

LECTURAS

LECTURAS.COM



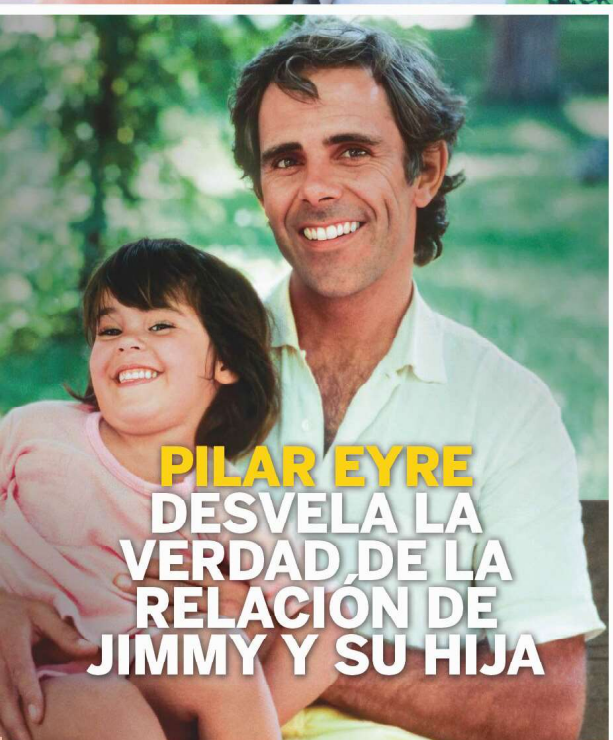
EXCLUSIVA

**LA CARA
MÁS
DIVERTIDA
DE LEONOR
CON SUS
AMIGOS**



El final de Julián Muñoz

**Mayte y sus hijas se
despiden del hombre
que las abandonó
por Isabel Pantoja**



**PILAR EYRE
DESVELA LA
VERDAD DE LA
RELACION DE
JIMMY Y SU HIJA**

**HABLAN LOS
'PAPARAZZI'**

**CÓMO SE
LOGRARON
LAS GRANDES
EXCLUSIVAS
DEL CORAZÓN**



PVP: Periódica 2,70 € • Canchis 2,90 €
0 3 7 6 4
8 4280 18 000028

EL CORTE INGLES, S.A. C/ Hermosilla 112, 28009 Madrid

V U E L V E L A M O D A

BIANCA BALTI de WOMAN



Nº 3.784 - 2 octubre 2024

14
ASÍ ES LEONOR CUANDO NADIE LA VE
Las imágenes más sorprendentes de la princesa en la Escuela Naval Militar de Marín.



4. Manuela Velasco
"Es como si mi tía no se hubiera ido", dice la actriz.

10 a 13. Siete días.

38. Los secretos de las grandes exclusivas de la historia del corazón

Santi Acosta nos acerca los reportajes que marcaron época.

44. Luis Ortiz fallece a los 80 años

El marido de Gunilla sufría cáncer de próstata.

48. Caritina Goyanes

Funeral en la iglesia de San Agustín, en Madrid.

50. Las deudas de Manu Tenorio

El cantante ha hipotecado todo su patrimonio.

52. Lucía Rivera

"Es pronto para decir que veo a Kika como una hermana".

54. El diario de Jorge

"Georgina es una mujer aburrida e insustancial".

56. Àngel Llàcer

"He tenido que aprender a caminar", dice al reaparecer.

60. Sofía Loren cumple 90 años

Así ha sido la lujosa celebración de la gran diva del cine.

62. La hora negra.
Por Mayka Navarro

66. Al-Fayed

El "suegro" de Lady Di, acusado de violar a cinco mujeres.

68. Marius Borg

El hijo de Mette-Marit envuelto en una red de drogas y sicarios.

70. Amalia y Alexia de Holanda

Las princesas brillan en el gran día de su país.

72. Semana de la Moda de Milán

Hiba Abouk, Irina Shayk, Madonna... pasean sus looks por la capital italiana de la moda.

76 a 78. Actualidad.

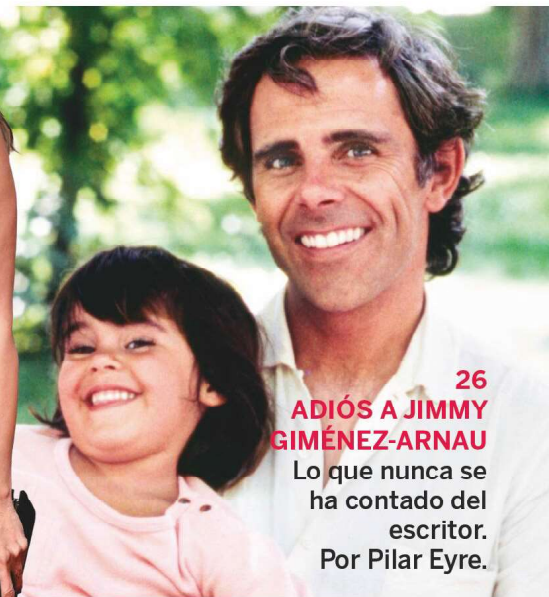
94. Pasatiempos

97. Horóscopo

20
JULIÁN MUÑOZ
El fin de Julián Muñoz, rodeado de su familia.



32
PENÉLOPE CRUZ DESLUMBRA EN DONOSTI
La actriz se emociona con la declaración de amor de Javier Bardem en el Festival de San Sebastián.



26
ADIÓS A JIMMY GIMÉNEZ-ARNAU
Lo que nunca se ha contado del escritor.
Por Pilar Eyre.

LECTURAS Práctica

80. Salud Señales de que el corazón no está bien.

84. Belleza Repara tu piel tras el verano.

88. Cocina
Exquisitos guisos de calamares.



A photograph of Manuela Velasco, a woman with long blonde hair, wearing a long, sleeveless, floral-patterned dress. She is standing in a flower market, surrounded by various flowers and plants. The background is slightly blurred, showing more of the market stalls.

MANUELA VELASCO

**“Es como
si mi tía
no se
hubiera
ido, vive
en todos
nosotros”**

Manuela Velasco (48) protagoniza la nueva serie diaria de las tardes de TVE, 'Valle salvaje', que se estrenó el miércoles 18 de septiembre. No la veremos en televisión desde que hace tres años dio vida a Maica Vélez en 'Amar es para siempre'.

A punto de cumplirse un año del fallecimiento de Concha Velasco, su sobrina, que ha regresado a la televisión con la serie 'Valle salvaje', nos cuenta cómo vive la familia la ausencia de la gran actriz



“Los homenajes a Concha son siempre hermosos para la familia. Ver gente que ha crecido con mi tía y la recuerda es agradable”

La actriz ha compaginado el rodaje de 'Valle salvaje' con la obra 'Un delicado equilibrio', que estará en el Teatro Olympia de Valencia del 11 al 13 de octubre.

La heredera de Concha sobre el escenario

Manuela decidió seguir los pasos de su tía, de la que heredó la pasión por la profesión. Trabajaron juntas en la última temporada de 'Velvet'. Concha murió el 2 de diciembre de 2023 a los 84 años.



Manuela Velasco ha regresado a televisión con la nueva serie de TVE 'Valle salvaje', en la que la sobrina de Concha Velasco interpreta a Pilara, la gran duquesa, una matriarca dispuesta a todo por el bien de la familia. A punto de cumplirse un año del fallecimiento de su tía, la actriz nos confiesa lo importantes que están siendo los numerosos actos que se están llevando a cabo en homenaje a ella. El último, en Valladolid, la tierra natal de Concha, donde se batió el récord Guinness reuniendo a más de 3.000 personas con chistera en su honor.

► **Se va a cumplir un año del fallecimiento de tu tía Concha Velasco y siguen los homenajes a su persona.**

-Sí, me contaron que batieron el récord de personas reunidas en el parque Campo Grande de Valladolid para homenajear a alguien. Es maravilloso, como si no se hubiera ido. Una enseñanza de vida, igual que 'El rey león'. Concha no solo vive en su familia más cercana sino en todos nosotros, porque forma parte de la cultura. Los homenajes

a mi tía son siempre hermosos para nosotros, ver gente que ha crecido con ella y quiere hacerle un reconocimiento y recuerdo siempre es agradable. Afortunadamente ahí sigue, hay un montón de horas de televisión, películas y material para seguir recordándola y celebrando el arte de Concha Velasco.

► **¿Cómo están tus primos?**

-Estoy bastante desconectada tras el verano pero les veo bien, Paquito trabajando y Manu también con sus teles y sus radios. Están bien.

► **Todo el cariño heredado que reciben les está arrojando de alguna manera.**

-Sí, eso es cierto.

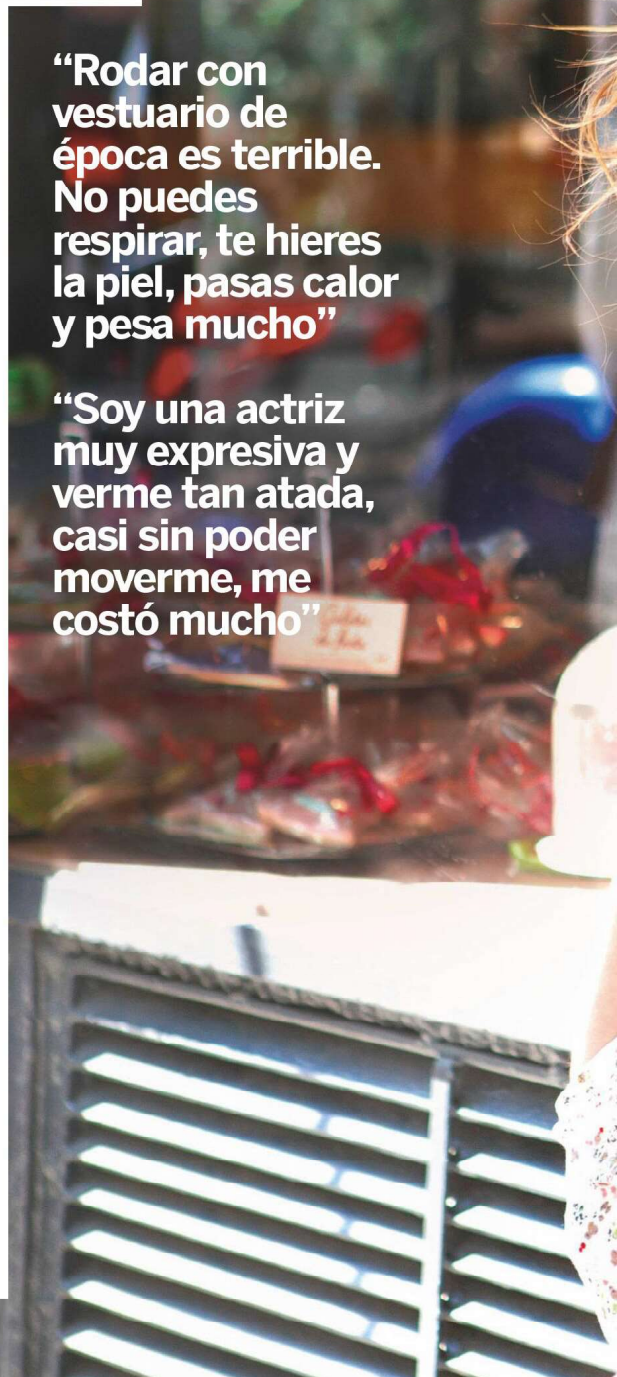
► **Y ahora tú has vuelto a televisión, vestida de época para entrar en casa de los espectadores a diario con 'Valle salvaje'.**

-Así es, interpreto a Pilara, la Duquesa, la mujer de más rango de todo el valle, madre de

"A mis primos, [los hijos de Concha, Manuel y Francisco], les veo bien. El cariño que reciben les arroja"

"Rodar con vestuario de época es terrible. No puedes respirar, te hieres la piel, pasas calor y pesa mucho"

"Soy una actriz muy expresiva y verme tan atada, casi sin poder moverme, me costó mucho"





cuatro hijos y gran protectora de la familia. Vivimos alejados de la corte porque tengo una enfermedad y por recomendación del médico cambiamos nuestra residencia buscando otro clima. El mayor de sus hijos está en edad de casarse, es el heredero del ducado, uno de los solteros más codiciados que podría casarse con quien quisiera, pero su marido decide casarle con una muchacha sin oficio ni beneficio y de familia de dudosa reputación. Pilara no lo entiende, no encuentra explicación y empieza a indagar.

► **¿Qué te gusta más del personaje?**

-Me encanta que no es solo buena, también tiene su lado egoísta y oscuro. Luces y sombras, como yo y como todo ser humano.

► **¿Cómo ha sido verte vestida de época?**

-Muy difícil. La ilusión más grande de mi carrera han sido las pruebas de vestuario para esta serie porque esta época de Carlos III no se suele recrear, es demasiado complicada. Las pruebas de vestuario fueron una gozada, un gran privilegio, pero convivir con eso a la hora de rodar es terrible. No puedes respirar, se te hacen heridas en la

Una duquesa con un lado oscuro



Manuela en una escena de la serie. "La Duquesa me encanta porque tiene luces y sombras, como yo y como todo ser humano", dice la actriz.



Manuela saltó a la fama en el cine en 2007 con '[REC]' y en televisión ha aparecido en 'Aída', 'Velvet' y 'Amar es para siempre'.

“Ha sido duro compaginar la serie y el teatro. Salía del teatro a las once y media y a las cinco de la mañana me levantaba”

piel, pasas calor, pesa mucho y no puedes moverte. Soy una actriz muy expresiva y verme tan atada, casi sin poder moverme, me costó mucho al principio. Luego descubres que te ayuda a entender a estas mujeres y a interpretar su lenguaje activo e inexpressivo.

► **El lenguaje también habrá sido otra de las dificultades.**

-Es un lenguaje muy difícil, sobre todo para una serie diaria, tienes que estudiar mucho.

► **Te verán también en Netflix, en España y en los países de habla hispana.**

-Sí, es una serie que arriesga, más extrema y salvaje que otras diarias. Tengo mucho respeto al público de las series diarias, pero creo que hay un público potencial que vería estas series si estuviera en casa a la hora que las emiten, y que se vaya a poder ver en plataformas abre mucho el abanico.

► **Estás volcada en el trabajo, compaginando la serie con el teatro, ¿cómo lo haces?**

-Casi me da algo, ha sido duro pero he podido hacerlo. Salía del teatro a las once y media de la noche y me levantaba a las cinco de la mañana para ir a la serie a rodar. No es lo ideal pero a veces toca hacerlo. En estos momentos estoy más descansada porque ya estamos de gira con la obra de teatro y eso solo me ocupa los fines de semana, el resto del tiempo puedo centrarme en la serie. **■**

Por Irene Díaz. Fotos: Alicia Aguilera/Cordon.

MORELLATO
VENEZIA 1930

GIULIA SALEMI

COLLEZIONE COLORI



EN CANTABRIA

LETIZIA SORPRENDE CON UNA ORIGINAL CAMISA

La Reina eligió un diseño de Victoria Beckham de original escote para inaugurar el nuevo curso de Formación Profesional

En más de una ocasión ha demostrado que los diseños de Victoria Beckham encajan con su estilo y es cierto que Letizia luce también a menudo looks de la firma española Mango. Esta vez, la Reina ha podido unir ambas propuestas. Lo ha hecho luciendo una original camisa de la colección que la diseñadora británica ha creado para Man-

go. Y su apuesta no ha dejado a nadie indiferente. Letizia eligió una camisa con un original escote. Un look muy comentado que la Reina escogió para acudir al Instituto Doctor José Zaptero Domínguez de Castro Urdiales, Cantabria, donde inauguró el nuevo curso de Formación Profesional y se interesó por el trabajo de los alumnos.

La Reina charló con los alumnos del instituto



Letizia (52) eligió para inaugurar el nuevo curso de Formación Profesional una camisa de la colección que Victoria Beckham ha creado para la firma española Mango. La combinó con pantalón oscuro y zapato de tacón cómodo.

FS



**ACONSEJADO POR
GEORGE CLOONEY**

BRAD PITT SE PLANTEA MUDARSE A EUROPA

Estos días, Brad Pitt y George Clooney recorren el mundo con su nueva película, 'Wolfs'. George está siendo un gran apoyo para Brad en un momento muy difícil, cada vez más alejado de sus hijos. La decisión de Shiloh de quitarse su apellido ha sido un gran varapalo y se plantea dejar Los Ángeles, porque no le ve sentido a vivir en la ciudad si no puede ver a sus hijos. Según la prensa, George –que vive en Italia y Francia con Amal y sus mellizos– le ha hablado maravillas de Europa, y Brad estudia mudarse con su novia, Inés de Ramón.

Brad Pitt (60) y George Clooney (63) son íntimos desde los tiempos de 'Ocean's Eleven'. Ahora vuelven a coincidir en 'Wolfs'. La pareja de actores presentó la película en Los Ángeles y al acto también asistió Inés de Ramón. La película se estrena el 27 de septiembre en Apple TV+.

**Se mudaría
con su novia,
que tiene raíces
españolas**



Brad e Inés de Ramón (31) salen juntos desde hace dos años. Ella nació en Nueva Jersey pero su familia es de Madrid.



**POSAN JUNTOS
POR PRIMERA VEZ**

CAYETANO Y MARÍA PRESUMEN DE UNIÓN FAMILIAR

Hace año y medio, Cayetano Rivera (47) nos sorprendía al iniciar una relación con la presentadora portuguesa María Cerqueira (41), cuando ni siquiera había confirmado oficialmente su separación de Eva González. En este tiempo se han convertido en inseparables y ahora han posado juntos de lo más sonrientes por primera vez. A la foto se unieron después Lucía Rivera (26), hija de Cayetano, y Kika Cerqueira (21), hija de María.



TODA UNA "HERIDA DE GUERRA"

Sara Carbonero, orgullosa de su cicatriz

En 2019, Sara Carbonero (40) fue operada de un cáncer de ovarios, del que tuvo que ser intervenida de nuevo en 2022. Hace dos años, la periodista mostró en público la cicatriz vertical que recorría su abdomen. Ahora, Sara ha enseñado por primera vez la otra cicatriz de su vientre en una sesión de fotos promocional de su línea de ropa. "Camuflaje y alguna herida de guerra que ya sonrío en la piel", ha escrito en redes.



CAMBIO DE VIDA

EVA MENDES REAPARECE CON LIBRO Y NUEVA CAMPAÑA

Llevaba casi diez años apartada del cine para cuidar a sus hijas

Decidió hace casi diez años aparcarse su carrera como actriz para volcarse en la crianza de las dos hijas que tiene con Ryan Gosling, pero Eva Mendes ha regresado. “¡Gracias por sacarme de mi escondite, Stella!”, ha escrito la actriz. Se dirigía a Stella McCartney, la diseñadora que ha logrado convencerla para que vuelva a ponerse ante las cámaras. Eva lo ha hecho posando para la nueva campaña vegana de McCartney. Un regreso que la actriz comparte con la publicación de su primer libro infantil, que acaba de presentar en Nueva York.

Orgullosa de su primer libro infantil

La actriz ha presentado en Nueva York su primer libro infantil. “Ser la mami de mis dos niñas me ha inspirado a escribirlo”, ha dicho.

Eva Mendes (50) protagoniza la campaña de la nueva colección de Stella McCartney, que denuncia el uso de productos derivados de animales en el mundo de la moda. Eva lleva 13 años junto al actor Ryan Gosling (43) con quien tiene dos hijas de 10 y 8 años.



Leonor ingresó en la Escuela Naval Militar de Marín (Pontevedra) el 26 de agosto y se ha adaptado ya a su nueva vida. El año pasado empezó su educación militar en la Academia General Militar de Zaragoza.

EXCLUSIVA

**LA PRINCESA CUMPLE SU PRIMER MES
EN LA ESCUELA NAVAL MILITAR DE MARÍN**

Así es Leonor cuando nadie la mira

Comprometida con sus largas jornadas de trabajo, la princesa derrocha complicidad con sus compañeros con los que se muestra cercana y divertida

Como nunca antes la habíamos visto. Así mostramos hoy en LECTURAS a Leonor. Son las imágenes que nos ha dejado el primer mes de su nueva vida en Galicia. Relajada, sonriente y derrochando complicidad con sus nuevos amigos. Así es Leonor cuando nadie la mira, una más entre sus compañeros.

