hubo un tiempo de relax, donde lo natural era lo más importante, y después llegó este *boom*”, comenta Ramponne. ¿Qué fue lo que cambió? El principal factor, concuerdan los expertos, serían las redes sociales, que han potenciado la oferta de nuevas técnicas, rutinas y tratamientos para disimular el paso de los años.

Sérums y agujas

Además de su trabajo vendiendo cosméticos, hace un año que Paula Miranda sube contenido de cuidado facial a TikTok. Ahí, al igual que en tiendas físicas, los productos antiedad son los que más despiertan el interés de sus seguidoras. La mayoría busca productos “con las tres B”, siendo los *sérums* con principios activos y retinol los más cotizados para añadir a sus rutinas. Sin embargo, el problema con esta tendencia en redes, advierte Miranda, está en que “te pueden informar como también desinformar”. Así, en ocasiones se viralizan productos que no son para cualquier tipo de piel.

“Me hubiese gustado que estos tratamientos hubiesen existido cuando yo era más joven. Si hubiese empezado antes, hoy estaría mejor”, son algunos de los comentarios que escucha la médica cirujana estética Sylvia Salas de pacientes mayores de 50 años que

La generación Z y el miedo a envejecer

Fecha: 23-03-2024
 Medio: La Tercera
 Supl.: La Tercera
 Tipo: Noticia general
 Título: La generación Z y el miedo a envejecer

Pág.: 13
 Cm2: 844,7
 VPE: \$ 8.404.109

Tiraje:
 Lectoría:
 Favorabilidad:

78.224
 253.149
☐ No Definida



ILUSTRACIÓN: CESAR REJAS

El fenómeno antienviejecimiento también ha tenido efectos en el ámbito del deporte. En ese sentido, parte del público joven entrena con fines estéticos y con las rutinas de moda de TikTok.

llegan a su consulta. Ella, al igual que Paula Miranda, es creadora de contenido en TikTok, plataforma en la que comparte videos educativos sobre tratamientos estéticos. Hasta ahora suma más de 32 mil seguidores.

Según profundiza esta profesional, la toxina botulínica –mejor conocida como bótox– es el tratamiento antiedad más solicitado y, al igual que los cosméticos, hoy apunta a un público más joven. Si antes las consumidoras de bótox eran mujeres sobre los 35 años, hoy el método preventivo *baby bótox* atrae clientas en el rango de los 25 e incluso menos. Fenómeno que también ha sido propiciado por una mayor accesibilidad. “Hace 10 años ponerse bótox costaba 500 mil pesos y hoy puede llegar a 200 mil. La gente está más abierta a invertir en eso”, menciona Salas.

Varios profesionales, no obstante, advierten que el uso de produc-

tos de prevención del envejecimiento en pieles demasiado jóvenes trae consecuencias, que pueden ir de productos que son efectivamente inocuos, hasta otros que produzcan quemaduras en la piel. La popularización del bótox tampoco está exenta de riesgos: la alta demanda ha propiciado la aparición de falsos profesionales y si se inyecta mal puede caerse el párpado o quedar una asimetría de cejas.

Pese a los posibles riesgos, el interés de algunos jóvenes por evitar el envejecimiento en la piel no ha cesado. Según datos de Google Trends, las búsquedas de términos como “retinol” y “sérum facial” en Chile alcanzaron su valor máximo en cinco años entre septiembre y octubre de 2023. Según Rampone, el origen de esta tendencia estaría en una “falta de comprensión de qué le pasa a la piel, que de un minuto a otro deja de ser joven. Creo que el miedo viene de esa incom-

prensión”, dice.

¿Miedo a envejecer?

Para la psicóloga infantojuvenil Jennifer Conejero, el deseo de parte de la generación Z para evitar envejecer podría tener que ver con el rechazo a lo que conlleva la adultez. “Un montón de adultos se sienten incómodos en su trabajo y dan a entender que, aunque estudios lo que te gusta, igual no va a ser satisfactorio”, plantea. Dentro de esa lógica, “ser joven siempre será mejor porque no asume responsabilidades. Y eso se traspa a lo físico, que es lo que se siente que se puede detener”, explica la profesional.

Al rechazo a la adultez se suma otro componente: el miedo al paso del tiempo. Según el análisis “La Gen Z en Chile hoy”, realizado por Chilenografía en 2023, el 70% de los jóvenes se siente muy preocupado por el futuro. Sus principales razones de aflicción respec-

to a este corresponden a “no poder cumplir con mis metas personales” (73%), “que fallezca un ser querido” (65%) y “perder lo que han ganado en la vida” (65%).

Para Conejero, otro factor determinante en este fenómeno es la comparación en redes sociales: “Cuando alguien que se hace cirugía estética y que se arregla mucho tiene miles de seguidores, por supuesto que da la impresión de que ese es el camino para ser feliz”. Asimismo, agrega que a las marcas les conviene atraer a un público más joven, que “está expuesto en redes a ver cómo los influencers muestran que son exitosos, bonitos y jóvenes”.

“Llama la atención que en un mundo que trata de potenciar el feminismo, todavía se piensa en estos atributos físicos”, reflexiona la psicóloga, quien también atribuye esta problemática a un tema de género, puesto que para ella las redes sociales entregan el mensaje de que “pareciera que la mujer que se ve mejor, vive mejor también”, concluye.

Más que solo el rostro

Extensas rutinas de cuidado facial e intervenciones estéticas no son las únicas tendencias antienviejecimiento populares en redes. Valeria Gálvez es nutricionista deportiva y comenta que son cada vez más los jóvenes menores de 20 años que, influenciados por TikTok, llegan a su consulta. Buscan el método o el suplemento ideal para lucir un cuerpo joven, tonificado y saludable en poco tiempo y sin la necesidad de comer balanceado.

Si bien dietas o estilos de alimentación como veganas o vegetarianas han ganado popularidad, alcanzando un 18% del total de los chilenos según el Estudio de Percepción sobre Veganismo en

Chile de 2022, la nutricionista destaca que el método del ayuno intermitente –con intervalos cada vez mayores– es el que más interés ha generado entre los jóvenes el último tiempo. En este caso, nuevamente el gatillante serían las redes sociales. Hoy el hashtag #ayunointermitente arroja casi 140 mil resultados en TikTok.

El fenómeno del antienviejecimiento también ha tenido efectos en el ámbito del deporte. Nicolás Fuentes, terapeuta en actividad física y salud, explica que gran parte del público joven que llega por redes sociales “entrena con fines estéticos”. Si antes las rutinas más populares eran las de trabajo aeróbico, hoy hay más personas entrenando fuerza. Es precisamente este tipo de entrenamiento “el que te ayuda a llegar mejor a tu etapa de vejez”, explica. Sin embargo, el entrenador advierte que ejercitarse con la rutina de moda en TikTok sin asesoría profesional no siempre trae los mejores resultados.

Valeria Gálvez, por su parte, comenta que este efecto de las redes sociales es tema de conversación dentro de su área: “Antes te comparabas con tus pares, pero ahora con las redes sociales te comparas con el mundo”. A esto se le suma “un miedo a morir que hace que la gente no quiera ver el paso del tiempo en su cuerpo, porque es como si el tiempo les recordara lo que no han hecho”, reflexiona.

“No solo tiene que ver con el miedo a envejecer, también influyen la alimentación, el entrenamiento y las horas de sueño. Hay gente que se está haciendo un montón de cosas en la cara, como ácido hialurónico o bótox, pero no se preocupa de lo que está deteriorando su piel”, sentencia Gálvez, quien concluye que “no hay dieta ni entrenamiento que exista que te evite llegar a la vejez”. ●