



LA BELLEZA EN EL ENVEJECIMIENTO

Con motivo del Día Mundial del Envejecimiento, desde la Sociedad Navarra de Geriatría y Gerontología y en calidad de presidenta de la misma, me gustaría invitarles a reflexionar sobre un concepto que a menudo se nos escapa entre las prisas del día a día: la belleza en el hecho de envejecer.—Como geriatra, probablemente, carezco del marco conceptual o filosófico para comprender en su profundidad el don de la belleza. Sin embargo, estoy convencida de que la ciencia no nos distancia de la sensibilidad y yo, por mi profesión en contacto con personas envejecidas, muchas de ellas vulnerables, y por mi experiencia personal (también voy cumpliendo años), cada vez tengo más facilidad para reconocer y poner en valor los múltiples y hermosos matices que acompañan a esta etapa de la vida.

¿Es bello envejecer? Es una pregunta que todos deberíamos hacernos. Es cierto que muchas personas, en un primer impulso, asocian el envejecimiento con decadencia o decrepitud. No obstante, cuando nos detenemos a reflexionar con calma, la inmensa mayoría de nosotros alcanzamos una visión mucho más profunda y positiva. Prueba de ello es que todos deseamos cumplir años y deseamos, con el corazón, que nuestros seres queridos también lo hagan y nos acompañen el mayor tiempo posible.

La belleza no está vinculada a una época concreta de la vida. Existe belleza en las marcas de la piel, que no son otra cosa que el relato impreso de lo vivido, lo sufrido y lo disfrutado. No es un eslogan como: “la arruga es bella”. Quien se mira al espejo desde esa imagen, no ve esas señales que la definen como persona y en su relación con los entornos en los que ha transcurrido su vida. Esa vida lo es en la medida que se experimenta, que se transita, que se visibiliza.

Hay indudable belleza espiritual en cómo crece nuestro mundo interior a base de experiencias asimiladas y meditadas a lo largo de los años. Una belleza que es reconocible en un saber estar y vivir, en una serenidad que trasciende un mundo agitado y ruidoso, y en la búsqueda de respuestas.



También es bella la autonomía funcional y cognitiva que nos permite seguir tomando decisiones acertadas y fieles a nuestros propios valores, preferencias y expectativas. Pero incluso en la vulnerabilidad, cuando aparece la dependencia física o cognitiva, reside una belleza conmovedora. Es una belleza que se activa a través de los demás, cuando el cuidado y el apoyo de los seres queridos o de diferentes profesionales hacen brillar la esencia de la persona. Ese respaldo actúa como un escudo que protege la dignidad de quien necesita ayuda, evitando cualquier sentimiento de ruptura con su propia valía, es decir, evitando la pérdida de la dignidad.

Al final, la forma en que una sociedad decide cuidar y honrar a sus personas mayores es, sin duda, la manifestación de belleza colectiva más pura que podemos alcanzar.

Belén González Glaría

Presidenta de la Sociedad Navarra de Geriatría y Gerontología