“ES UNA ALUMNA MÁS”

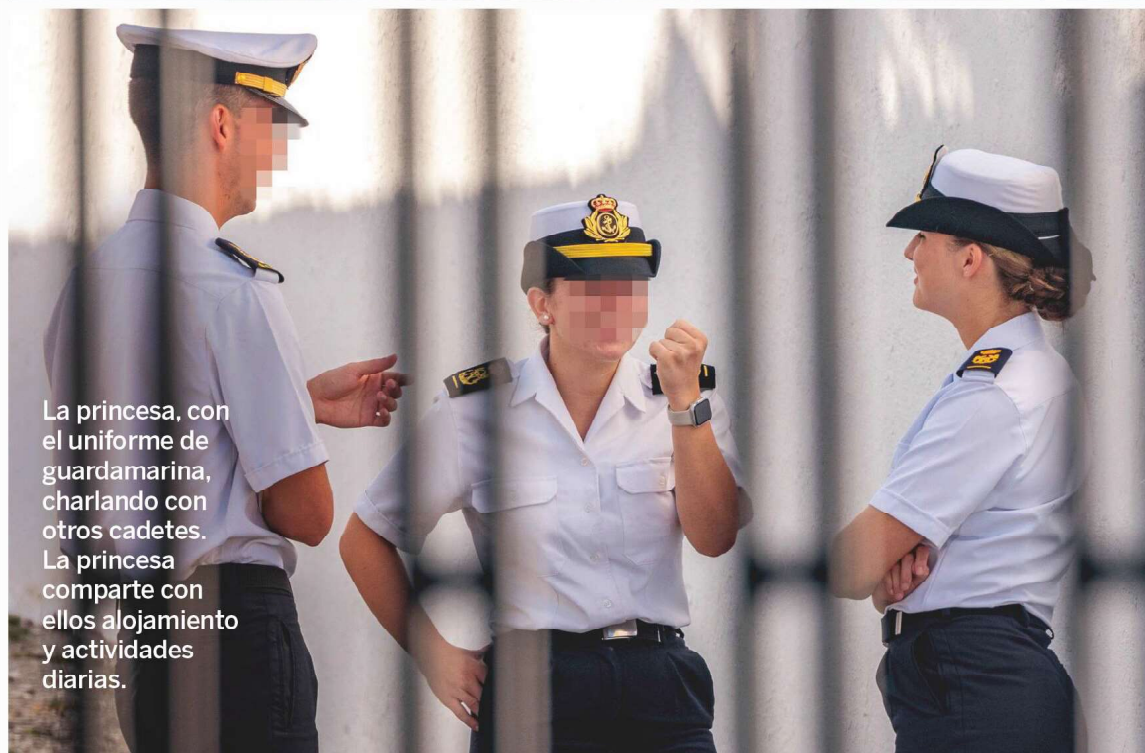
Leonor ha cumplido ya sus primeros 30 días en la Escuela Naval Militar de Marín, en Pontevedra. Tras sus pasos por la Academia General Militar de Zaragoza, la princesa de Asturias completa allí, desde el 26 de agosto, la segunda fase de su preparación castrense. Una formación que Leonor sigue a rajatabla y bajo la misma rigurosa disciplina naval que todos sus compañeros cadetes. “Es una alumna más”, aseguran desde la Escuela, donde Leonor convive día a día compartiendo alojamiento y actividades con el resto de cadetes. Sin ningún privilegio, así vive la princesa en Pontevedra.

La princesa acudió a la fiesta de cumpleaños de uno de sus compañeros fuera de la escuela

Sus compañeros valoran la humildad de la Leonor que, como ellos, lidia con la exigencia mental y física de las largas jornadas, que comienzan al amanecer y terminan con horas de estudio tras el entrenamiento. A Leonor le gusta trabajar en equipo, algo que también destacan sus



Leonor estuvo muy pendiente de lo que una de sus compañeras cadetes le mostraba en su móvil.



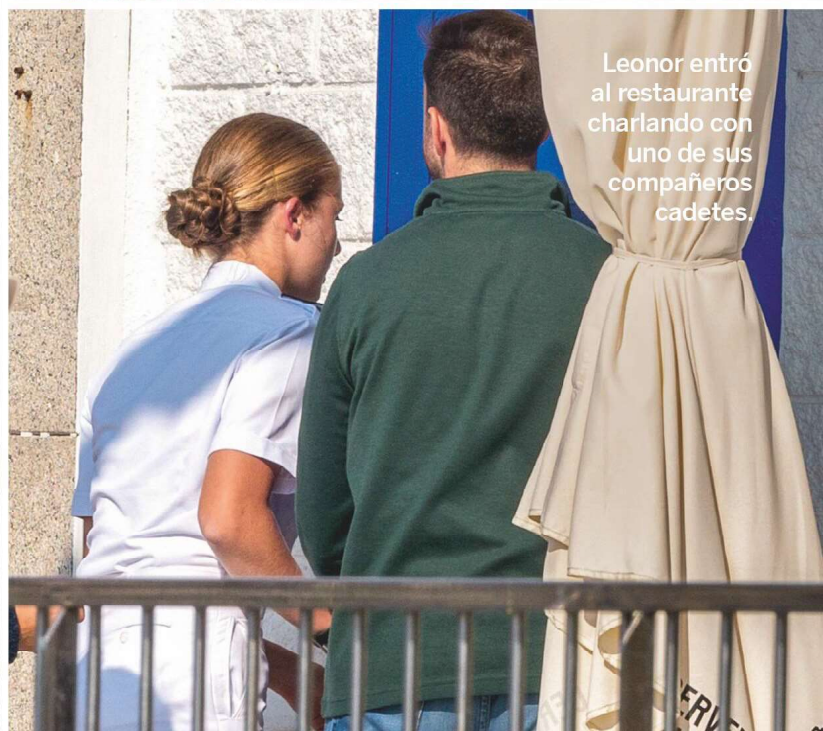
La princesa, con el uniforme de guardamarina, charlando con otros cadetes. La princesa comparte con ellos alojamiento y actividades diarias.




La princesa compartió una comida con sus compañeros en un restaurante del muelle cercano a la escuela, donde celebraron juntos el cumpleaños de uno de ellos. Leonor vestía con el uniforme de guardamarina.



En su primer día de permiso ya compartió una comida fuera de la Escuela con sus compañeros. En la imagen, a su llegada a la Cantina del Muelle.



Leonor entró al restaurante charlando con uno de sus compañeros cadetes.



A la princesa le gusta trabajar en equipo y todos destacan su capacidad de liderazgo y su actitud positiva. Leonor ha realizado ya entrenamientos a bordo de buques.

Sus compañeros valoran la humildad de Leonor, que no tiene ningún privilegio

compañeros. Y, según nos confirman, demuestra tener grandes dotes de liderazgo y una gran responsabilidad. Pero en la Escuela Naval Militar de Marín hay tiempo también para todo lo demás. Y Leonor lo ha tenido claro desde su llegada. Moverse entre sus compa-

ñeros como una más, sentirse aceptada y compartir su tiempo libre con ellos era importante y se ha integrado perfectamente en el equipo.

UNA FIESTA DE CUMPLEAÑOS

El pasado domingo 22 de septiembre, la princesa de Asturias acudía con el resto de sus compañeros a La Cantina del Muelle, un restaurante situado en el puerto, cerca de la base naval. Uno de los cadetes cumplía años y decidieron salir a celebrarlo juntos. Con el uniforme blanco de guardamarina, Leonor



Trabajadora, responsable y positiva

Las largas jornadas de trabajo y la disciplina militar no impiden que Leonor encuentre tiempo para relajarse y bromear con su equipo.



En la imagen, Leonor realizando prácticas de navegación junto a otros cadetes. La princesa, que no ha sido nunca aficionada a la navegación, estará cuatro meses en la Escuela Naval Militar de Marín y en enero embarcará en el Juan Sebastián Elcano, que partirá desde Cádiz.

Navegando por las Rías Baixas

Entre sus nuevos compañeros, Leonor cuenta con su amigo López-Quesada, primo lejano suyo. Con él ha participado ya en distintas actividades de navegación por las Rías Baixas.



llegó junto a otros cadetes. La vimos bromear y divertirse relajada. Una actitud que ha acompañado a la princesa durante estos treinta días. En las distintas actividades, navegando y realizando otros entrenamientos, Leonor se ha dejado ver siempre sonriente y disfrutando de sus nuevas obligaciones. Tras su ingreso en la Escuela el pasado 26 de agosto, la hija mayor de los Reyes aprovechó ya el primer día de permiso para cumplir con una tradición de la Escuela y fue a comer a la trapeería d'Elvi en Moaña con sus compañeros. **L**

Por Sílvia Quiroga. Fotos. Agencias.

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS



LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

Colour
Protection

HAIR CARE

Shine Restoring
Pre-Shampoo
Treatment

Soin pré-shampooing
ravivant la couleur

Farbglanz auffrischende Haar-
pflege vor der Haarwäsche

250 ml e 8.4 fl.oz.

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

Colour
Protection

HAIR CARE

Shine Restoring
Shampoo

Shampooing sublimateur
d'éclat

Strahlend glänzendes
Shampoo

e 8.4 fl.oz.

THE CULTURE OF TOTAL BEAUTY

POR AMOR AL COLOR


Protección y cuidado máximo para lucir un color duradero y luminoso. Eficacia documentada científicamente: un 69%* más de protección frente a la pérdida del color.

*Los datos corresponden a un período de 12 semanas durante el cual se ha lavado el cabello a diario.



Todos los productos de La Biosthétique están disponibles en su salón La Biosthétique o en la tienda online www.labiosthetique.es.

 **Carbono neutro**
Empresa
ClimatePartner.com/93133-1903-1001



Mayte Zaldívar (67) ha vivido con mucha angustia los últimos ingresos de Julián. "A pesar de todo, nunca dejé de tenerle cariño", dice.

UNA VIDA MARCADA POR UN POLÉMICO TRIÁNGULO AMOROSO Y LA CÁRCEL

Julián Muñoz, el fin de una era

Su paso por el Ayuntamiento de Marbella representa los años más oscuros de la corrupción urbanística y la obsesión por Isabel Pantoja le llevó a romper con su familia



Julián Muñoz y Mayte Zaldívar se casaron por primera vez en 1974. Fue concejal en Marbella del partido de Jesús Gil desde 1991 hasta 2002, año que fue nombrado alcalde tras la imputación de Jesús Gil. Una moción de censura un año más tarde acabó con su carrera política.

Julián Muñoz representa una época que llega a su fin: la de los años más oscuros de Marbella, marcados por la corrupción urbanística. Julián se hizo famoso por ser el alcalde con más delitos por corrupción del país. También por su romance con Isabel Pantoja, por el que dinamitó la relación con su familia. En sus últimos años consiguió lo que una vez se le antojó imposible: el perdón de los suyos. Ya muy enfermo por el cáncer, Mayte Zaldívar y sus hijas, Elia y Elisa, lo volvieron a acoger en su seno y lo cuidaron como si nada hubiera pasado. Con ellas, arrojándolo, también ha estado Fernando Marcos, la pareja desde hace 20 años de Mayte, con la que Julián se volvió a casar en enero.

VIDA EN EL HOSPITAL

“Se olvidó de la familia pero nunca la perdió”, decía Mayte Zaldívar en una entrevista que dio junto a Julián, pocos días antes de que el exalcalde de Marbella tuviera que ser ingresado por un empeoramiento en su estado. Julián recibía este amor de su familia con gratitud y sorpresa. “Yo dejé a mis hijas tiradas. Me gustaría volver al año 2002 y empezar desde ahí, ejercer de padre y de abuelo, lo que me he perdido ya no lo puedo recuperar”, decía en 2022. Desde hacía tiempo, la vida de Julián y los suyos estaba marcada por los continuos ingresos y recaídas. Además de padecer un cáncer de pulmón, en



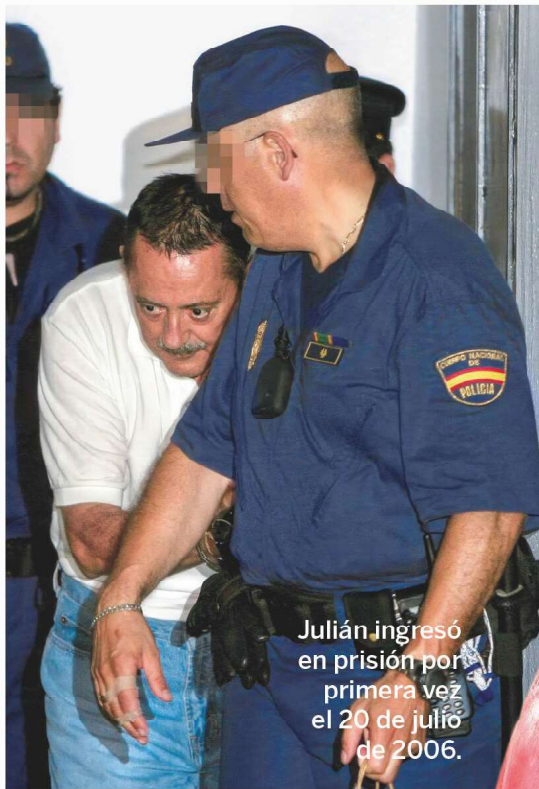
Julián llevaba casi 30 años casado con Mayte cuando empezó su romance con Isabel Pantoja. Durante meses negó que fueran amantes y aparecían juntos por Marbella. "Entonces yo era el rey del mambo. Hoy me avergüenzo de ello. Me produce vergüenza y dolor", dijo hace poco.



Cuando lo echaron del Ayuntamiento de Marbella, Julián ejerció de representante de Isabel.



En julio de 2003, Julián e Isabel ya podían pasear su amor por toda España.



Julián ingresó en prisión por primera vez el 20 de julio de 2006.

la cárcel sufrió un ictus, era diabético y tenía una cardiopatía e hipertensión.

AMOR, OBSESIÓN Y CÁRCEL

Julián llevaba casi treinta años casado con Mayte Zaldívar cuando Isabel Pantoja irrumpió en su vida como un huracán descontrolado y empezaron un romance. Se veían en el apartamento que Isabel compró en Guadalpín, uno de los epicentros de la corrupción del caso Malaya, y en Cantora. El rumor era fuerte, pero él lo negaba con contundencia, incluso dio una rueda de prensa con una caricatizada Mayte Zaldívar a su lado en la que aseguró: "No es intención de Mayte y Julián separarse". Esto ocurría en marzo de 2003 y dos meses Julián e Isabel después confirmaban su idilio en El Rocío. Ese año fue destituido como alcalde de Marbella por una moción de censura. Su carrera política terminó ahí. A partir de entonces, toda su vida era Isabel. Y llegó el



Isabel le dijo a Julián que no haría oficial su relación hasta que él no firmara el divorcio de Mayte. En mayo de 2003 se dejaron ver apasionados en El Rocío, Julián y Mayte habían firmado el divorcio aquella mañana. "Me sentía Michael Douglas en El Rocío, la hostia", dijo Julián.



En 2009 Julián se enteró vía exclusiva de que Isabel rompía con él. Disfrutaba del tercer grado desde hacía un año. "No se portó bien, a una persona destruida no se la puede dejar tirada en la calle", dijo.



Tras romper con Isabel salió con la ganadera Karina Pau, que ha ido a visitarlo al hospital.

caso Malaya, el caso de corrupción más importante de España y por el que tanto él como Isabel y Mayte entraron en prisión. Julián entró en la cárcel por primera vez en 2006 y la relación con la cantante empezó a resentirse, hasta que en 2009 se enteró que ella rompía con él por una exclusiva de la artista. Sus entradas y salidas de la cárcel fueron constantes, acumulaba delitos por corrupción, blanqueamiento, estafa y otros delitos. Entre rejas se dio cuenta del daño que había hecho a su familia, arrepentido, recuperó su amor y estuvieron a su lado durante toda su enfermedad. Desde 2016 cumplía condena con un dispositivo telemático. **■**

Por E. Cebrían. Fotos: Garófano/Agencias.



Se emocionó al encontrarse con sus hijas durante un permiso penitenciario en 2016.

ESTE MES CON
ELMUEBLE

GEL DE BAÑO RITUALS... Cuidado de lujo para tu piel



YA EN TU QUIOSCO

“Yo lo he visto llorar volviendo de uno de esos largos viajes que emprendía para buscar a su hija apretando los puños por rabia y supervivencia como un niño chico”

“Pues si ella no me quiere a mí yo tampoco la quiero a ella, hala”, decía

Jimmy y Merry Martínez-Bordú dieron la bienvenida a su hija Leticia en 1979 y se separaron dos años después. Jimmy hizo todo lo posible por mantener el contacto con su hija tras la separación pero la relación se rompió cuando ella tenía 12 años.



*No es por
maldad*

FALLECIÓ A LOS 81 AÑOS

Todo lo que no se ha contado de Jimmy Giménez Arnau

Una fascinante vida marcada por la lucha por ver a su hija y por la mujer con la que descubrió el amor, Sandra Salgado

**42 años de
amistad con
Pilar Eyre**

Pilar y Jimmy dejaron este bonito abrazo durante la visita del periodista a 'Mi casa es la tuya'.



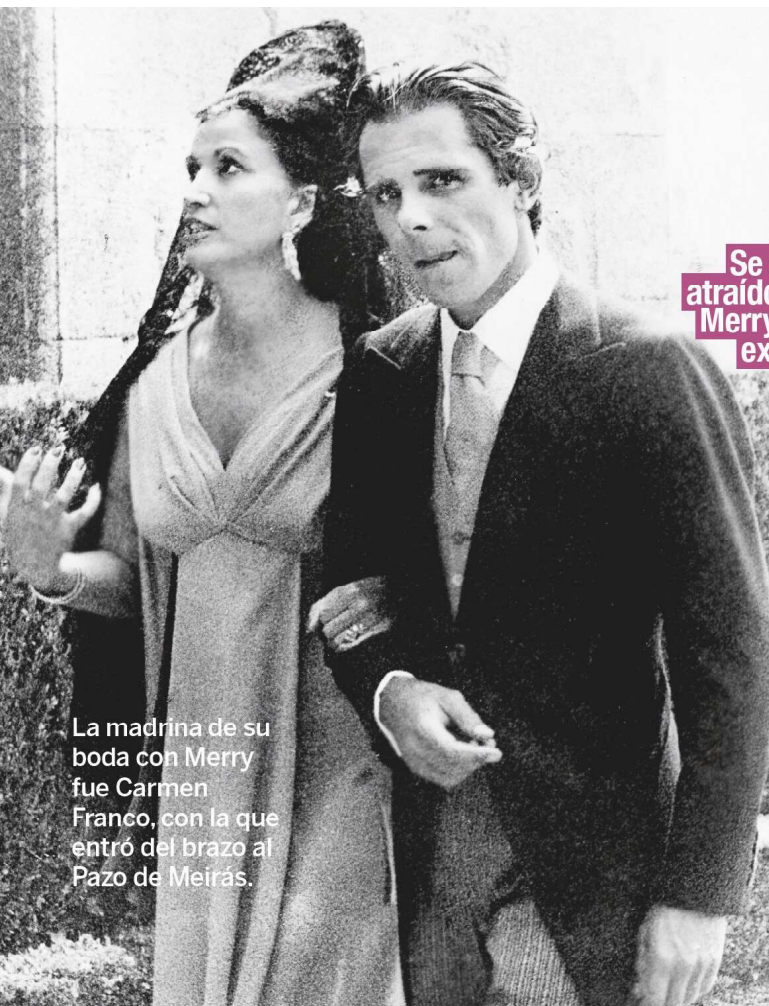
por Pilar Eyre

En su DNI, debajo de "lugar de nacimiento", ponía "Alta Mar", porque Jimmy Giménez-Arnau nació a bordo del transatlántico Cabo de Hornos el 14 de septiembre de 1943. Y a los siete años dejó de querer a su madre. "Me visitó en mi terrible internado inglés en el que llevaba ocho meses sin ver a nadie y cuando me lancé a sus brazos, me tiró al suelo de un bofetón porque la había despeinado".

UNACULTIVADA FAMA DE GOLFO

Por eso con su hija Leticia era todo lo contrario: pasó un verano con ellos en Ibiza y la niña jugaba con su padre a pelearse, ella le gritaba antes de salir corriendo "el abuelo era un gran hombre que salvó a España" y Jimmy la perseguía hasta que rodaban los dos por el suelo entre risas, se reían de la misma forma, arrugando la nariz, achinando los ojos, sacando un centímetro de lengua y todo era verano. **Cuando Jimmy conoció a la madre, nieta de Franco, iba acompañado de Charlie, el marido de Lydia Lozano, y ya era un hombre corrido.**

Hijo de diplomático, con una fama de golfo que a él le encantaba cultivar, cuando en realidad había sido muy buen



La madrina de su boda con Merry fue Carmen Franco, con la que entró del brazo al Pazo de Meirás.

Se sintió atraído por una Merry que no existía

Jimmy y Merry se casaron en 1977. Merry presumía de rebelde y Jimmy se enamoró de ese lado suyo. Luego se dio cuenta de que la bohemia de Merry era todo fachada.



“En su boda con Merry llovieron porros sobre los asistentes y la viuda de Franco cogió uno creyendo que era confeti”

de casa. Como venganza, Merry le rayó cada pieza de una valiosa vajilla de porcelana china, herencia de Jimmy, lo único de su propiedad.

SU GRAN AMOR

¿Llegaron a estar enamorados? Jimmy me dijo que no, porque él se sintió atraído por una Merry que no existía. Y cuando conoció a Sandra, hace 18 años, me confesó que al principio no sabía darle nombre a esa emoción desconocida que sentía por ella hasta que se dio cuenta de que era amor, ¡nunca lo había experimentado! **Primero empezó a hablar de Sandra con timidez, “Rauss y Beltza (sus perros) no pueden vivir sin ella”, después con cariño, y después con respeto y cuando decidió casarse todos nos dimos cuenta de que quien no podía vivir sin ella era él.** “Nadie me ha querido como Sandrita”, escribió en su último libro de memorias, ‘La vida jugada’, que es en el fondo un conmovedor canto de amor a su mujer.

UNA BODA NO VALIDADA

Como éramos amigos desde hacía 42 años, he conocido a varias de sus parejas, pero tengo que decir que, aunque parecía deslenguado e indiscreto, nunca ha contado inti-

estudiante, cursó dos carreras universitarias y era ya un periodista prestigioso que escribía en medios importantes. Merry presumía de rebelde y Jimmy se enamoró de ese lado suyo, en su boda llovieron porros sobre los asistentes y se dijo que la viuda de Franco, a la que Jimmy caía muy bien “porque eres bajito como mi Paco”, cogió uno creyendo que era confeti.

