

## EL VALOR DE LAS ESPINILLAS, LA CELULITIS Y LOS KILOS DE MÁS

ISIDORA MENA

Académica Escuela de Psicología

---

El 90% de las mujeres nos pasamos entre cinco y diez años de nuestra vida -por lo general en la adolescencia y juventud-, obsesionadas con las espinillas, el pelo (crespo o liso), la celulitis o los kilos de más. Como si en el mundo no hubiera nada más grave y el defecto personal fuera el peor de todos.

He conocido verdaderas bellezas tapándose la cara para que no le vean algún defecto o lolitas estupendas que no se zambullen en la piscina para que no aparezca su verdadero pelo, antaño lindas cabelleras que han sido trituradas con tinturas y planchas desde tierna edad.

Una, más viejita, se pregunta ¿cómo no se sienten felices con lo lindas que son, cómo tan pocos valores y tanto egocentrismo como para depositar la felicidad en un grupo de espinillas resistentes?

No queda otra que recordar que se vivió lo mismo en esa etapa. ¿Cuántas veces nos avergonzamos al ver a personas que realmente tenían problemas físicos graves, de la profunda depresión que estábamos sintiendo porque brotó la espinilla?

Cabe reflexionar y reconocer, desde el camino recorrido, que esos defectos nos “forman” valóricamente: obligan a focalizarse en aspectos más importantes que la perfección física, y a ser uno mismo con kilos sobrantes incluidos.

La madurez incluye aprender a ser, con humildad, con defectos incluidos. Ser-con-espinillas es como ser-uno-misma, pues siempre tenemos áreas del alma y de la personalidad un poco celulíticas, con sobrepeso o raquílicas. La belleza perfecta podría actuar como una máscara del verdadero yo, siempre imperfecto.

Como consuelo, podemos reconocer en estas imperfecciones, que tanto amargan, un medio formativo -regalo de las hormonas en esta difícil y trascendente etapa- que nos ayuda a convertirnos en mejores personas. A ser más humildes, que significa dispuestas a ser como somos, en lo estupendo y en lo imperfecto, queriéndonos por existir y tan únicos como único es cada ser.