LITORALPRESS

Fecha: 30-06-2025
Medio: El Mercurio
Supl. : El Mercurio - Mundo Mayor
Tipo: Noticia general
Título: **Nunca dejes de fluir**

Pág. : 5
Cm2: 307,1
VPE: $ 4.033.955

Tiraje: 126.654
Lectoría: 320.543
Favorabilidad: No Definida

GONZALO DARRAIDOU,
CEO SOFTYS

Nunca dejes de fluir

Cada mañana, sin excepción, empiezo mi día corriendo. No importa si es en las calles o en una corredora; ese tiempo es sagrado. El simple acto de moverme me permite ordenar las ideas, pensar con claridad, relajarme e incluso sanar. Esa sensación de libertad que surge con cada zancada es indispensable para comenzar mi jornada.

Para mí, correr es mucho más que ejercicio; es una forma de reafirmar que la vida es constante movimiento, que siempre está fluyendo con un impulso muy lejos de tener fecha de vencimiento en mi vida.

Como CEO de Softys, y con marcas como Cotidian bajo nuestro paraguas, mi desafío es inspirar esa continuidad y una energía inagotable en cada etapa de la vida.

Creo firmemente que la edad es solo un número y que la verdadera esencia de la juventud reside en nuestra curiosidad y la incesante capacidad de explorar y reinventarse.

Chile, como muchos países, enfrenta un desafío demográfico. Se estima que para 2050, el 30% de nuestra población tendrá más de 60 años. Esto no es solo un dato, es una oportunidad para redefinir lo que significa envejecer.

La evidencia es clara: la actividad física y conectarse con la naturaleza mejoran drásticamente la calidad de vida, reducen las enfermedades crónicas y fomentan una mejor salud mental. No se trata solo de vivir más años, sino de vivirlos en armonía.

En la búsqueda de historias que encarnen este estilo de vida, en Softys nos hemos encontrado con casos inspiradores. Uno de ellos es el de Verónica Bornhardt, una montañista de 67 años que lidera rutas de *trekking* e incluso guía caminatas para personas mayores de 60. Su testimonio es una prueba irrefutable de que la edad no es un límite, sino una etapa donde se tienen más herramientas para seguir creciendo.

También conocimos a Gino Casassa, ingeniero y montañista de 67 años, quien ha dedicado su vida a explorar los sistemas polares y montañosos del planeta. Gino sigue practicando *trail running* y esquí de fondo con el mismo entusiasmo de siempre. Para él, la montaña no es solo un espacio físico, sino un lugar espiritual que renueva su sentido de aventura.

Estas narrativas, y muchas otras igualmente poderosas, quedan como testimonio en la sección "Outdoor Mayor" del suplemento Outdoor de "El Mercurio" junto a Conecta Mayor. Son una invitación contundente a reflexionar sobre cómo podemos vivir nuestros años con el aprendizaje de nuevos descubrimientos, desafíos audaces y renovadas expectativas.

Los animo a seguir estas historias y dejarse inspirar por vidas tan comunes y extraordinarias al mismo tiempo.

"Creo firmemente que la edad es solo un número y que la verdadera esencia de la juventud reside en nuestra curiosidad y la incesante capacidad de explorar y reinventarse".