BOHEMIA SOLO DE FACHADA

Los primeros meses fueron felices, pero **Jimmy pronto se dio cuenta de que la bohemia de Merry era tan solo una fachada, que en realidad era clasista, muy apegada a su familia y al dinero y encima lo despreciaba:** al estar emparentado con los Franco las revistas que hasta entonces le daban trabajo dejaron de hacerlo y se quedó en el paro. Cuando la niña tenía diez meses Merry le gritó “cállate, imbécil” delante de sus padres y al día siguiente Jimmy se fue



Con su segunda mujer, Teresa Fernández

Jimmy se casó con Teresa Fernández en Gibraltar pero no validaron el matrimonio. En la imagen, la pareja en 1987 en Londres.

midades de cama de ninguna de ellas. Tuvo una novia americana, Bárbara, que duró bastante y era simpática y alocada. Después se volvió a casar, con Teresa. Lo hizo en Gibraltar, como John Lennon y Yoko Ono, pero no validaron el matrimonio porque, como él confesó años después, lo hicieron únicamente para vender la exclusiva. **En esa época vivía en una granja rodeado de animales, conejos, gallinas y patos, pero a Jimmy no le gustaba encerrarlos en jaulas y campaban libremente, expandiéndose de una forma tan brutal que tuvo varias denuncias de agricultores cabreados.**

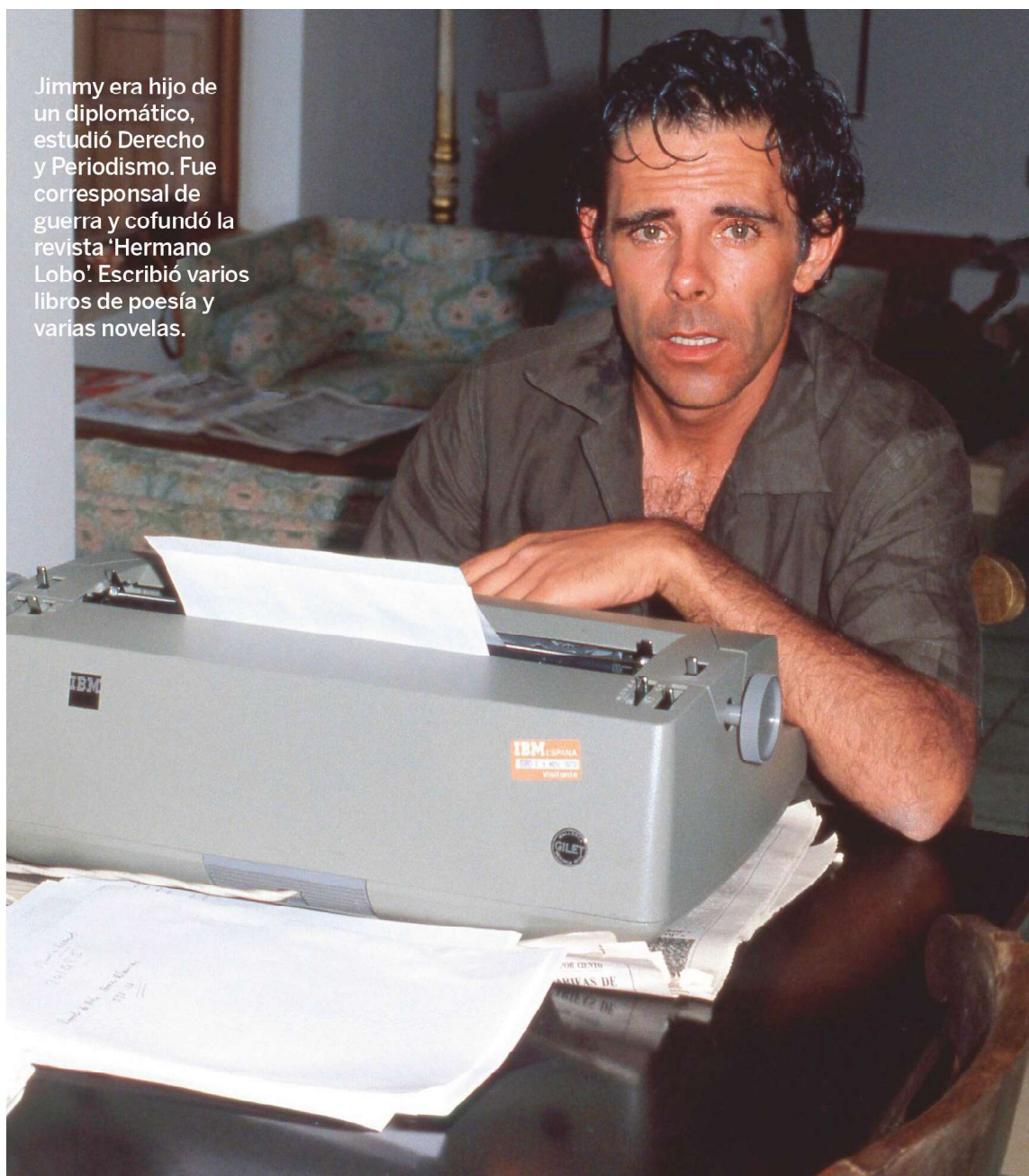
LAS LÁGRIMAS DE JIMMY

Como Kiko Matamoros, del que fue gran amigo, era blando con las espigas y duro con las espuelas, como el poema lorquiano. Lo detuvieron en las puertas de Telecinco con diez gramos de cocaína, y él dijo que era para uso propio, nunca ha escondido que era consumidor habitual. Pero según se rumoreaba en realidad la llevaba para una amiga, pero se negó a delatarla, aunque hu-

“Cuando conoció a Sandra no sabía darle nombre a esa emoción desconocida que sentía hacia ella, hasta que se dio cuenta de que era amor”

bera podido ir a prisión. Al final lo dejaron libre sin cargos. Yo lo he visto llorar volviendo de uno de esos largos viajes que emprendía para buscar a su hija apretando los puños por rabia y supervivencia como un niño chico, “pues si ella no me quiere a mí yo tampoco la quiero a

Jimmy era hijo de un diplomático, estudió Derecho y Periodismo. Fue corresponsal de guerra y cofundó la revista 'Hermano Lobo'. Escribió varios libros de poesía y varias novelas.



“Jimmy y Leticia se reían de la misma forma, arrugando la nariz, achinando los ojos, sacando un centímetro de lengua”.



Jimmy conoció a Sandra Salgado en 2007, cuando ella le hizo una entrevista. Se casaron en 2013. "Nadie me ha querido como Sandrita", escribió en sus memorias, 'La vida jugada', que es en el fondo un conmovedor canto de amor a su mujer.

ella, hala". Un día vino a que lo entrevistara Jordi González a un programa que hacíamos en Barcelona, La Palmera. Entró en la sala de maquillaje, nos dimos un abrazo y me susurró al oído, "me acabo de enamorar". Me di cuenta de que se refería a mi compañera de tertulia, la cantante Guillermina Motta, porque a Jimmy le gustaban las mujeres así, estilas y con pinta de intelectuales. Después me llamaba a diario para preguntarme por ella y me decía que estaba aprendiendo catalán leyendo a Salvat Papasseit para conquistarla. Yo me burlaba, "¿con esos poemas tan tristes?" y **él me contestaba, "las mujeres os reis con los amigos, pero con los enamorados os gusta un poco de drama"**.

Y en ese idioma que casi llegaste a dominar hoy te despido, Jimmy, fins sempre, amic. Yo también me moriré, pero no pasa nada porque, como me dijiste un día de vino y rosas, "todo se volverá viejo menos nosotros".

Síguela en www.lecturas.com



Sandra acudió al tanatorio rota de dolor y con muletas, ya que sufrió un accidente este verano.

EDICIÓN ESPECIAL
CUERPOMENTE

LA MEJOR COCINA VEGETARIANA



YA EN TU
QUIOSCO

Más de 100 sabrosas RECETAS ANTIINFLAMATORIAS
Y SIN GLUTEN para comer bien cada día

RBA

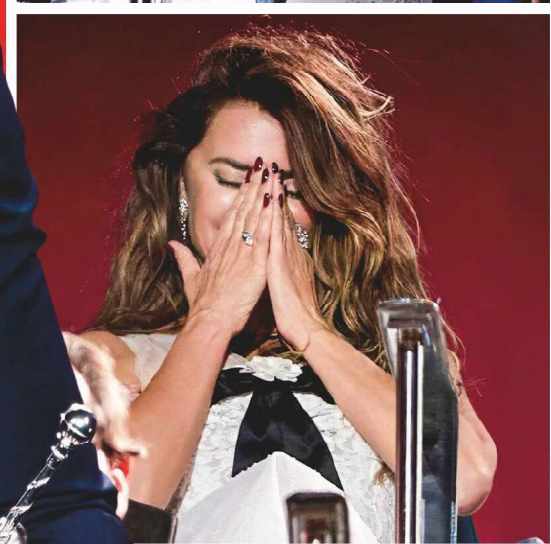


Javier Bardem (55) recogió feliz y con un año de retraso su premio Donosti, que le concedieron el año pasado pero no pudo recibir por la huelga de actores de Hollywood.

Penélope, del orgullo a las lágrimas



Penélope (50) no pudo reprimir las lágrimas escuchando a Javier.



El actor celebró su premio con sus hermanos, Mónica y Carlos Bardem. También recordó a su madre, Pilar Bardem, que falleció en 2021.



AL RECOGER
EL PREMIO DONOSTI

Javier Bardem emociona como nunca a Penélope

El actor, muy conmovido, le dijo a su esposa: "Gracias por el ser humano que eres. Este señor que está aquí te ama"



Úrsula Corberó (35) llevó un atrevido diseño de Loewe al estreno de 'Jockey', su primera incursión en el cine argentino.



Belén Cuesta (40), que fue mamá en diciembre del año pasado, con un traje de Ami Paris.



Marta Etura (45) ejerció de maestra de ceremonias de la gala de inauguración.



Najwa Nimri (52) puso la nota excéntrica al aparecer con este look de Alexander McQueen en el estreno de 'La virgen roja' con un galgo que aparece en la película.

El primer tramo del Festival de Cine de San Sebastián ha tenido a dos reyes absolutos. Cuarenta y ocho horas les bastaron a Javier Bardem y Penélope Cruz para dejar algunas imágenes y momentos que ya pertenecen a la historia del Festival.

UN DISCURSO SORPRENDENTE

Javier aterrizó con la intención de recoger el premio Donosti que le concedieron el año pasado pero que no pudo recibir por la huelga de acto-



Cayetana Guillén-Cuervo con uno de los diseños más coloridos de la gala de inauguración, de Zac Posen.



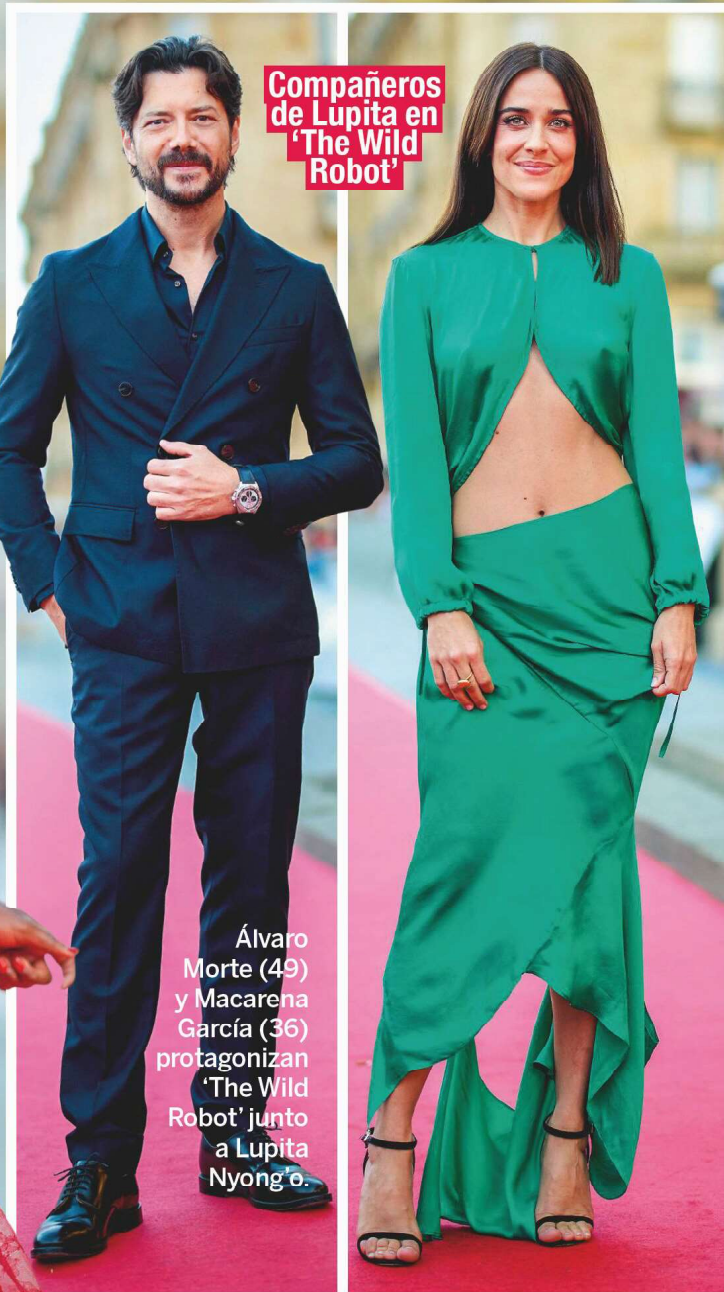
Cate Blanchett (55) recibió emocionada el premio Donosti de esta edición. Para su gran noche escogió un diseño lleno de oro y lentejuelas de Armani.

res de Hollywood. Con su discurso puso la piel de gallina a todo el auditorio. Gran parte de sus palabras iban dedicadas a Penélope, a la que emocionó hasta las lágrimas: "Quiero dedicárselo a una mujer a la que amo y con la que comparto la vida. Siento un agradecimiento muy hondo por el ser humano que eres, por cómo te responsabilizas de la vida de tus hijos, de tu madre, de tus amigos, de la vida de otros, de muchos que desconoces, por los que su-

George Clooney sorprendió a Cate al aparecer en un vídeo felicitándola por su premio Donosti

Tras la ceremonia, la actriz celebró su galardón en el restaurante vasco Igeldo

Lupita Nyong'o (41), que ganó el Oscar a mejor actriz de reparto por '12 años de esclavitud', presentó 'The Wild Robot' con este arriesgado look lencero de Dolce & Gabbana.



Compañeros de Lupita en 'The Wild Robot'

Álvaro Morte (49) y Macarena García (36) protagonizan 'The Wild Robot' junto a Lupita Nyong'o.

fres y a los que cuidas. Y, por supuesto, de la vida de este señor que está aquí diciéndote que te ama, que te quiere y te agradece". El actor también se acordó de sus dos hijos: "T.os dos seres humanos más maravillosos, dos ángeles, dos suertes de la vida y del destino que nos ha tocado poder cuidar, poder guiar. Nos están enseñando a nosotros, sus padres, a ser cada día un poco mejores personas". **■**

Por E. Cebrián. Fotos: Agencias.



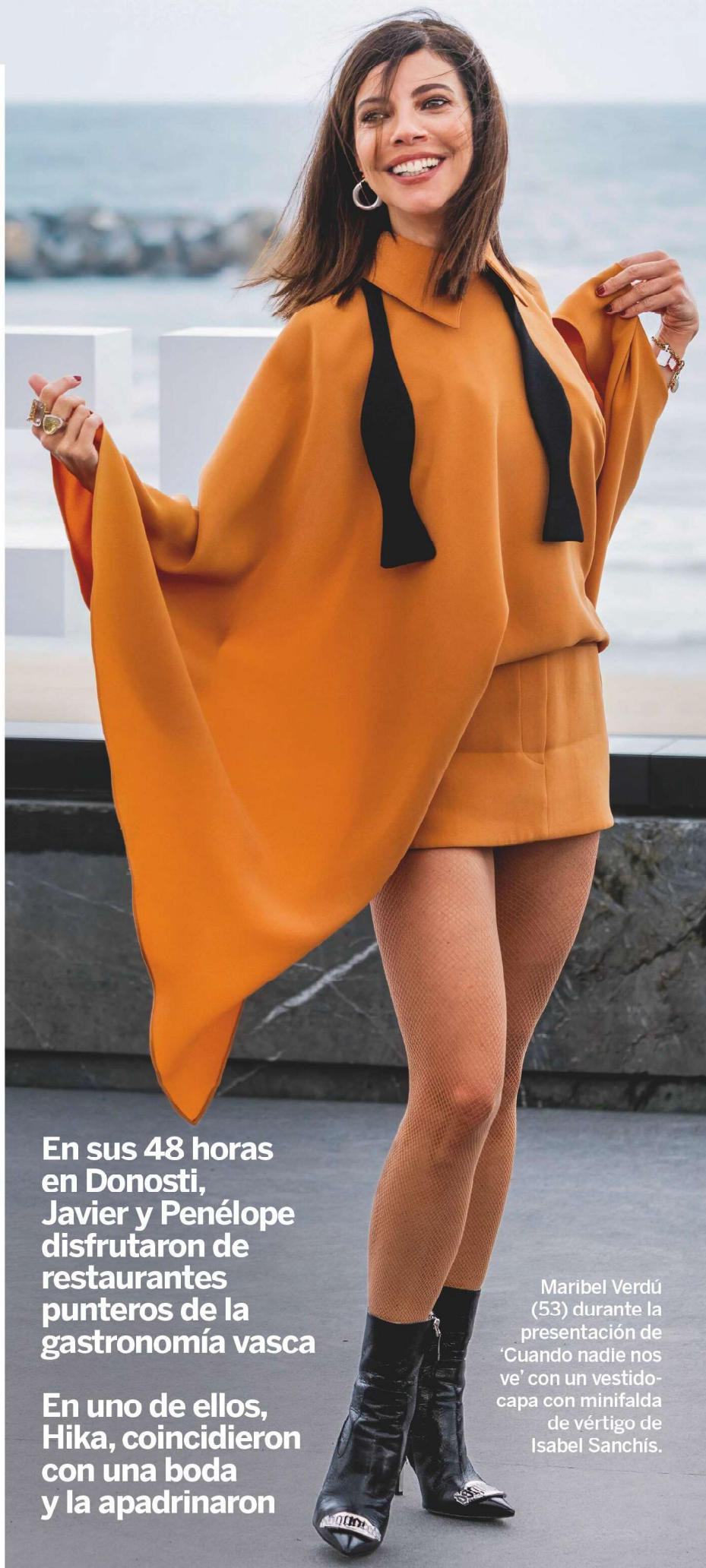
Iñaki (30) y Nico (22) Williams, que juegan en el Ath. de Madrid, cuentan su historia de superación en el documental 'Los Williams'.



El cantante C. Tangana (34) se ha estrenado como director con el documental 'La guitarra flamenca de Yerai Cortés'.



Lidia Torrent (30) acudió a la gala inaugural con un diseño de Pedro del Hierro.



En sus 48 horas en Donosti, Javier y Penélope disfrutaron de restaurantes punteros de la gastronomía vasca

En uno de ellos, Hika, coincidieron con una boda y la apadrinaron

Maribel Verdú (53) durante la presentación de 'Cuando nadie nos ve' con un vestido-capa con minifalda de vértigo de Isabel Sanchis.

IMÁGENES QUE HAN DADO
LA VUELTA AL MUNDO

Cómo se lograron las grandes exclusivas del corazón


Santi Acosta, director de la serie documental 'Paparazzi', nos cuenta los secretos que se esconden tras los reportajes más suculentos de la prensa del corazón

Lady Di fue uno de los grandes objetivos de los paparazzis. Una foto suya siempre era de interés. Sus últimos días al lado de Dodi Al Fayed llenaron páginas y páginas en revistas del mundo entero.

Diana y Dodi Al Fayed, un amor muy perseguido



Las fotos de Diana de Gales y Dodi Al Fayed navegando juntos fueron las más buscadas el verano de 1997. La imagen de ellos besándose en el barco se convirtió en la exclusiva publicada más bien pagada de la historia.



Santi Acosta ha dirigido junto a Nuria López Escribano la serie documental que se estrena en Movistar+ el 29 de septiembre.


El 29 de septiembre se estrena en Movistar+ el documental 'Paparazzi', dirigido por Santi Acosta y Nuria López Escribano. Tres capítulos en los que algunos de los fotógrafos más veteranos de la profesión cuentan la intrahistoria de cómo se fraguaron algunos de los reportajes más succulentos de la prensa del corazón. Periodistas y famosos revelan también cómo es esa cara B del mundo de las exclusivas.

► **La historia de la prensa del corazón es, al final, la historia de nuestro país.**

-Totalmente. Se puede conocer la historia de España de los últimos cuarenta años a través de las fotografías del mundo del corazón y de las noticias que han sido portadas. Es el más fiel reflejo de la sociedad y del cambio social que ha vivido España.

► **¿Crees que la sociedad tiene una imagen negativa de los paparazzis?**

-Creo que los paparazzis son los instrumentos imprescindibles para conseguir esa imagen espectacular, la que ven-



La portada de Lecturas en la que descubrimos a Genoveva Casanova y Federico de Dinamarca juntos en Madrid cambió la historia. La abdicación de la reina Margarita se precipitó y Federico y Mary fueron proclamados reyes de Dinamarca.

“Una de las exclusivas que más me ha sorprendido es la de Genoveva y Federico, es curioso que hayan sido tan poco prudentes”

“La exclusiva más cara de la historia es la del top less de Diana, que nunca se publicó”



Los paparazzis pasaron tres meses intentando conseguir la fotografía de Iñaki Urdangarín con Ainhoa Armentia. Una portada que publicó Lecturas y que tuvo repercusión mundial.

de y la que interesa al público. Es cierto que, en ese mundo, como en otros sectores, hay gente mejor y gente no tan buena. Ha habido muchos momentos polémicos porque el mundo del corazón también lo es. Las imágenes de los 90 son impensables hoy en día, esas persecuciones de los reporteros de calle. Como sacar a los niños. La sociedad ha ido evolucionando y ha ido poniendo límites a lo que hacemos.

► **¿Qué cualidades tiene que tener un buen paparazzi?**

-Infinita paciencia, olfato y método. Método porque tienen que estar muchas horas y saber donde está la noticia,

cuando la pueden encontrar. Son como los cazadores.

► **A veces la suerte tiene un papel fundamental, como la exclusiva que dio LECTURAS y que cambió la historia de la monarquía danesa: 'Genoveva y Federico juntos por Madrid'.**

-Es muy increíble, ya que ambos son conocedores del interés que podía generar que se conociera su relación. Es muy curioso que hayan sido tan poco prudentes, y además en una de las zonas de Madrid donde se mueven más famosos por metro cuadrado y siempre hay un paparazzi. Es curioso e increíble, porque

“Siempre habrá imágenes que se quedan en el cajón porque no interesa sacar la parte fea del personaje”

podía haber pasado desapercibido. La suerte juega a su favor, pero para tener suerte hay que estar trabajando.

► **El dispositivo que se monta después no es fruto de la suerte.**

-Claro. Es fruto de la profesionalidad del equipo que va detrás.

► **¿Es una de las exclusivas que más te ha sorprendido?**

-Una de la que más.

► **En el documental se aprecia como ha cambiado la relación entre los famosos y los paparazzis. Antes iban a su casa a hacerles fotos. Eso es impensable ahora.**

-En parte era una relación que estaba destinada a fracasar. El paparazzi quiere la imagen que el famoso no quiere sacar, con lo cual era difícil de mantener esa amistad. Hay algunos que la mantienen y hay muchos paparazzi que tienen amistad con algún famoso, no con todos. Es difícil que cazador y presa acaben conviviendo.

► **Las redes sociales han tenido un profundo impacto en el sector y se han convertido en los enemigos del paparazzi.**

-Cambia el modelo por completo y reduce las posibilidades de negocio del fotógrafo. Siempre habrá paparazzis porque siempre habrá una imagen que el famoso no quiera sacar y ellos puedan obtener, y que el editor de la revista quiera sacar. Ahora ya no vale cualquier fotografía del famoso, porque la ha subido él a las redes antes, tiene que buscarse otra.

► **También ha cambiado el tipo de famoso que es objetivo del paparazzi.**

-Ha cambiado como cambian los gustos sociales y la sociedad. Al final hay nuevos perfiles de gente que llama la atención. Los influencers, concursantes de realities... se convierten en noticia. O los futbolistas también. En los años 60 y 70 tenían menos impacto en el corazón, como sí lo tenían los toreros. Es el reflejo de los cambios sociales, y las revistas se han adaptado a los cambios.

► **Hay sagas que sí permanecen en el tiempo: los Preysler, las Campos...**

-Son eternas. Los Iglesias pare-

“Las fotos del Rey desnudo quizás hoy también se tapanían, no por ser el Rey, sino porque se tapan los desnudos”

ce que no van a terminar nunca y estoy convencido de que los hijos de Tamara, cuando lleguen, también vivirán en el papel couché, o en la página couché, si es de internet. Y seguirán ahí. Es apasionante los cambios de padres a hijos.

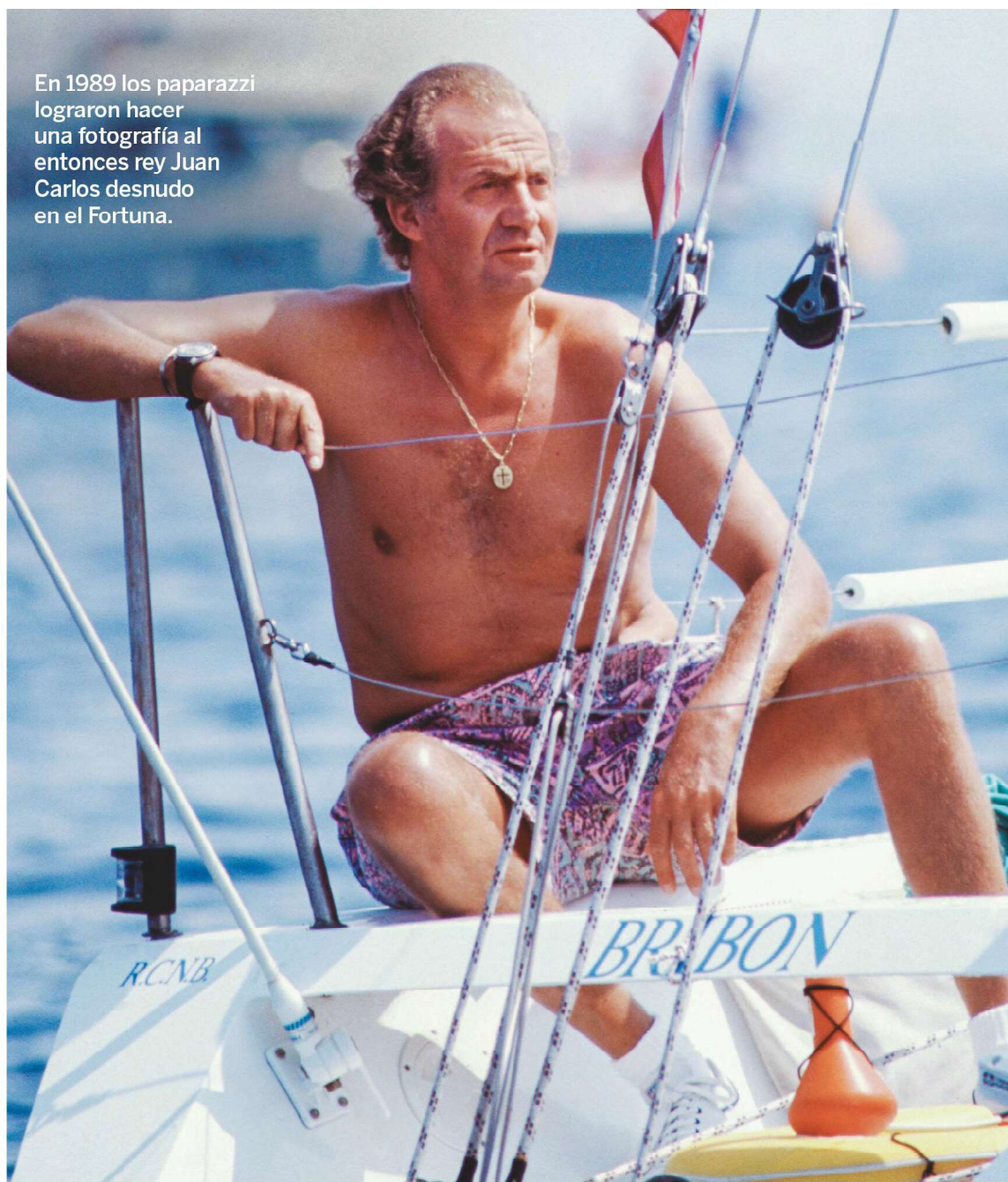
►¿Cuál ha sido la exclusiva más cara?

-La más cara es el toples de Lady Di que no salió nunca, porque lo cogió el editor de una revista. Destruyó esas imágenes para que el personaje siguiera teniendo interés. La más cara publicada es el beso de Lady Di y Dodi Al Fayed. Ahora la de Federico ha conseguido precios mucho menores. Es espectacular como ha ido bajando el mercado por la crisis, son nuevos tiempos. Esas son exclusivas fantásticas. La historia de Lady Di y las persecuciones de los fotógrafos son increíbles. No ya la de la noche de su muerte, porque el problema fue el conductor borracho y drogado, no que le siguieran los paparazzis, que sabían donde vivían.

►¿Crees que se siguen guardando imágenes para no sacarlas?

-Yo creo que se siguen guardando imágenes, porque hay veces que la imagen es fea o no le interesa ni al propio editor. Muchas veces ni al propio fotógrafo le interesa sacar esa imagen del famoso porque le pone a malas con él, y es mejor sacar una imagen más bonita, que sea mucho más vendible. Creo que siempre habrá imágenes que se queden en el cajón porque no interesa des-

En 1989 los paparazzi lograron hacer una fotografía al entonces rey Juan Carlos desnudo en el Fortuna.



El Rey increpó a los paparazzis días después de ser fotografiado sin ropa. Sabía que aquellas fotos no verían la luz en España. Meses después se publicaron en Italia.



Tamara Falcó es otro de los personajes top del mundo de las exclusivas. La hija de Isabel Preysler es una digna heredera de su madre en el mundo del corazón.




“Estoy convencido de que los hijos de Tamara, cuando lleguen, también vivirán en el papel couché”

truir al personaje, ni sacar la parte fea que todos tenemos.

► **Uno de los temas que siempre suscita interés son los integrantes de las familias reales. ¿Por qué?**

-La monarquía lo que tiene es el interés y el glamour de esos personajes que tienen la obligación de ser perfectos. La monarquía hoy en día se mantiene porque son familias que tienen que mantener una imagen para estar al frente de un país como jefes de estado, eso hace que sus vidas sean muy interesantes de ver. Cuando se quedan sin monarquía y sin país que dirigir, siguen siendo parte de una aristocracia que despierta mucha curiosidad.

► **Las imágenes de la monarquía que causaron mucho re-**



Los paparazzi son capaces de pasar horas haciendo guardia para conseguir la fotografía del famoso que todos buscan. "Son como los cazadores", dice Santi.

"A pesar de las redes siempre habrá paparazzis porque siempre habrá una imagen que el famoso no quiera sacar"

► **Dice un paparazzi que si contasen lo que saben, se tendrían que ir de España.**

¿Es para tanto?

-Hay muchas cosas que no se pueden publicar, muchas cosas que no cuentan, por pudor o por mantener el 'off the record' [información que se da de manera confidencial para no ser publicada]. Es muy divertido conversar con ellos porque te cuentan mil historietas.

► **¿Fue fácil que se abrieran o alguno no quiso aparecer?**

-Ha habido alguno que no ha querido salir porque su vida es ahora otra. Hay muchos fotógrafos de aquellos tiempos, cuando conseguían mucho dinero, que han dejado la profesión y han perdido todo el dinero que ganaron. Algunos hasta se han hecho ermitaños y no han querido aparecer. Juntar a todos los que sí quisieron fue una risa. Se ponen a contar historietas y a decir "yo era mejor que tú".

► **¿El paparazzi tiene fecha de caducidad?**

-No, va a existir siempre. Porque la curiosidad del ser humano por la vida de los demás es consustancial al ser humano. Unas veces por ese afán de "parecerte a", afán aspiracional, otras veces por compartir, por curiosarse, por mil motivos. Yo creo que nunca va a morir el corazón. **L**

Por L. Martín. Fotos: Agencias.

vuelo fueron las de Don Juan Carlos sin ropa, ¿qué te impactó de esta historia?

-Lo que más me chocó de esta historia es todo lo que ha cambiado España a lo largo de este tiempo. Han pasado treinta años y es curioso que, entonces, era impensable que esas imágenes se fueran a publicar en una revista. Hoy en día estas imágenes, si se produjeran, a lo mejor se tapaban también, pero no porque fuera el Rey, sino por el tema de los desnudos. En las revistas se tapa o se pixela. En aquellos tiempos, era más fácil ver a alguien desnudo en una revista que hoy en día. También es cierto que ha cambiado la posición de la monarquía en la sociedad.

► **Los paparazzis son fundamentales para las revistas, pero también para los programas de corazón.**

-En televisión vamos detrás de las revistas, vamos retroalimentándonos y construyendo a un personaje.

IMÁGENES IMBORRABLES

EXCLUSIVAS QUE HAN CAMBIADO LA HISTORIA

Los paparazzis más avezados de nuestro país descubren los entresijos de su trabajo en el documental de Santi Acosta y Nuria López Escribano que ve la luz en Movistar+ el 29 de septiembre.

Fotoperiodistas, directores de revistas y famosos participan en esta serie de tres capítulos que descubre cómo han sido los últimos 40 años en el mundo del corazón.

En el documental descubrimos cómo muchas de las imágenes exclusivas que logran los paparazzi pueden llegar a cambiar el rumbo de un país. Solo hace falta recordar casos como el que destapó Lecturas: Genoveva Casanova y Federico de Dinamarca juntos en Madrid. A veces la suerte tiene un papel primordial en el trabajo de los fotorreporteros y en esa ocasión todo fue por puro azar. El paparazzi que captó esas imágenes había terminado de trabajar y estaba con su hijo en un conocido parque. Reconoció a la mexicana pero no a su real acompañante

hasta que miró la cámara y se quedó sorprendidísimo. Incluso llegaron a introducir la imagen en un programa de reconocimiento facial porque no se creían que fuera Federico. La portada generó muchísimo revuelo y cambió la historia. El 14 de enero Federico y Mary se convirtieron en reyes de Dinamarca tras la abdicación de la reina Margarita.

La monarquía española ha suscitado también siempre un enorme interés. En 1989, un equipo de seis profesionales, entre los que se encontraba Alfredo Garófano, fotógrafo de Lecturas, consigue capturar imágenes de Juan Carlos navegando con el yate Fortuna. Colocados en lo alto de una montaña entre matorrales y escondidos, se dan cuenta de que está desnudo. A los días en el Club Náutico de Palma de Mallorca, el monarca les increpó. Los arañazos en las piernas les delataron. Esas imágenes nunca se publicaron en España, y don Juan Carlos lo sabía. Existía un código no escrito de que la imagen del monarca no se iba a perjudicar. Sin embargo, su enfado fue mayúsculo cuando se publicaron dos fotos en una revista italiana cuatro años después. Su exyerno, Iñaki Urdangarín ha sido también protagonista de una de las portadas más importantes de los últimos años, destapada por Lecturas. El director de la revista recibió un chivatazo de que existían unas fotos del ex marido de la infanta Cristina con otra mujer, Ainhoa Garmendia. Se había generado un enorme interés y costó tres meses, y mucho trabajo, que los paparazzis tuvieran una foto de la pareja.

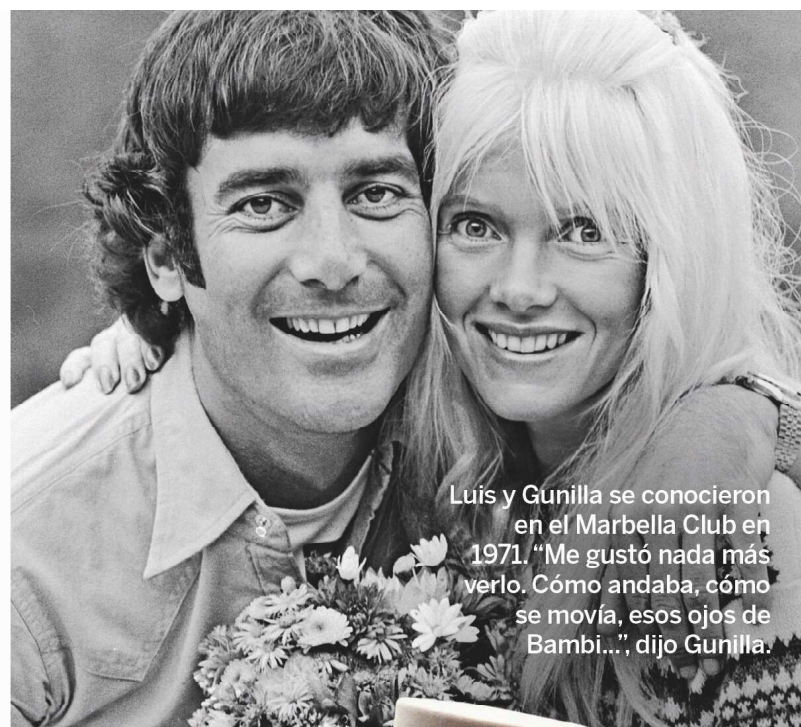


Luis Ortiz era el marido de Gunilla von Bismarck (74), bisnieta del canciller alemán Otto von Bismarck. La pareja se divorció en 1989, aunque en realidad seguían queriéndose y no dejaron nunca de vivir juntos.

**EL MARIDO DE GUNILLA VON BISMARCK
FALLECE A LOS 80 AÑOS**

Adiós a Luis Ortiz, el rey de la noche de Marbella

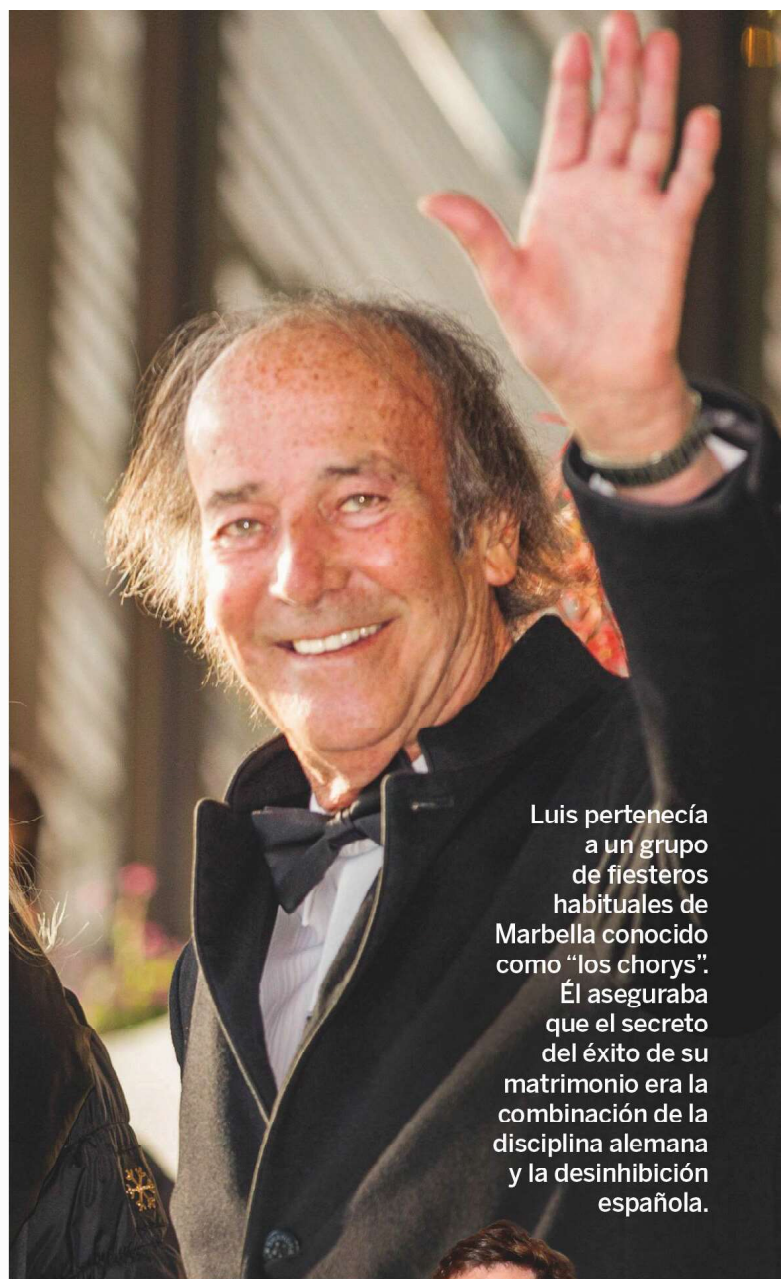
Emblema de la jet set en los 80, llevaba años luchando contra un cáncer de próstata



Luis y Gunilla se conocieron en el Marbella Club en 1971. "Me gustó nada más verlo. Cómo andaba, cómo se movía, esos ojos de Bambi...", dijo Gunilla.



La pareja se casó en 1978 en un castillo de Alemania ante 120 invitados.



Luis pertenecía a un grupo de fiesteros habituales de Marbella conocido como "los chorys". Él aseguraba que el secreto del éxito de su matrimonio era la combinación de la disciplina alemana y la desinhibición española.

La vida de Luis Ortiz, marido de la condesa alemana Gunilla von Bismarck, se ha apagado a los 80 años, víctima de un cáncer de próstata. Su mujer y su único hijo, Fran, no se separaron de él en sus últimos días.

EL ALMA DE LA FIESTA

Durante los años 80 Luis fue un emblema de la jet set marbellí, hasta el punto de que la frase "el marido de Gunilla" se convirtió en sinónimo de jolgorio. Él mismo abrazó esa imagen festiva, presen-



Fran (44), exitoso empresario que fue uno de los primeros inversores de la red social Tuenti, es el único hijo de Luis y Gunilla



“Era el hombre más divertido que he conocido en mi vida, siempre estaba de cachondeo”, decía Gunilla tras la muerte de su marido. La pareja se convirtió en imprescindible de los saraos en los 80 y 90.



Sean Connery y su mujer, Micheline Roquebrune, y Philippe y Nina Junot (abajo) eran vips habituales de los veranos marbellíes donde Luis campaba a sus anchas.





Jaime de Mora –hermano de la reina Fabiola de Bélgica– con su mujer, Margit Ohlson (a la izquierda) en una fiesta de Marbella.

Lejos de molestarle, a Luis le hacía gracia que le llamaran “el Gunillo”

Gunilla y él se separaron en 1989 pero nunca dejaron de vivir juntos

tándose a menudo como “el Gunillo”, fiel a su sentido del humor. Luis y Gunilla se casaron en 1978, en un castillo de Alemania. En Marbella se movían junto a los personajes más variopintos, como Jaime de Mora y Aragón, el príncipe Alfonso de Hohenlohe o el polémico traficante de armas Adnan Khashogui. En 1989, Gunilla y Luis se divorciaron, pero nunca dejaron de vivir juntos. Hoy se sabe que la pareja vendió aquel divorcio por necesidades económicas. **📌**

Por A.F. Couceiro. Fotos: Agencias.



Gunilla y su hijo, destrozados en el tanatorio

“Ha sufrido mucho en los últimos dos meses de su vida”, dijo Gunilla, muy afectada, en el adiós a su gran amor. Su hijo la acompañó en todo momento.

MISA FUNERAL EN MADRID

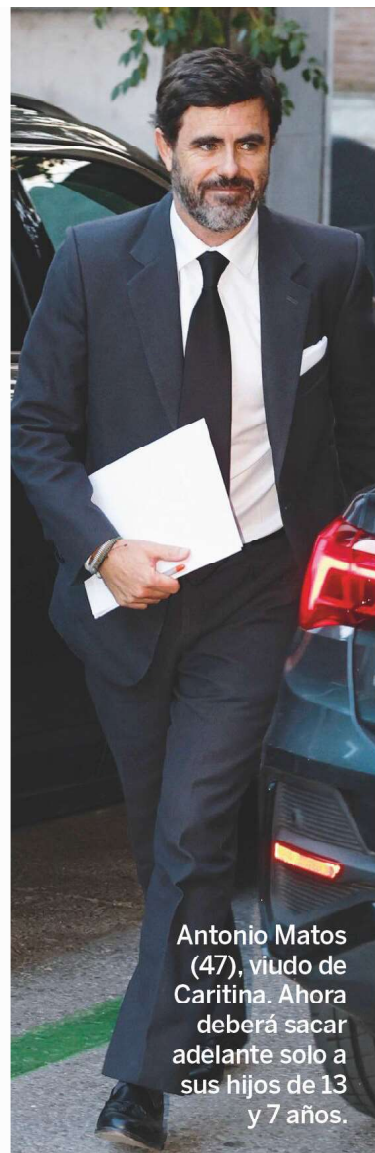
Cari Lapique y su familia, devastados en el último adiós a Caritina Goyanes

El clan ha reunido fuerzas para homenajear a Caritina, que murió durante sus vacaciones a los 46 años, dos semanas después que su padre

Cari Lapique (71) atraviesa su peor momento. El 7 de agosto perdió a su marido, Carlos Goyanes, y el 26 de agosto a su hija, Caritina. A su llegada a la iglesia, no pudo ocultar el vacío que la invade.



Carla Goyanes (41) llegó a la iglesia de San Agustín junto a su madre, su marido, Jorge Bengurúa, y sus hijos. "Te has ido demasiado pronto y llena de planes e ilusiones", escribió Carla en una carta de despedida a su hermana.



Antonio Matos (47), viudo de Caritina. Ahora deberá sacar adelante solo a sus hijos de 13 y 7 años.



Isabel Preysler (73), gran amiga de la familia, junto a su hija, Tamara Falcó (42).



Eugenia Martínez de Irujo (55), duquesa de Montoro, que acudió junto a Narcís Rebollo.

En apenas 20 días, la familia Goyanes se vio golpeada dos veces por la tragedia a finales de este verano. Primero era el patriarca, Carlos Goyanes, el que moría a los 79 años. Y después era su hija, Caritina, la que fallecía a los 46 a causa de un infarto, dejando dos hijos. Ambas muertes sobrecogieron al clan durante sus vacaciones en Marbella. Ahora, los Goyanes han despedido a Caritina con una misa funeral celebrada en la iglesia de San Agustín, en Madrid. Cari Lapique y Carla Goyanes, madre y hermana de la fallecida, no podían ocultar su dolor. Estuvieron arropadas por los suyos —entre ellos, rostros conocidos como Isabel Preysler— en un triste y doloroso adiós. **■**

Por A.F. Couceiro. Fotos: Agencias.



Nuria González (53), viuda de Fernando Fernández Tapias.



Naty Abascal (81), de luto riguroso, a su llegada a la misa.



María Zurita (49), prima del rey Felipe VI, representó a la familia real en la despedida.



EXCLUSIVA

**TODA LA VERDAD SOBRE SUS
MALTRECHAS FINANZAS**

Manu Tenorio hipoteca sus bienes asfixiado por las deudas

El cantante asegura que está al día con el fisco, pero la verdad es que arrastra deudas con Hacienda que le han llevado a poner en riesgo su patrimonio

Manu Tenorio (49) ha dicho recientemente: "Yo con Hacienda estoy al día y no tengo deudas". Lecturas confirma que la Agencia Tributaria le ha prohibido vender su casa de Sanlúcar de Barrameda (Cádiz) hasta que salde sus deudas.



La casa de la polémica en Cádiz

Manu quiere echar a los inquilinos de su casa en Sanlúcar por supuestos impagos. Los inquilinos dicen que sí pagan, pero a Hacienda. El cantante tiene un embargo de 5.982 euros y una hipoteca de 66.072 sobre el inmueble.



Manu está casado desde 2008 con Silvia Casas, con la que tiene un hijo de 11 años. Silvia tenía el 50 % de la empresa con la que la pareja gestionaba la casa de Ibiza que perdieron este verano.

Lejos de ocupar portadas por su carrera artística, Manu Tenorio es actualidad por su denuncia pública y judicial contra los inquilinos que habitan en una de sus propiedades. Según el cantante, los moradores de su dúplex de Sanlúcar de Barrameda llevan un año sin abonar los 550 euros mensuales acordados. Los considera "inquiokupas" por no querer abandonar la finca una vez que el contrato de arrendamiento quedó extinguido. Exige que abandonen su propiedad y abonen los alrededor de 10.000 euros que, afirma, le deben. Los inquilinos contraatacan afirmando que pagan puntualmente las mensualidades, aunque a Hacienda, por una deuda de Tenorio con el fisco. Manu niega

que le hayan embargado el alquiler y afirma que ha llegado a un acuerdo de aplazamiento de pagos con el erario público. Hoy LECTURAS confirma en exclusiva que el 16 de marzo de 2023 Hacienda prohibió al artista "disponer", es decir, vender la casa de la polémica hasta que liquide las cantidades adeudadas.

CUATRO CASAS HIPOTECADAS

Los plazos de pago acordados con el Tesoro podrían ser la causa por la que, en 2021, Manu Tenorio se viera obligado a hipotecar todas sus propiedades. Sus cuatro bienes inmuebles, a nombre de una de sus empresas, sirvieron como aval para lograr créditos bancarios por valor de 746.000 euros. Sobre el dúplex gaditano

Manu se ha visto obligado a vender su casa de Ibiza por una deuda que tenía desde 2021

de la polémica pesa una hipoteca por valor de 66.072 euros, también un embargo del Ayuntamiento de Sanlúcar de Barrameda por valor de 5.982 euros. Tenorio también hipotecó su hogar familiar, un triplex en Soto de la Moraleja de 160 m², sobre el que pesa un préstamo de casi 450.000 euros. El ático que tiene en Valencia, de alrededor de 90 m², está gravada por otra hipoteca de más de 106.000 euros. El cantante no ha podido mantener todos sus bienes, este verano ha vendido una vivienda

en Ibiza cuya titularidad ostentaba una de sus empresas al 50 % con su mujer, Silvia Casas. Pagaron así a la entidad bancaria prestataria los más de 141.000 euros que lastraban la vivienda desde noviembre de 2021.

CRISIS DE IMAGEN

En el Registro no consta ninguna propiedad a nombre de Manu Tenorio, el titular de sus bienes es la empresa Cava de Santa Ana SL., fundada por el andaluz con 120.000 euros de capital en 2002, semanas después de salir de 'OT'. Ahora lucha por pagar las deudas que lastran su patrimonio y por evitar que el enfrentamiento con sus inquilinos pase factura a su imagen. **L**

Por Martina Ataun. Fotos: Garófano/Getty.

LUCÍA RIVERA, HIJA DE CAYETANO RIVERA Y BLANCA ROMERO

“Es pronto para decir que veo a Kika como una hermana”

La modelo se sincera sobre su relación con la hija de María Cerqueira, pareja de su padre. “Es muy difícil vernos, pero me cae muy bien, es para comérsela”, dice

Lucía (26), que es imagen de la firma de cosméticos Nars, tiene una excelente relación con María Cerqueira, la nueva pareja de su padre. María tiene dos hijos, Kika (21) y un niño de siete años.

Unidas también por la pasión por la moda

Kika Cerqueira ha iniciado una carrera de modelo como Lucía. Ambas coincidían posando en una campaña hace un año.



Después de acudir a un acto en Portugal junto a su padre, Cayetano, y la pareja de este, María Cerqueira, Lucía Rivera regresaba a España para ejercer de embajadora de la firma Nars y hablar por primera vez de su nueva pareja, Fernando Wagner.

► **En Portugal hemos visto la primera foto de los cuatro juntos, tu padre y María contigo y Kika, la hija de María.**

-Pública quizá sí sea la primera vez, pero en el móvil hay muchas.

► **Tú y Kika os parecéis físicamente mucho.**

-Me gusta que me digas eso, porque es guapísima. Es un espectáculo de niña.

► **¿La ves ya como una hermana?**

-A ver, una hermana es muy pronto, aún. Y además es que las dos trabajamos mucho y es muy difícil vernos. Ella vive ahora en Milán y yo me he ido de Milán. Me voy a Londres. Me cuesta verla, pero me cae muy bien, es para comérsela.

► **Ahora vas a tener un nuevo primo. Fran y Lourdes lo han confirmado.**

-¡Creía que era un rumor! Pues nada, entonces me alegro mucho, no sabía nada. Me acabo de enterar.

► **Y tú ya no estás soltera. Sabemos poco de tu nueva pareja, Fernando Wagner.**

-Yo cuento lo que veis en redes y ya es bastante. Yo no solía hablar de eso en redes, pero he dicho: "Bueno, pues venga". Siempre tuve como mucho miedo a la repercusión que podía tener lo que explico, es algo que he tratado con mi psicóloga. Pienso: 'A ver si mañana me arrepiento de lo que digo'. Que es muy normal arrepentirse



Enamorada de un atractivo corredor de bolsa

de lo que dices... Pero no, la verdad es que estoy contenta. No me he arrepentido todavía, es una relación muy bonita.

► **¿Tus padres le conocen?**

-Sí, está todo superbien. Este verano estuve en el Algarve con mi padre y con Fernando, presentación oficial.

"Este verano presenté de forma oficial a Fernando a mi padre en el Algarve"

► **¿Qué tiene Fernando que no tuvieran tus anteriores parejas?**

-No sé, que es normal. O sea, no tiene nada que ver con mi trabajo. Eso es superimportante. Es muy humilde y nos parecemos mucho, tenemos un humor muy parecido. Es cierto que yo soy más madura. Cuando has pasado por relaciones muy tormentosas como yo, ocurre eso. Ahora cuando veo un poquito de algo que no, digo 'uy, adiós'. Echo a correr y no me pilla ni Dios.

► **¿Cuál es esa primera señal de advertencia para ti para alejarte de una relación?**

-Los celos y la mala educación. No soporto la mala educación, que se hable a la gente con mala educación. Y si me tratas a mí bien y hablas a alguien con mala educación, te dejo... No lo soporto. ❑

Por Noelia Zazo. Fotos: Getty/Redes.

Lucía ha iniciado una relación con Fernando Wagner, un atractivo corredor de bolsa que ya ha presentado en redes. "No tiene nada que ver con mi trabajo y eso es importante para mí"



Hace un año, la modelo reveló que sufrió maltrato físico y psicológico por una de sus ex parejas y ahora asegura que su nuevo amor "es muy humilde, nos parecemos mucho". Lucía confiesa que aquel episodio de su vida la ha hecho ser más madura en las relaciones. "No soporto los celos y la mala educación", dice.

El diario de Jorge Javier

“Soy Georgina’ no es un reality. Es un catálogo. Caro. Ordinario, vulgar y hasta obsceno. Pero un catálogo. Aspira a lujoso pero se queda en chabacano”.



“Georgina es una mujer aburrida e insustancial”

Ya está la tercera temporada de ‘Soy Georgina’ en Netflix. He visto los dos primeros capítulos, medio del tercero y el último lo he pasado a cámara rápida o como se diga. En el quinto sale Sebastián Yatra pero paso porque en varios momentos me he preguntado “por qué estoy perdiendo el tiempo con esta idiotez”. Y el caso es que lo he perdido, lo reconozco. No del todo, que lo sepan los de Netflix. No pienso ver los capítulos que me quedan. Porque mientras veía el reality tuve la sensación de que los mandamases pensaban: “Da igual, emitamos lo que emitamos te van a seguir viendo. Porque la gente te sigue, Georgina, y hagas lo que hagas siempre van a estar ahí”. Y no, cariño, no. Que no te engañen. ‘Soy Georgina’ no es un reality. Es un catálogo. Caro. Ordinario, vulgar y hasta obsceno. Pero un catálogo. Aspira a lujoso pero se queda en chabacano. **Para empezar no se entiende que una pareja tan adinerada se traslade a un país tan anodino como Arabia Saudí solo por pasta.** Todo lo que muestran es puro bajonazo: el desierto, las edificaciones, tanto tío metido en los estadios, la iluminación de sala de autopsias donde se celebran los partidos. Las casas. ¡Ay, las casas! Muertas. Sin un ápice de vida. Garajes con piscina y estanterías en amplios salones. Georgina y su maquillador se pasan una eternidad fren-

te a una piedra del recibidor que, según ella, tiene el rostro de Satanás. Y el maquillador asiente como quien le da la razón a una abuela pesada porque esa es otra: Georgina siempre tiene a su alrededor a una persona que le dore la píldora. “Qué guapa estás”, “Qué bien desfilas” (¡Ay!, ese “tumbao” al caminar)” o “Qué graciosa eres”. No. No lo es. Es una mujer aburrida. Insustancial.

EL ENIGMA CRISTIANO

Ya escribí en su día que me recordaba a la María Luisa Ponte de ‘La Colmena’. Todavía más en este reality, en el que invoca continuamente al manto divino del Señor y hace uso de una libretita para apuntar los trabajos cobrados. Me apena esta tercera temporada del reality. Porque la primera tuvo cierto no sé qué. La segunda me la tragué aunque con dificultades. Y en la tercera estamos a un tris de cogerle una manía tremenda a esta muchacha que es puro sopor. No ayuda que en el reality aparezca de vez en cuando Cristiano y su sonrisa de teleñeco. Cristiano y su moreno pasado de moda. Cristiano haciéndose el guay. En definitiva, Cristiano Ronaldo en persona. A todo esto: **¿quién es en realidad Cristiano Ronaldo? Probablemente ni él mismo lo sepa. Alguien con una biografía tan imponente deja en ‘Soy Georgina’ la misma huella que un vaso de agua.** Algo está fallando. En realidad no estoy escribiendo contra Georgina Rodríguez. Estoy escribiendo contra mí mismo. Por ser tan imbécil de empezar la tercera temporada del reality habiendo visto las dos primeras. Por no prender fuego a mi televisor después de asistir al incesante desfile de productos de lujo que aparecen sin sentido alguno en el programa. Por darle minutos



“No ayuda que en el reality de Georgina aparezca de vez en cuando Cristiano y su sonrisa de teleñeco. Cristiano y su moreno pasado de moda. Cristiano haciéndose el guay. En definitiva, Cristiano Ronaldo en persona”.

“Todo en ‘Soy Georgina’ está excesivamente supeditado a ella y sus circunstancias, de ahí que todo acabe apestando a mediocridad”

a Georgina pensando que tenía algo cuando es tan premeditadamente aséptica como las casas de las que presume. Tampoco pretendo yo escuchar a Clara Campoamor pero ese exacerbado ejercicio de auto-complacencia unido a una clamorosa ausencia de autocritica o mínima duda convierte el producto en algo que provoca rechazo. **Georgina es una máquina de hacer dinero y no le importa arrasar con lo que sea para lograr su cometido.** La intimidad de sus hijos, por ejemplo. Curiosidad: Paul Marciano, diseñador de Guess, se rinde ante ella porque ha parido muchos. Marciano viene a decir que la familia es muy importante para el grupo. ¿La hubiera contratado si Georgina fuera una universitaria soltera y sin descendencia? Todo en el programa

está excesivamente supeditado a ella y a sus circunstancias, de ahí que todo acabe girando en torno al vacío y apestando a mediocridad. Sale mucho su representante, Ramón Jordana, que quiere ser más Georgina que la propia Rodríguez. Es el villano que todo programa necesita. Tiene un alto concepto de sí mismo y se piensa que tiene gracia. **Creo que Georgina lo saca tanto para que no la opaqué. Se equivoca. Rodearse de seres sin luz propia no hacen que brilles más sino que afloren más tus carencias.** El maquillador y el peluquero, que en otra temporada tuvieron vida, son aquí meras figuritas que se diluyen entre los millones de granos de arena que conforman el desierto de Arabia Saudí. **Como la mismísima Bad Gyal, a la que sacan almorzando con Georgina y su equipo en el suntuoso salón de una habitación de un no menos suntuoso hotel parisino después de unos desfiles.** Lo que podría ser una escena alocada se convierte en un salón de té en el que dos chicas jovencísimas –Georgina y Bad Gyal– transmutan en dos ancianas aburridas que parece que es-

tán deseando que aparezca la parca para huir de una reunión en la que ninguna de las dos quiere estar.

LA ENERGÍA DE MARISOL

Pienso en ese absurdo encuentro y se me viene a la cabeza el que mantuve con Marisol en ‘El diario de Jorge’. A sus ochenta años era toda energía. **Puso el plató boca abajo cuando contó que descubrió el clítoris a los veinticuatro años y que a partir de ahí suya fue la vida.** Fueron inteligentes ella y su marido porque tomaron la determinación de ir a un profesional después de que Marisol no encontrara nunca el placer que decían que daba el sexo. Creo que a Georgina le vendría muy bien una conversación con Marisol, espontánea y dicharachera como ella sola. Porque después de tres temporadas ha llegado ya el momento de que alguien le diga a Georgina que su fuerte no es hablar frente a una cámara. A pesar de todo, me cae bien. Intuyo que ha metido demasiada mano en la edición del reality y que no se ha dejado dirigir. El resultado salta a la vista.

Síguelo en www.lecturas.com

Àngel LLàcer (50) contó la pesadilla en la que su vida se ha convertido tras el viaje a Vietnam que realizó el pasado mes de marzo. El actor reapareció en el programa 'Col.lapse' de TV3.


Rompió a llorar recordando el infierno que ha vivido

ÀNGEL LLÀCER REAPARECE TRAS MESES DEBATIÉNDOSE ENTRE LA VIDA Y LA MUERTE

“Tuve la premonición de que iba a morir”

Una bacteria que cogió en Vietnam le obligó a pasar cuatro veces por quirófano. A punto de perder una pierna llegó a visualizar su muerte y a despedirse de su gente





Àngel, que piensa ya en retomar su trabajo en 'Tu cara me suena' y estrenará pronto el concurso 'Sóc i seré' (Soy y seré) en TV3, sigue haciendo rehabilitación y según sus médicos podrá volver a saltar y a bailar en el escenario. El actor representaba en Madrid 'The Producers' cuando en abril tuvieron que ingresarle por primera vez.

“Se me instaló la muerte sobre el hombro, la notaba. Era como un canto de sirena que me decía: ‘Ven conmigo y todo esto terminará’”

“Pensé que era fácil dejarse ir. Lo único que me dolía era dejar a la gente que quiero arrastrando mi muerte toda la vida”

Tras cuatro meses y medio alejado de todo, Àngel Llàcer se sentaba de nuevo ante las cámaras, en 'Col.lapse' (TV3), para contar entre lágrimas el infierno que ha vivido luchando a vida o muerte contra una bacteria que cogió en un viaje a Vietnam. Una bacteria que empezó a “comerse indiscriminadamente su cuerpo”.

►¿Cómo empezó todo ?

-En un viaje a Vietnam. No hice caso de las recomendaciones de no beber agua, ni comer según qué. Pensé: “A mí no me pasará”. Allí me puse enfermo y me dieron antibiótico. Pero ya en Madrid, el 13 de abril empezó el calvario. Pasé diez días ingresado. Había cogido una bacteria, pero me dieron el alta y volví a Barcelona.

►Ya te encontrabas bien.

-Sí. Pero mi doctora insistió en que me hiciera una revisión. Yo no quería porque solo pensaba que tenía que ir a trabajar, no escuchaba a mi cuerpo. Y mi cuerpo me paró. Recuerdo que era lunes y tuve como una premonición de que esa semana iba a morir. Se lo conté a un amigo y le dije: “Tendríamos que ir al notario a hacer testamento”. Y con esta premonición, el jueves decidí ir al hospital Dexeus de Barcelona.

►Habías empeorado.

-Sí, estaba muy mal, no podía poner el pie en el suelo. Tenía

“La bacteria se comió un 30 % de mi gemelo y me dijeron que de la siguiente operación o salía sin pierna o no salía”



El actor agradece el esfuerzo de sus médicos y destaca el importante papel que su fisioterapeuta ha tenido en su recuperación. "Me ha ayudado física y psicológicamente. Es muy fácil desmoronarte en estas ocasiones", dice.

mucho dolor en la pierna, la tenía muy inflada. En el hospital me abrieron la pierna y vieron que tenía fascitis necrotizante. La bacteria se había empezado a comer indiscriminadamente mi cuerpo. Se me comió un 30 % del gemelo. Me cerraron, pero yo seguía pensando que iba a morir, que eso no había acabado.

► **Y decidiste despedirte.**

-Sí, es el momento más duro. Me dijeron que tenían que volverme a operar. El bicho seguía campando y si te come un órgano vital, adiós. Mi doctora le dijo a mi madre: "Ángel no se me va a morir" [llora]. Me dijeron que en esta operación o salía sin pierna o no salía. Necesitaba hablar con mis seres queridos. Yo había vivido la muerte de mi abuela, y ella y mi madre nunca se dijeron adiós porque ninguna de las dos quería admitir que mi abuela se moría. Yo no quería eso, quería decir adiós.

► **Y lo hiciste.**

-A mi madre le dije: "Mira mamá, si me muero podrás ir a vivir a mi casa de Sant Cugat que es una planta baja, no tendrás que subir escaleras". Mi obsesión era que mis padres no fuesen unos padres amargados. Perder a un hijo es lo peor que te puede pasar, pero les intenté explicar que soy un hijo de 50 años, que he vivido intensamente, como me ha dado la gana y que he querido muchísimo... Yo me iba contento.

► **¿Sentiste la muerte muy cerca?**

"Una mujer en casa me duchaba, me llevaba al baño, y dije: 'Yo no quiero esto'. El día que logré ir solo al baño lloré"

"He tenido que aprender a caminar de nuevo. Camino lento, no puedo saltar ni subir escaleras"

-Sí, se me instaló la muerte sobre el hombro, la notaba. Es una sensación muy bestia. Es como un canto de sirena que te dice: "En el momento en que decidas venir conmigo todo esto terminará". Pensé: "Qué fácil es dejarte ir, pero no sé si me quiero ir todavía". La única cosa que me sabía mal de morirme era dejar a la gente que quiero arrastrando mi muerte toda la vida. Me daba mucha pena dejar a mis amigos huérfanos de mi amistad. Recuerdo que envié un whatsapp a un grupo de amigos diciéndoles que los había querido mucho y que solo les pedía que se quisieran. Quería que mi legado fuese que el amor es lo más importante.

► **Superaste aquella operación.**

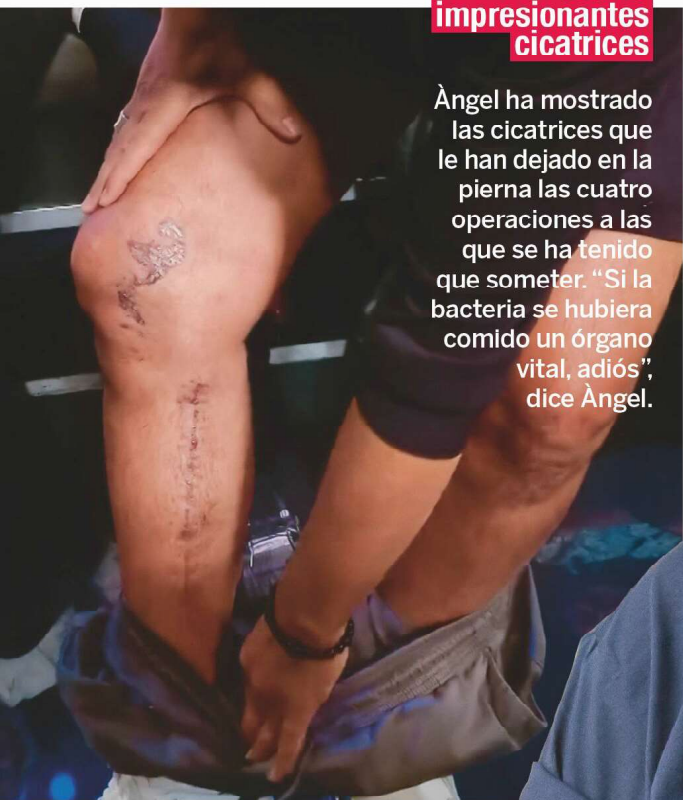
-Sí, y lo primero que hice cuando me desperté fue mirar si tenía pierna. Yo seguía teniendo el titi de la muerte en el hombro, no se iba. Pero dos días después, de repente, se fue sin avisar y noté que volvía a la vida, a la energía vital. Lo sentí así. Llevaba dos operaciones, me faltaban aún dos, pero ya sentí que no iba a morir. Ya no sufría. Solo hubo un momento en que me empezó a doler la otra pierna y pensé: "Yo no vuelvo a pasar por esto". Le dije a la doctora que si era así, me matase.

► **Recibiste mucho cariño.**

-Sí. Recibí muchísimos whatsapps. No los respondí todos. Primero porque era demasiado. Te encuentras en una situación que piensas: "Yo no puedo devolver el amor que re-

Cuatro impresionantes cicatrices

Àngel ha mostrado las cicatrices que le han dejado en la pierna las cuatro operaciones a las que se ha tenido que someter. "Si la bacteria se hubiera comido un órgano vital, adiós", dice Àngel.



cibo". Me vi sobrepasado por el amor. Y el amor es el que me hizo seguir adelante. Todos esos mensajes me daban mucha fuerza. Era superfuerte.

►Y tenías que serlo.

-Sí, porque yo salí del hospital que no podía caminar, en silla de ruedas. Una persona como yo, que he ido corriendo por la vida, y de repente tienes que aprender a caminar. He aprendido a poner un pie delante del otro. Solo puedo caminar lento, no puedo saltar ni subir escaleras.

►¿Te costó volver a caminar?

-Me he dado cuenta de que soy muy fuerte. Me dijeron que no podría caminar hasta después del verano. Tenía una señora en casa que me giraba en la cama, me duchaba, me llevaba al baño... Y dije: "Yo no quiero esto". Un día lo conseguí, logré ir solo al baño y cuando volví a la cama me puse a llorar. Poco a poco pasé de la silla de ruedas al taca taca, del taca taca a las muletas. **L**

Fotos: Efe/Europa.



Despedirse de sus amigos y de su familia ha sido uno de los momentos más duros que ha vivido Àngel estos meses. "A mi madre le dije: 'Si muero podrás ir a vivir a mi casa que es una planta baja, así no tendrás que subir escaleras'", recuerda.

"Mi obsesión era que mis padres no se convirtieran en unos padres amargados"

"Perder un hijo es muy duro, pero yo les explicaba que soy un hijo de 50 años que ha vivido intensamente y ha querido mucho. Me iba contento"

**LAURA PAUSINI AMENIZÓ LA FIESTA
Y STING LE DEDICÓ UNA CANCIÓN**

Sofía Loren celebra a lo grande su 90 cumpleaños

Rodeada de sus hijos y sus nietos, la gran diva se convierte en la nonagenaria más atractiva y carismática del séptimo arte

**La italiana
que sedujo a la
industria de
Hollywood**

Sofía Loren nació en Roma el 20 de septiembre de 1934. Junto al productor Carlo Ponti, fallecido en 2007, fue madre de dos hijos, Carlo (55) y Edoardo (52). Cada uno de ellos le ha dado a Sofía dos nietos, que son la alegría de la veterana actriz.



En 1960 ganó el Oscar a mejor actriz por 'Dos mujeres'. Fue la primera actriz en ganar la estatuilla por una película de habla no inglesa. En 1991 recibió un Oscar honorífico.

Es una luz que este país lleva como una antorcha en el mundo y que todos llevamos en el corazón". Con estas palabras, Edoardo Ponti, el hijo menor de Sofía Loren, hizo que los ojos de la actriz se llenaran de lágrimas. La Loren, la gran diva del cine internacional, celebró su 90 cumpleaños con dos magníficas fiestas. Una, institucional, en la que le entregaron la llave de los estudios Cinecittà.

150 INVITADOS

La fiesta de verdad se celebró horas después en el hotel Anantara Palazzo Naiadi, con 150 invitados. Sofía combinó una falda negra con una chaqueta con incrustaciones de strass, así como una fabulosa gargantilla de diamantes a juego con los pendientes. Laura Pausini fue la encargada de amenizar la velada, que contó también con una videollamada de Sting, que le dedicó a Sofía una canción. **L**

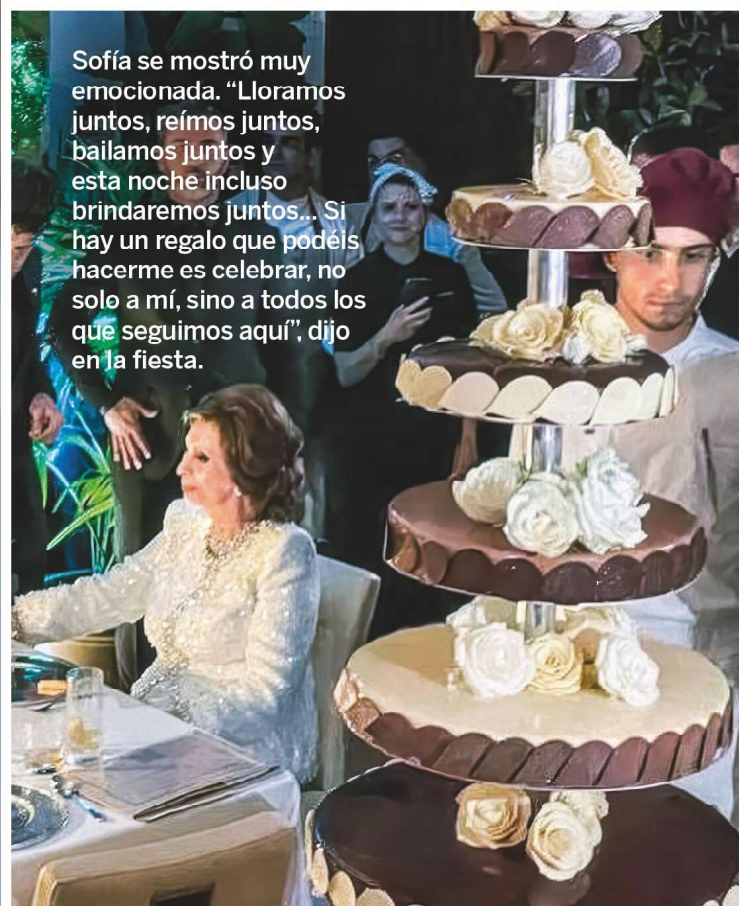
Por Montse Jolis. Fotos: Agencias/Redes.



Laura Pausini (50) le cantó a Sofía el 'Cumpleaños feliz'. Además, interpretó, entre otros temas, la canción 'Sí', que estuvo nominada a los Oscar en 2021. Un tema que pertenece a la película 'La vida por delante', la última en la que participó Sofía Loren y que fue dirigida por su hijo Edoardo Ponti.

Sofía se mostró muy emocionada. "Lloramos juntos, reímos juntos, bailamos juntos y esta noche incluso brindaremos juntos... Si hay un regalo que podéis hacerme es celebrar, no solo a mí, sino a todos los que seguimos aquí", dijo en la fiesta.

"Feliz cumpleaños, icono. Muchas felicidades, mi adorada Sofía", escribió Laura Pausini en su cuenta de Instagram.





**JOSEP MARIA MAINAT ROMPE SU SILENCIO
TRAS LA CONDENA A SU EXMUJER**

**“La que intentó
matarme no es
la Angela con la
que yo me casé”**

Angela Dobrowolski ha sido condenada a cuatro años y medio de prisión por intentar acabar con su vida inyectándole insulina. “Es muy duro, y lo peor seguramente está por llegar, con dos niños con su madre en la cárcel”, dice el productor

La hora negra



por
Mayka Navarro

Josep Maria Mainat y Angela Dobrowolski se casaron en 2011 y tienen una hija de 12 años y un hijo de 9. Horas antes del intento de asesinato, que fue la noche del 23 de junio de 2020, Mainat le dijo a Angela que al día siguiente llevaría al abogado los papeles del divorcio y discutieron. Angela ya fue condenada a ocho meses de cárcel por un delito de violencia doméstica contra Mainat que ocurrió en 2019.

Angela sostiene que no quería matarlo



Cómo debe de ser gestionar emocional y sentimentalmente que la mujer a la que has querido, y quieres todavía, con la que has vivido, confiado y tenido dos hijos, aún demasiado pequeños, ha querido asesinarte. “Muy triste y duro. Y lo peor seguramente está por llegar, con dos niños con su madre en la cárcel”. El genio de la televisión, uno de los productores más importantes de las últimas décadas con creaciones como ‘OT’, Josep Maria Mainat, habla para Lecturas pocos días después de conocer la sentencia que condena a Angela Dobrowolski a cuatro años y medio de prisión, por intentar matarle suministrándole insulina. Aunque esperaba y confiaba en la condena, Mainat sigue mostrando esos sentimientos contradictorios que ya evidenció durante su declaración en el juicio, cuando la perdonó del delito de revelación de secretos por entrar sin su permiso en su ordenador personal.

LA PETICIÓN DE ANGELA

Pasaron más cosas en esa sala de la Audiencia de Barcelona que revela ahora el hombre, mucho más tranquilo, y esperanzado por recuperar el sosiego tras años en los que los múltiples incidentes prota-

gonizados por su mujer ocupaban titulares, con el productor de actor secundario involuntario. En una de las jornadas del juicio, relata el productor, uno de los moscos d’esquadra que custodiaba en la sala a Angela se le acercó. “Señor Mainat, la señora pregunta si se podría acercar a usted para abrazarle”, le trasladó el policía. Angela en ese momento le miraba, con tristeza, con ese nuevo estilo de pelo corto teñido de rosa, y sin la peluca a la que nos tenía acostumbrado. “Cómo me iba a negar”, relata Mainat. Es posible que él también tuviera ganas de hacerlo. “Se acercó, nos abrazamos y estuvimos así durante un tiempo que no sabía concretar, pero que fue largo”, relata el productor con ternura.

“LA QUIERO TODAVÍA”

¿En qué momento se desenamoró de Angela? “Quién ha dicho que yo me haya dese-

“A Angela la quiero y creo que la querré siempre. Es la madre de mis hijos y sigo sin poder entender por qué quiso matarme”, confiesa Mainat



Durante el juicio, Angela le pidió que le diera un abrazo

El productor ha desvelado que su exmujer le pidió que le diera un abrazo durante el juicio: “Cómo me iba a negar. Se acercó, nos abrazamos y estuvimos así durante un tiempo que no sabría concretar, pero fue largo”.

Un mes antes de los hechos, Angela entró en el ordenador de Mainat y descubrió que, en caso de separación, ella quedaba fuera del testamento

namorado. Porque yo eso no lo he podido decir. La quiero todavía y creo que la querré siempre. Es la madre de mis hijos y sigo sin poder entender por qué quiso matarme. Aunque la que me pinchó insulina para asesinarme no era la Angela con la que yo me casé”. La Audiencia de Barcelona ha condenado a Angela Dobrowolski por intentar matar a su marido. La sentencia, sin embargo, entiende que la mujer “desistió” de su propósito en el último momento y por eso el tribunal la condena no por un delito de tentativa de asesinato, como había pedido la acusación, sino de lesiones agravadas. De ahí que la sentencia sea menor: cuatro años y medio de cárcel. Una condena que Mainat no recurrirá porque para él, lo más importante de todo este largo y complicado proceso judicial, ha sido que la sentencia confirme que el propósito de la que fuera su mujer aquella madrugada fue el de matarle. Aunque después se arrepintiera, como prueba también el tribunal. La re-

solución considera probado que la noche del 23 de junio de 2020, mientras Mainat dormía en la casa familiar en Barcelona, la mujer le provocó una hipoglucemia (el productor es diabético) que lo dejó en coma. Dobrowolski, sin embargo, llamó por teléfono a los servicios de emergencias médicas, que impidieron la muerte de uno de los creadores de fórmulas de televisión más importante de las últimas décadas.

SU INTENCIÓN ERA MATARLE

La sentencia condena a Dobrowolski como autora de un delito de lesiones agravadas al apreciar la eximente de “desistimiento voluntario en la tentativa de asesinato”. Además, la mujer no podrá acercarse a menos de un kilómetro de Mainat, de su casa o de su lugar de trabajo, durante ocho años y medio. El tribunal absuelve a la mujer del delito de revelación de secretos por haber accedido sin permiso al ordenador de Mainat, donde descubrió que, en caso

Para Mainat lo más importante de este proceso es que la sentencia confirma que el propósito de su exmujer era matarle

de separación, ella quedaba excluida del testamento. Una acusación que se desestimó después de que el productor la perdonara de este delito. Dobrowolski, asegura la sentencia, “eligió una forma muy sofisticada de matar a su esposo como fue la inyección de insulina” pese a que sabía perfectamente que padece diabetes tipo 2 y que su marido no se trata con esa sustancia. La dosis suministrada “pudo ser alta” y tenía “capacidad” para provocarle una hipoglucemia grave que derivara en un coma, causarle daños neuronales e irreversibles e incluso provocarle la muerte. La mujer “conocía ese efecto” no solo por los años que

llevaba viviendo con la víctima, sino por sus estudios de medicina. Y engañó a su esposo cuando, a medianoche, le dijo que le estaba inyectando hormona del crecimiento y otro producto para adelgazar, concretamente el popular Saxenda. “Inferimos el ánimo homicida”, agrega la resolución, que insiste en que “el comportamiento de la acusada evidenció que actuó con dolo directo de matar”. Es decir, que su intención no era otra que la de matarle. Si la mujer de Mainat se ha librado de una condena de tentativa de asesinato fue por lo que hizo después, según ha quedado también acreditado en la sentencia. Tras comprobar que entraba en una hipoglucemia grave, Dobrowolski “llamó a los servicios de emergencia”. El rápido suministro de medicamentos, concretamente glucosa, por parte de los sanitarios que llegaron en ambulancia al domicilio, permitió revertir el coma en el que se encontraba, lo que “evitó su muerte” y permitió su completa recuperación. “La



Le inyectó una dosis de insulina que pudo ser letal

Según la sentencia, Angela, que tiene conocimientos de medicina, sabía que Mainat padece diabetes de tipo 2 y que la dosis de insulina que le suministró podía causarle una hipoglucemia. A la derecha, Angela durante el juicio.



acusada desistió voluntariamente de su acción homicida”, lo que evita su condena por ese delito.

DOBROWOLSKI LO NIEGA


A Mainat le costó entender en un primer momento esa rebaja tan considerable de pena, tras ese arrepentimiento en el último momento. Pero el Código Penal lo deja claro. Literalmente prevé dejar exento de responsabilidad penal a quien “evite voluntariamente la consumación del delito” por “desistir de la ejecución ya iniciada” o por “impedir” que se produzca

el resultado. En este caso, la muerte del productor. La Fiscalía pedía para ella 13 años de cárcel por intento de asesinato y el productor, representado por la abogada Olga Tubau, pedía 14. La verdad es que, en el juicio, Mainat mostró las mismas dudas que durante los dos últimos años ha manifestado en privado, y era su incapacidad de creer que la mujer con la que se había casado y madre de dos de sus hijos fuera capaz de matarlo. Para añadir después lo que recogió la sentencia. “Quiero pensar que, en el supuesto de que lo hi-

ciera, en algún momento se arrepintió y quiso arreglarlo”. Durante el juicio Dobrowolski negó que le suministrara insulina y afirmó que esa noche lo vio “al borde de la muerte” en la cama y quiso salvarle suministrándole glucosa y alertando a los servicios de emergencias. Los hechos ocurrieron la noche del 22 al 23 de junio de 2020 en la casa de Mainat en Barcelona. La pareja ya no convivía, pero la mujer, que ya padecía un problema de drogadicción que se acrecentó después, se quedaba a dormir de vez en cuando. Esa

misma tarde, el productor le había comunicado que, al día siguiente, presentaría los papeles del divorcio, lo que provocó una enorme discusión entre ambos. Un mes antes, Dobrowolski había accedido, sin permiso, al ordenador de Mainat. La mujer se reenvió varios correos electrónicos en los que se concretaban los términos de la separación y en los que quedaba claro que quedaría fuera del testamento del productor, en caso de divorcio. El detonante para querer matarlo.

Síguela en www.lecturas.com

A full-page photograph of Mohamed Al Fayed, an elderly man with thinning hair, wearing a grey patterned suit jacket over a patterned shirt and a dark tie. He is looking slightly to the left of the camera with a serious expression.

Mohamed Al Fayed era uno de los empresarios más influyentes del Reino Unido. En 2013 ya se enfrentó a una acusación de abusos que logró acallar. El empresario, que murió en agosto de 2023, era padre de Dodi Al Fayed, el último amor de la princesa Diana.

Era un monstruo, un depredador sexual sin brújula moral alguna. Éramos sus juguetes”. Así define a Mohamed Al Fayed una de las mujeres que trabajó para él en los almacenes Harrods de Londres, que el empresario dirigió con mano firme entre los años 1985 y 2010. El suyo es uno de los testimonios que aparecen en ‘Al Fayed: Depredador en Harrods’, un documental de la BBC que un año después de la muerte del empresario pone al descubierto la larga lista de agresiones sexuales, incluidas cinco violaciones, que Al Fayed habría cometido con algunas de sus empleadas.

UN SECRETO A VOCES

Las agresiones habrían tenido lugar en las oficinas de Harrods, en un apartamento que tenía en Londres y en París, St Tropez y Abu Dabi, donde solía viajar acompañado de asistentes. Una de ellas asegura que la violó en Villa Windsor, una antigua mansión en París en la que vivió el rey Eduardo VIII, y que aseguran que el empresario adquirió para impresionar a la reina Isabel II. “Me violó en mi dormitorio. Después se levantó y me dijo agresivamente que me lavara con desinfectante. Quería que borrara cualquier rastro de su presencia cerca de mí”, contó ella. El propietario de Harrods solía recorrer las plantas de los almacenes y escogía a las mujeres que le parecían atractivas para llevarlas a trabajar en sus oficinas, donde podía tenerlas cerca. “Todas nos mirábamos al cruzar esa puerta pensando: ‘pobre niña, hoy eres tú’, ha contado una de ellas. Las que eran elegi-

EL “SUEGRO” DE LADY DI MURIÓ
HACE UN AÑO A LOS 94

Al Fayed acusado de violar a cinco mujeres

Un documental desvela cómo el expropietario de Harrods elegía a sus víctimas entre sus trabajadoras y las obligaba a pasar revisiones de salud sexual para luego abusar ellas

“Me violó y luego me dijo que me lavara con desinfectante. Quería borrar cualquier rastro”, dice una víctima

das para trabajar con él debían pasar un examen médico que incluía pruebas de salud sexual. “Solo haces eso si planeas acostarte con alguien”, ha contado una de sus asistentes. La sombra de los abusos le persiguió en vida, sus empleados aseguran que aquello era algo conocido por todos.

UN HOMBRE INFLUYENTE

Al Fayed fue uno de los hombres más influyentes del Reino Unido pero ha pasado a la historia porque pudo haber sido el suegro de Lady Di. Su hijo Dodi tenía una relación con ella cuando los dos murieron en un accidente automovilístico en 1997 en París. **L**

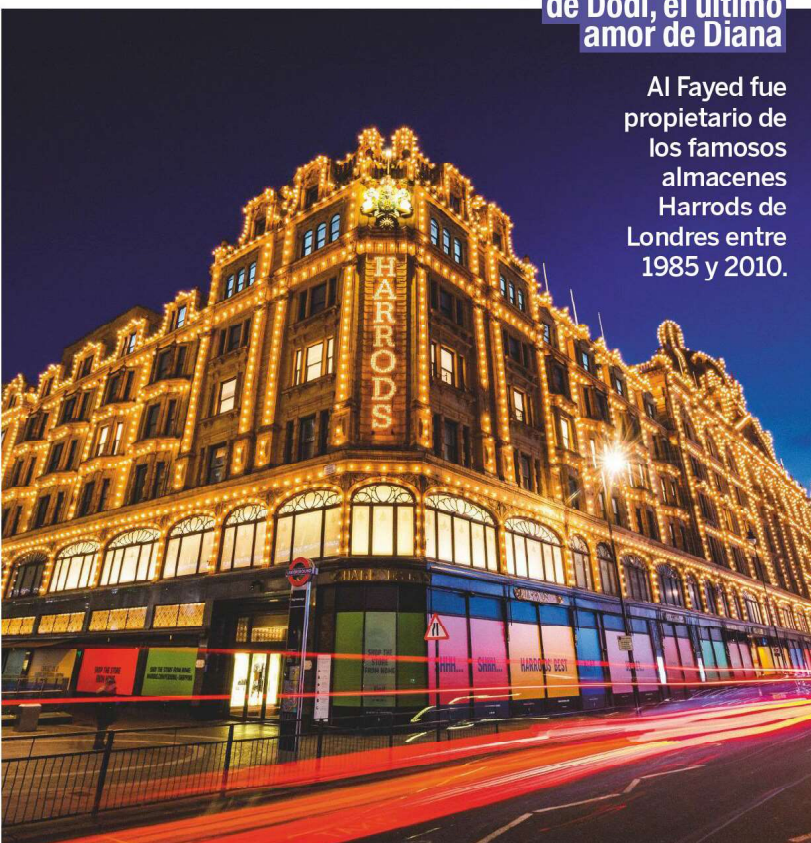
Por Sílvia Quiroga. Fotos: Getty.



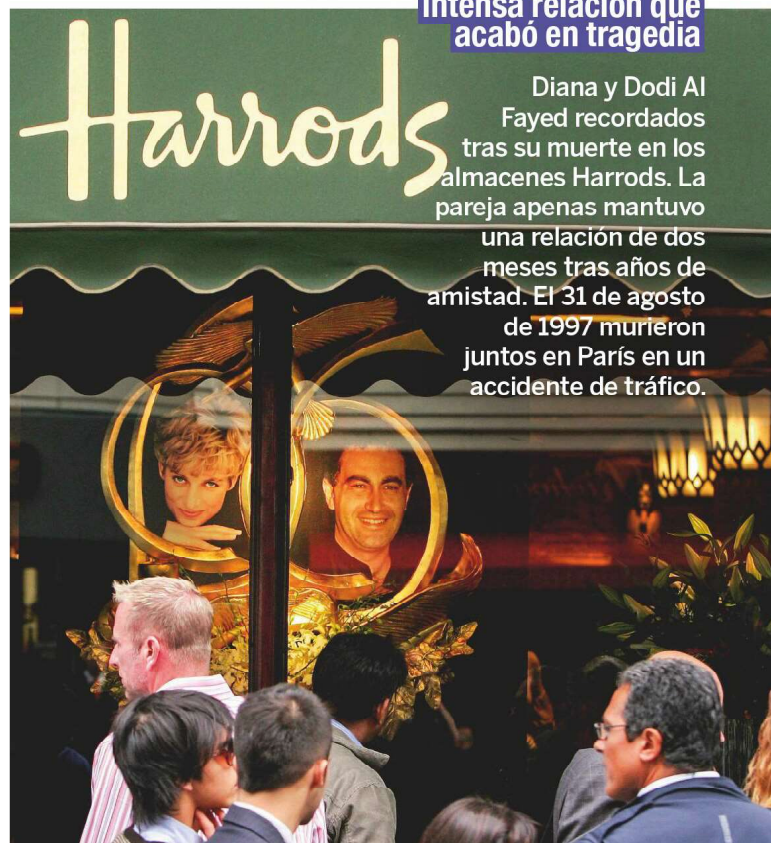
Mohamed Al Fayed con la princesa de Gales en 1996. El empresario de origen egipcio mantenía una buena relación con Diana antes de que esta empezase a salir con su hijo.

El millonario padre de Dodi, el último amor de Diana

Una breve pero intensa relación que acabó en tragedia



Al Fayed fue propietario de los famosos almacenes Harrods de Londres entre 1985 y 2010.



Diana y Dodi Al Fayed recordados tras su muerte en los almacenes Harrods. La pareja apenas mantuvo una relación de dos meses tras años de amistad. El 31 de agosto de 1997 murieron juntos en París en un accidente de tráfico.

CRECE EL ESCÁNDALO DEL
POLÉMICO HIJO DE METTE-MARIT

Marius Borg, envuelto en una red de drogas y sicarios

La policía ha detenido a un hombre por ordenar el secuestro y asesinato de una de las exparejas que lo acusa de maltrato

Nora Haukland
ha tenido
que huir de
Noruega



Nora es una de las ex de Marius que lo acusa de maltrato. Ha abandonado el país tras recibir amenazas de muerte para que retire la denuncia.

En un mes, Marius Borg (27) ha sido detenido dos veces: por lesiones a su novia y por saltarse una orden de alejamiento. Dos exparejas lo acusan de violencia física y psicológica y también está acusado de amenazar de muerte a un hombre.

La prensa noruega sigue destapando escándalos que afectan a Marius Borg, el hijo mayor de Mette-Marit que fue detenido el pasado 4 de agosto por agredir a su novia y destrozar su apartamento. Tras esta detención, otras dos exparejas lo han denunciado por ejercer violencia física y psicológica contra ellas. Se trata de Juliane Snekkestad y Nora Haukland. Esta última ha tenido que huir de Noruega porque ha recibido amenazas de muerte para que retire la denuncia y han detenido a un joven que contrató a un sicario para que la secuestrara y asesinara.

AMISTADES PELIGROSAS

La prensa también destaca que la policía sabe desde hace tiempo que el joven tiene relación con un conocido narco del país y que hace un año le advirtieron de los peligros que esto conllevaba. En unos audios que han salido a la luz, Marius les dice

La policía noruega sabe desde hace tiempo que Marius tiene contacto con uno de los narcos más peligrosos del país

que está tranquilo, sabe que la prensa no publicará nada porque hay un supuesto pacto que le protege. “Mi círculo de amigos es el mismo desde hace diez años, y así son las cosas. Mis padres lo saben, mis amigos también, no puedo hacer nada al respecto”, se escucha decir al joven. En Noruega crece la tensión porque ni Mette-Marit ni Haakon se han pronunciado con firmeza sobre estas graves acusaciones. **■**

Por Estela Cebrián. Fotos: Cordon/Gtres.



Nora Haukland es una influencer y celebrity televisiva conocida en Noruega, salió con Marius durante un año, hasta agosto de 2023.



La prensa noruega ataca a Mette-Marit (51) y Haakon (51) por no pronunciarse con firmeza sobre los problemas y escándalos que rodean a Marius.



Amalia (20), la princesa heredera, deslumbró con un vestido de Safiyaa y sorprendió al llevar una diadema de bisutería de Sohi de 59 euros.




La princesa Alexia (19) debutó en el Día del Príncipe el año pasado tras cumplir la mayoría de edad.

DIGNAS HEREDERAS DE SU MADRE, LA REINA MÁXIMA

Amalia y Alexia reinan en el gran día de Holanda

La princesa heredera y su hermana mediana eclipsaron por completo a sus padres en el Día del Príncipe


Vestidos con historia




Los reyes de Holanda, Guillermo (57) y Máxima (53) en el día que se inaugura el año parlamentario en el país.

Amalia y Alexia de Holanda han demostrado una vez más que son dignas herederas de su madre, la reina Máxima. La princesa heredera y la hija mediana de los reyes de Holanda acapararon todas las miradas en el Día del Príncipe, una de las grandes citas del calendario holandés que marca el inicio del año parlamentario.

NUEVA VIDA EN LONDRES

Amalia apareció despampanante, con un look que favorecía mucho su silueta con gran escote y mangas-capa. Su hermana Alexia, que debutó en esta fecha el año pasado tras cumplir la mayoría de edad, no le iba a la zaga, y para la fecha rescató del armario de su madre un vestido que Máxima llevó hace veinte años. Tras un año sabático, Alexia se ha matriculado en el University College de Londres, la misma universidad donde estudia Irene Urdangarin. 


Por E. Cebrián. Fotos: Cordon/Getty.



Alexia, la hija mediana de Guillermo y Máxima, ha terminado su año sabático y estudia Ciencias e Ingeniería para el Cambio Social en Londres. Recuperó un vestido de su madre de la firma Natan.



Máxima, con el vestido de Alexia en 2003



Sarah Ferguson (64) con el mismo vestido que Amalia. La duquesa de York lo llevó en Suecia a principios de septiembre.

Naomi Campbell (54) demostró por qué sigue siendo la top más reclamada en el cierre del desfile de Tod's. Actualmente se la relaciona con el productor de cine Mohammed Al Turki, de 37 años.



Eva Herzigova (51) en un desfile homenaje a Roberto Cavalli, fallecido el pasado abril a los 84 años. La modelo checa tiene tres hijos con su pareja, el millonario italiano Gregorio Marsiaj.



LA GRAN SENSACIÓN DE LA
SEMANA DE LA MODA DE MILÁN

Irina Shayk rinde homenaje a Madonna en la pasarela de Milán

La modelo rusa desfiló con uno de los looks inspirados en la icónica ambición rubia en uno de los muchos momentazos de una semana llena de glamour y estrellas de Hollywood

Irina Shayk (38) fue la gran atracción del desfile que Dolce&Gabbana hizo en honor a Madonna. La modelo está soltera tras terminar su breve relación con Tom Brady (47) y tiene una hija de 7 años con el actor Bradley Cooper (49).





Hiba Abouk (37), en el desfile de Fendi. La actriz ha explicado que la vimos comer la semana pasada con su ex, Achraf Hakimi (25), porque es el padre de sus hijos y siempre mantendrán ese vínculo.



Nieves Álvarez (50), en el desfile de su amiga Alberta Ferretti.



David Beckham (49) tiró de jersey de cuello alto en el desfile de Boss.

La semana de la moda de Milán volvió a incendiar las pasarelas con un huracán de lujo. Uno de los momentos más memorables se vivió durante la presentación de la colección primavera-verano 2025 de Dolce&Gabbana, convertida en un homenaje a los looks noventeros de Madonna. El desfile, en el que vimos un festival de pelucas, corsés y sostenes picudos, contó con la propia can-

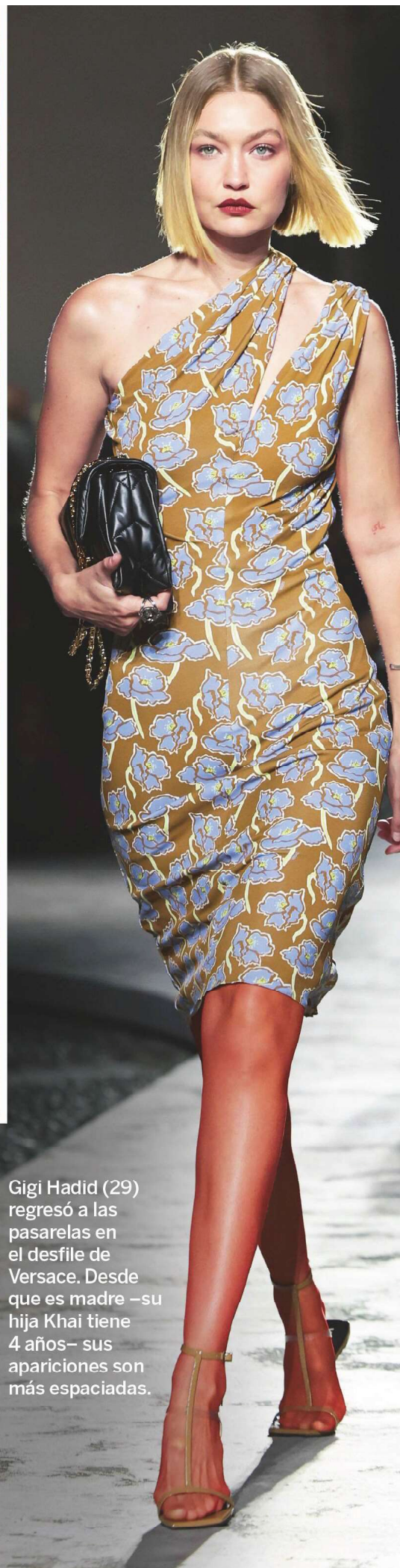
tante de testigo, en el 'front row'. La ambición rubia pudo así saludar como su digna heredera a Irina Shayk, que por una noche se mimetizó con el ardiente look de una 'material girl'.

DELEGACIÓN ESPAÑOLA

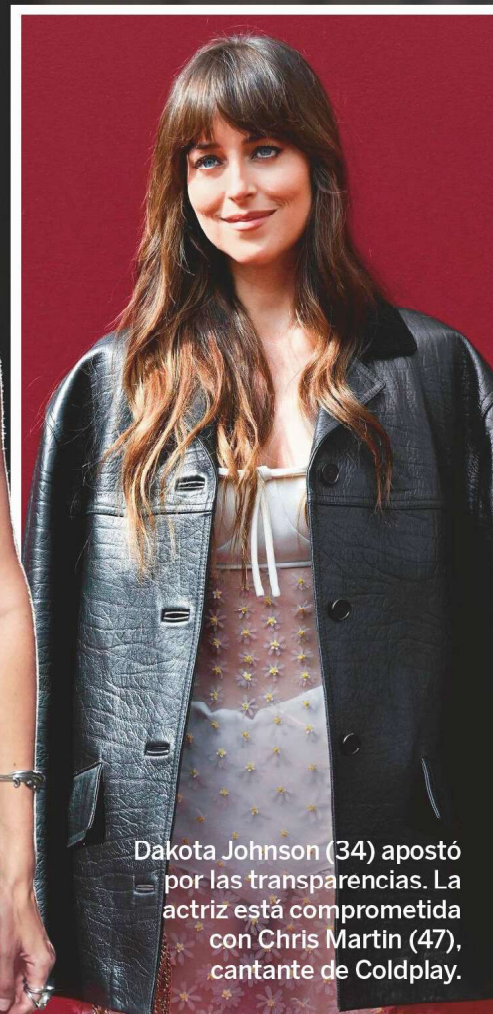
Hollywood acudió una vez más a la llamada de la Alta Costura, y pudimos ver a Dakota Johnson apuntándose a la moda de las transparencias. Pese a



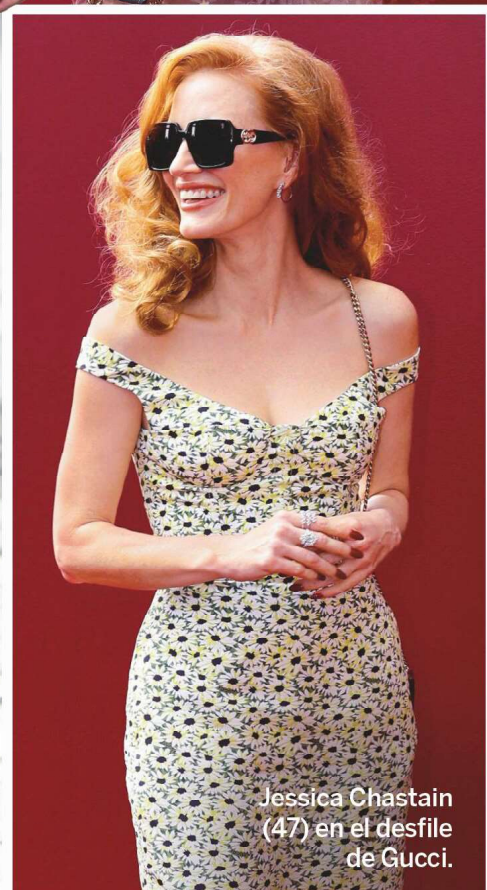
Madonna (66), a su llegada al desfile en homenaje a su trayectoria. La cantante llegó sola, sin su nuevo novio, Akkeem Morris, un joven jamaicano de 28 años.



Gigi Hadid (29) regresó a las pasarelas en el desfile de Versace. Desde que es madre –su hija Khai tiene 4 años– sus apariciones son más espaciadas.



Dakota Johnson (34) apostó por las transparencias. La actriz está comprometida con Chris Martin (47), cantante de Coldplay.



Jessica Chastain (47) en el desfile de Gucci.

que se había rumoreado que la actriz había roto con Chris Martin, el entorno de la pareja ha confirmado que siguen juntos y comprometidos, aunque todavía sin fecha de boda. En Milán también se dieron cita famosas españolas como Paz Vega, Nieves Álvarez e Hiba Abouk, quien insiste en calificar su relación con Álvaro Muñoz Escassi como de “solo amigos”. 

Por A.F. Couceiro. Fotos: Agencias.



Mito erótico de los 80 con su canción 'Boys'

Sabrina (56) que sigue cantando, tiene un hijo de 20 años. La cantante italiana se ha sometido a una intervención para extirparle un bulto maligno en el pecho.



A LOS 56 AÑOS

SABRINA ANUNCIA QUE TIENE CÁNCER DE MAMA

"En unas horas entro a quirófano para una cirugía de mama en un bulto maligno. He pasado meses con mucho miedo, ansiedad, melancolía, pero sobre todo con mucha esperanza". Sabrina Salerno anuncia así que padece cáncer de mama. Lo hizo con una imagen tomada poco antes de la intervención para extirparle un bulto maligno que le detectaron en julio durante una revisión rutinaria. La cantante se recupera de la operación.

NADIE DEL GRUPO FUE A LA BODA

Björn, de ABBA, se casa por tercera vez a los 79

El cantante sueco Björn Ulvaeus (79), miembro de ABBA, se ha casado por tercera vez con Christina Sas, (52) una productora musical a la que conoció en 2021. La boda, que se celebró en Copenhague, contó con las actuaciones

musicales de hasta tres artistas, pero ninguna fue de sus compañeros de banda, que no acudieron al enlace. Björn tiene una relación distante con sus compañeros, especialmente con Agnetha Fältskog, la primera de sus tres esposas.



LELO

ROYAL
TSS

MACARONIA
GIN

Loles León (74), que acabó de rodar la quinta entrega de 'Padre no hay más que uno', recibió el premio Chicote a mejor actriz.



LOLES LEÓN "USO LOS PREMIOS PARA AGUANTAR LAS PUERTAS"

Los Premios Chicote reconocieron este año a Loles León con su galardón a la mejor actriz. Un honor que ella se toma con el sentido del humor que la caracteriza: "Todos los premios los tengo en el suelo porque me aguantan las puertas de los balcones, para las corrientes de aire". La incombustible actriz compartió su secreto para seguir en el candilero a los 74 años: "Tengo ganas de vivir. No soy nada apática". Y reconoció que se trataba con células madre para mantenerse en forma: "Las células madre están muy bien, por ejemplo, ahora te rompes la rodilla, y en vez de operarte te ponen células madre y te regeneran todos los tejidos".



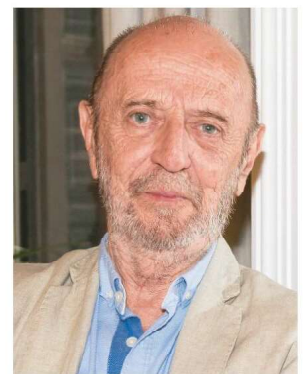
JOSÉ MARÍA BISBAL

El hermano de David Bisbal, José María Bisbal, se quedó en silla de ruedas en 2023. Ahora él mismo ha revelado que la causa fue "una negligencia médica".



JENNIE GARTH

La actriz Jennie Garth (52), de 'Sensación de vivir', ha desvelado que se ha sometido a dos operaciones de reemplazo de cadera, una en 2020 y otra este año.



ANDRÉS ABERASTURI

El mítico periodista Andrés Aberasturi (76) ha perdido a uno de sus hijos, Cristóbal, a la edad de 44 años. El malogrado joven padecía parálisis cerebral.

HA REAPARECIDO MUY DETERIORADO

Inquietud por la salud de Matt LeBlanc, de 'Friends'

Cuando está a punto de cumplirse un año de la muerte de Matthew Perry, los actores de 'Friends' vuelven a tener razones para la inquietud. Otro miembro del elenco, Matt LeBlanc (57) —Joey en la serie— ha reaparecido tras meses recluido muy pasado de peso y con

aspecto deteriorado. "Jennifer Aniston, Courteney Cox, Lisa Kudrow y David Schwimmer desean que vuelva a sonreír. Están preocupados", dicen desde su entorno. La muerte de Matthew le afectó mucho y desde entonces apenas sociabiliza y vive aislado.





PARTICIPÓ EN UN CONGRESO EN LISBOA

La reina Sofía asiste a un foro contra el alzheimer

Finalizadas las vacaciones de verano, la reina Sofía (85) ha vuelto al trabajo. La madre del rey Felipe VI ha viajado a Lisboa para asistir al Congreso Internacional de Enfermedades Neurodegenera-

tivas. La clausura coincidió con el Día Mundial del Alzheimer y la reina emérita fue la encargada de presidir el acto oficial. La hermana de la reina, Irene, sufre la enfermedad del olvido.



NECESITA REHABILITACIÓN

Margarita de Dinamarca recibe el alta tras sufrir una caída

El pasado 18 de septiembre, la reina Margarita de Dinamarca (84) ingresó en el hospital tras sufrir una caída en su casa. Cinco días después recibió el alta. La

reina emérita danesa sufre una lesión en las vértebras y una fractura en la mano izquierda, lleva collarín y la mano escayolada y necesitará rehabilitación.

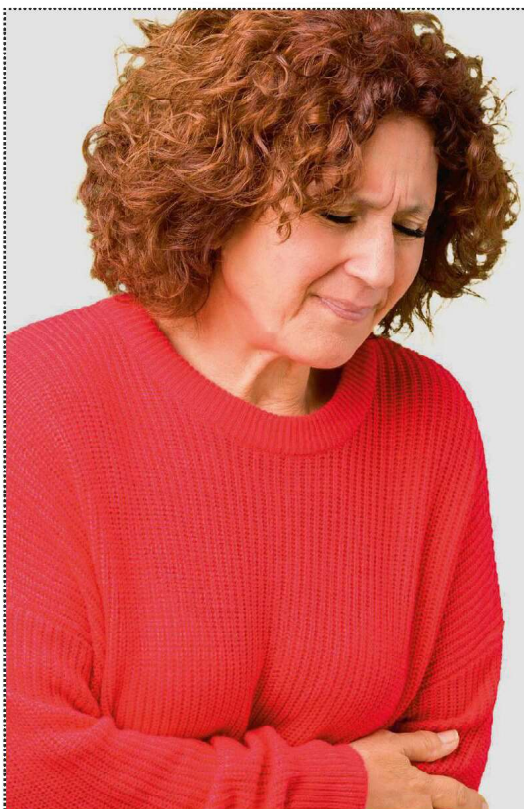
Y ACUDE A UNA MISA EN BALMORAL

KATE VUELVE AL TRABAJO TRAS ACABAR LA QUIMIOTERAPIA

Tras anunciar que había terminado su tratamiento de quimioterapia, Kate Middleton (42) regresa, poco a poco, a la normalidad. La princesa de Gales ha mantenido en Windsor su primera reunión de trabajo, con la asociación Earley Years, que pone el foco en la salud mental de los más

pequeños. Está previsto que Kate trabaje en remoto desde su casa de Adelaide Cottage. El fin de semana, además, acudió a un servicio religioso que se celebró en Balmoral junto a Guillermo y Carlos y Camila en su primera aparición pública tras finalizar el tratamiento.





¿Molestias intestinales recurrentes?

Por qué no debería ignorar estos síntomas

Se estima que en España cerca del 20% de la población padece regularmente de diarrea, dolor abdominal, flatulencia o estreñimiento. Lo que muchos no saben: si las molestias se producen de forma recurrente, suele esconderse el síndrome de colon irritable detrás. En este caso, un producto sanitario desarrollado y probado para combatir estos síntomas

(Kijimea Colon Irritable PRO, disponible en farmacia) puede ayudar.

LO QUE REVELA LA CIENCIA

Hoy en día, los científicos parten de la base de que una barrera intestinal dañada suele ser la causa de las dolencias intestinales recurrentes. Incluso la más mínima lesión en la barrera intestinal puede hacer que

los agentes patógenos y las sustancias nocivas penetren en la pared intestinal, irriten el intestino y causen inflamación. Las consecuencias son múltiples: diarrea recurrente, a menudo acompañada de dolor abdominal, flatulencia y, a veces, estreñimiento. Basándose en estos resultados, los investigadores han desarrollado el producto sanitario Kijimea Colon Irritable PRO. Las bifidobacterias únicas de la cepa HI-MIMBb75 (contenidas exclusivamente en Kijimea Colon Irritable PRO) se adhieren a las zonas dañadas de la barrera intestinal, como un parche protector. La idea es que, bajo este parche, la barrera intestinal puede regenerarse, las molestias intestinales pueden desaparecer.

diarrea, el dolor abdominal, la flatulencia y el estreñimiento. El factor decisivo: la calidad de vida de los afectados también mejoró significativamente, por lo que lo recomendamos. Pruebas científicas concluyentes para una dolencia real muy común.

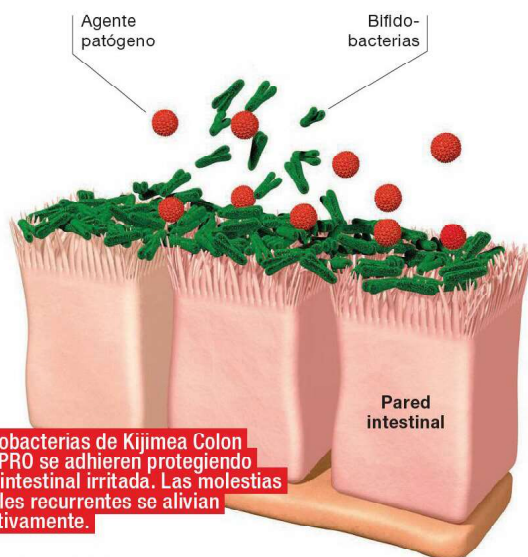
Kijimea Colon Irritable PRO

- ✓ Con Efecto-Parche PRO
- ✓ Mejora significativamente las molestias intestinales
- ✓ Más calidad de vida



Para su farmacia:
Kijimea Colon Irritable PRO
(CN-195962.1)

www.kijimea.es



Las bifidobacterias de Kijimea Colon Irritable PRO se adhieren protegiendo la pared intestinal irritada. Las molestias intestinales recurrentes se alivian significativamente.

La imagen representa a una afectada.
Kijimea Colon Irritable PRO cumple con la normativa vigente sobre los productos sanitarios.
Se requiere un primer diagnóstico médico del colon irritable.
CPSP21233CAT

LO QUE DEMUESTRA UN ESTUDIO

Un estudio a gran escala sobre el colon irritable ha demostrado recientemente la eficacia de Kijimea Colon Irritable PRO para tratar la

EL 29 DE SEPTIEMBRE
SE CELEBRA SU DÍA MUNDIAL

¿Está sano tu corazón?

Te descubrimos algunas formas que tiene el organismo de avisarnos de que nuestro corazón necesita algo más de atención

1. ENCÍAS INFLAMADAS

Si las tuyas, además, suelen sangrar, no lo dejes correr. "Las personas con periodontitis tienen mayor prevalencia de enfermedades coronarias", asegura la Fundación Española del Corazón. Esa infección daña el tejido blando alrededor de los dientes, pudiendo hacerlos caer. Y libera en la sangre marcadores inflamatorios que **pueden desencadenar la movilización de la placa (grasa, colesterol...) que hay en las arterias hasta obstruir la arteria coronaria.**

2. BULTOS EN LOS PÁRPADOS

"Amarillentos y rugosos, son depósitos de grasa que se presentan, sobre todo, en los párpados inferiores -explica el doctor Manuel Anguita, portavoz de la Sociedad Española de Cardiología-. **Se llaman xantelasmas** y pueden indicar (no siempre) una elevación del colesterol y, sobre todo, de los triglicéridos, dañinos para

el corazón". Si aparecen en tendones, rodillas, codos... "se denominan xantomas y sí son marcadores más directos de riesgo cardiovascular", dice el doctor. Los xantelasmas **en sí mismos "no causan otro problema salvo el estético y se eliminan con cirugía convencional o láser"**, cuenta la doctora Concepción Romero, oftalmóloga de Miranza IOA.

3. HALO EN TORNO AL IRIS

Hay personas cuyo iris parece de dos colores porque lo tienen rodeado por una línea fina blanca, gris o azulada. Según la doctora Romero, "el llamado anillo corneal o **arco senil** se produce por depósitos de grasa en la córnea". En la madurez, es frecuente sin que indique nada. Pero la Academia Americana de Oftalmología advierte: si **"comienza en la niñez o en los primeros años de la edad adulta (...) puede ser signo de colesterol alto"**.

El infarto es cosa de mujeres

SE CONSIDERA EMINENTEMENTE MASCULINO,

aunque mueren más mujeres por él. ¿Por qué? Ambos sexos pueden sufrir los síntomas típicos asociados al mismo, como dolor opresivo en el centro del pecho que irradia al brazo, dificultad respiratoria... Pero en las mujeres son frecuentes otros que no se tienen en cuenta y se actúa tarde: fatiga inusual, dolor epigástrico, sudor frío, ansiedad o debilidad días antes... Y su dolor torácico es menos específico.

HEIDI

KLUM (51)





HAZ UN "PACTO" CON CIERTOS HÁBITOS

Presión arterial

Si pasas de los 40 o tienes otros factores de riesgo (diabetes tipo 2, obesidad, colesterol...), mídetela, como mínimo, una vez al año.

Alimentación

Evita los carbohidratos refinados, el alcohol, los ultraprocesados, el azúcar, la sal, y las grasas saturadas y trans.

Contaminación y colesterol

Las partículas de contaminación aumentan la frecuencia cardíaca. Usa mascarilla FFP2 cuando haya más (Índice Nacional de Contaminación del Aire, <https://ica.miteco.es>). Y mide tus niveles de colesterol cada año.

Tabaquismo

Tampoco fumes cigarrillos electrónicos ni uses dispositivos de vapeo.

Obesidad

Somete al corazón a un sobreesfuerzo y predispone a diabetes, colesterol, hipertensión... Haz dieta y ejercicio.



4. PÁRPADOS LAXOS

La doctora Romero menciona otra afección ocular de la que también hay que estar pendientes si de proteger el corazón se trata: la hiperlaxitud palpebral (laxitud exagerada de los párpados). **"Produce una irritación crónica de los ojos y se asocia con la apnea del sueño"** (la respiración se detiene y se reinicia muchas veces mientras se duerme). Es esto último lo que aumenta el riesgo de infarto.

5. PLIEGUE EN LA OREJA

Es una hendidura oblicua, llamada pliegue de Frank.

"También tiene que ver con los lípidos, es un depósito de grasa asimétrico con dos bultos. La línea o hendidura es la depresión entre esos dos bultos", ex-

plica el doctor Anguita, quien añade que "quienes lo presentan pueden tener mayor riesgo de problemas cardíacos".

6. LABIOS AZULADOS

A todos nos puede pasar de forma temporal debido al frío o por encontramos a gran altitud. **"Se denomina cianosis y sucede si no llega sangre con suficiente oxígeno a los labios"**, dice el doctor Anguita. Si se prolonga, podría deberse a una insuficiencia cardíaca: el corazón no bombea sangre de forma eficiente.

7. UÑAS CURVADAS

"Es asimismo una manifestación de hipoxemia, es decir, una falta de oxígeno en las partes más distales (alejadas del corazón) del cuerpo, en este caso en los dedos de las manos, que puede ser producida por enfermedades cardíacas o también respiratorias —añade el cardiólogo—. Si la hipoxemia es muy marcada, puede generar dedos en forma de tambor". ■

Por Carme L. Santamarta

No te alertes si presentas alguno de estos síntomas, pero tampoco los minimices. Ve al médico

CONSEJOS FÁCILES

Cómo cocinar mejor los alimentos

Te descubrimos las claves de cada método de cocción para obtener platos mucho más gustosos y saludables

Aa veces, un pequeño detalle como añadir la sal antes o después puede marcar la diferencia.

AL HERVIR

Para limitar la fuga al agua de minerales y vitaminas, así como de sabor, que se produce al cocer, **agrega una cucharada sopera rasa de sal por cada litro de líquido**. Además, **introduce la verdura en el agua solo cuando esta ya esté hirviendo, no antes** (en cambio, si preparas un caldo, resultará más sabroso y nutritivo si pones sus ingredientes en frío pues estarán más rato perdiendo nutrientes y componentes de sabor). También puedes reducir esas pérdidas

Si preparas caldo, añade los ingredientes con el agua todavía fría: liberarán más nutrientes y mayor sabor en él

si cueces en una olla a presión, ya que se alcanza más temperatura y se acorta el tiempo de cocinado; o con la cocción al vapor, pues los alimentos no entran en contacto con el agua.

AL FREÍR

Usa **aceite de oliva: es el que menos moléculas poco saludables genera durante el proceso**. Y evita reutilizarlo: con cada fritura aumenta la concentración de esas moléculas. Por otro lado, recuerda: si el alimento a freír es grueso, hazlo a baja temperatura para lograr una buena cocción interior sin quemar el exterior (al contrario para piezas delgadas). En general, se aconseja **freír un máximo de 100 gramos de producto por cada litro de aceite** y añadir **la sal al final** para que los alimentos no pierdan excesiva agua mientras se fríen.

AL HORNEAR

Es importante elegir bien los recipientes que usamos para ello. Las **fuentes planas** (en vez



JUDIT
MASCÓ (54)

CUANDO UTILICES EL MICROONDAS

Intenta usar recipientes de vidrio o estuches de vapor. Los de plástico solo son aptos si llevan el símbolo de un microondas; de lo contrario, pueden transferir sustancias nocivas a los alimentos.

CON TAPADERA Y REPOSO POSTERIOR

Para que el microondas no reseque los alimentos, cocínalos siempre con tapa, mejor también de cristal. Así evitas, además, que salsas y otros jugos salpiquen, ensuciándolo. Tras acabar la cocción, deja reposar la comida sin destapar; de lo contrario, el plato puede perder humedad y componentes aromáticos.

de hondas) facilitan un homeado más rápido y homogéneo. Cuando hagas repostería, es esencial emplear **moldes antiadherentes**. Precalienta siempre 15 minutos antes y mejor **hornea a temperatura suave con una cocción prolongada** que no al revés: los alimentos quedan mejor hechos y más jugosos. **■**

Consultas



MIGUEL ÁNGEL LURUEÑA

Doctor en Ciencia y Tecnología de los Alimentos.
Autor del blog www.gominolasdepetroleo.com.

He comprado filetes con una etiqueta que decía "carne sin antibióticos". ¿Si no lo pone es que sí llevan?

La etiqueta de un alimento no puede destacar una característica común a todos los de su misma categoría. Como está prohibido que toda la carne que se vende contenga antibióticos, no está permitido que una marca comercialice la suya con la etiqueta "sin antibióticos", ya que puede dar a entender que otras que no la incluyen sí contienen esos medicamentos. Pero algunas muestran un mensaje parecido para darlo a entender. El más habitual es "carne procedente de animales criados sin antibióticos". Esto significa que los animales no han sufrido enfermedades que hayan requerido el uso de antibióticos. Pero esto no tiene por qué ser un hecho diferenciador: en caso de tener que usarlos, es necesario respetar un tiempo de espera hasta el momento del sacrificio para que el animal los metabolice y expulse, y no estén en la carne.

¿Es cierto que meter las zanahorias en un bote con agua en la nevera les devuelve la turgencia si están algo blandas?

Es cierto que de ese modo las zanahorias mantienen su turgencia o la recuperan si ya la han perdido, porque las células se hidratan. Pero debemos tener mucha precaución porque dejarlas en un bote dentro del frigorífico no asegura su inocuidad: bajo esas condiciones pueden desarrollarse bacterias patógenas, capaces de enfermarnos. Así que no es buena idea dejarlas de esa manera durante semanas. Podemos hacerlo 24 horas y después lavarlas muy bien.



Usa las zanahorias blandas para hacer puré

Y REGULA EL TRÁNSITO POR QUÉ EL CHICLE REDUCE EL APETITO

Activa los mecanismos de saciedad.

Mascar chicle pone en marcha el sistema digestivo y los estudios indican que aumenta tanto la sensación de estómago lleno que aparece mientras estamos comiendo y que es la que nos lleva a dejar de hacerlo; como la de saciedad entre comidas.

Reduce el hambre.

Aunque este último punto requiere de más investigación,

también hay estudios que apuntan que mascar chicle lleva a una ingesta de menor cantidad de energía (calorías) en comidas posteriores.

Ayuda contra el estreñimiento

Por otro lado, resulta útil para mejorar la motilidad intestinal: son los movimientos que hacen que la comida vayan del estómago hasta el ano a través de los intestinos. Recuerda tomarlo sin azúcar.



Tres plantas que ayudan a bajar el azúcar en sangre



CANELA

Potencia la hormona insulina, lo que disminuye el índice de glucemia de forma natural. Para condimentar o tomar en decocción, tintura...



JUDÍA

También se incluye entre las plantas hipoglucemiantes. Las vainas secas se pueden tomar en infusión dos o tres veces al día.



HOJAS DE EUCALIPTO

En infusión, combinada con otras plantas como la galega, puede ayudar a tratar la diabetes tipo 2.



NUEVA RUTINA

Recupera la piel después del verano

En esta época del año necesitas cremas que sean densas y que aporten hidratación y luminosidad

Kendall Jenner (28)

Es momento de preparar la piel para el cambio de estación y repararla de los daños que ha sufrido en verano. Para ello es aconsejable recuperar un producto que habías dejado de lado los meses calurosos porque entonces la piel no necesitaba tanta humectación.

NUEVAS TEXTURAS

El producto imprescindible es la crema hidratante. Combate la sequedad y la deshidratación que provocan la bajada de las temperaturas y la reducción de la humedad.

• **Elige una crema hidratante** de textura espesa, sobre todo si tienes la piel seca o

SOLAR HIDRATANTE

Los dermatólogos recomiendan seguir usando protector solar también en otoño-invierno con fórmulas más hidratantes.

'Revitalising Hydro Cream'. 82 €. La Bioesthetique



'Platinum Vital-Age'. 49 €. MartiDerm

'I am the retinart'. 160 €. Silvia Oliete



Con las cremas hidratantes podrás restaurar la vitalidad de la piel.

sensible, pues ambas requieren una mayor hidratación.

• **Si tienes la piel grasa**, puedes usar cremas a base de agua porque ayudan a mantener la dermis hidratada sin exceso de sebo.

Y LOS MEJORES ACTIVOS

Asimismo, "como en verano en ocasiones llevamos la piel al límite debido a la radiación UV, el salitre y el cloro, que son factores que la resecan, ahora conviene

recuperar su estado original", dice el doctor Antonio Carvajal, especialista en medicina estética con clínica

en Oviedo. Para conseguirlo, el doctor aconseja seguir estos dos pasos:

• **Utilizar primero** un exfoliante químico (más suave) que te ayudará a eliminar la capa superficial dañada por el sol y a preparar la piel para una adecuada hidratación.

• **Y después usar** cremas o sérums hidratantes que contengan activos como el ácido hialurónico, la urea o las ceramidas. Así como cremas con ingredientes antioxidantes, como la vitamina C y la E, que aportarán luz e hidratación. También despigmentantes si te ha salido alguna manchita por el sol.

Por Lluïsa Sanmartín



'Female Intimate Oil'.
44 €. Rassa

TE INTERESA

Aceite íntimo, un tesoro de la cosmética más personal

Cuida y protege como ningún otro producto la delicada piel de la zona vaginal. Si sufres picores o rojeces, que suelen provocar los cambios hormonales o el uso de productos no adecuados, proporciona gran alivio. Mejora la hidratación y elasticidad de los tejidos, combatiendo la sequedad vaginal de manera suave y efectiva.

Están formulados con una combinación de aceites vegetales y extractos naturales única, ideales para el cuidado específico de la zona íntima.

OBSERVA SUS PÚAS ¿Qué cepillo elegir según el tipo de cabello?

Si es fino y liso, prefieren cerdas de jabalí para tu cabello, que tiende a enredarse rápidamente. Estos cepillos también ayudan a proteger la fibra capilar y a mantenerla hidratada y brillante, ya que distribuyen el sebo uniformemente hasta las puntas. Además, aportan volumen desde la raíz.

Para el pelo rizado u ondulado van mejor los cepillos fabricados con cerdas de nailon o con cerdas de fibra de nailon, que son más rígidas. Ayudan a desenredar el cabello eficazmente y evitan el encrespamiento. Este material es adecuado también para los cabellos gruesos.



TRUCO

Los peines de dientes anchos desenredan suavemente sin romper rizos ni ondas.

LOS TRUCOS DE LA EXPERTA



MERY MAKE-UP
Maquilladora y experta en belleza

Cosméticos que conviene poner en la nevera

Crema de rostro, anti-celulíticas, sérums, parches, contornos, mascarillas faciales y lacas de uñas. Tendrán una mayor adherencia en su aplicación y además se conservarán mejor.

Crea el color del labial que mejor sienta

Mezcla un tono berenjena con otro rosa que tire hacia marrón. Este nuevo tono resultante suele favorecer a todo el mundo y es ideal para el día a día ya que es discreto, pero subido un pelín.

El secreto para un rubor muy natural

Para que el colorete te quede de forma natural integrado en tu piel solo debes aplicarlo antes que el corrector. Tendrás un acabado traslúcido. Aplícalo con tus dedos, así se adhiere mejor por el calor de las manos y la piel queda más jugosa.



CON EL MUEBLE

Geles de ducha RITUALS

Disfruta de una ducha de lujo con uno de los geles en espuma RITUALS que ofrece este mes la revista EL MUEBLE. Los geles, valorados en 9,95 euros cada uno, dejan la piel suave y sedosa y con un aroma único. Puedes elegir entre tres aromas dis-

tintos: Karma, con flor de loto y té blanco; Ayurveda, con aceite de almendras dulces y esencia relajante de rosa de la India; o Mehr, con naranja dulce y madera de cedro. Consigue tu revista de decoración favorita + 1 gel por solo 9 euros.



Casa al día

MANTÉN SU BRILLO

Evita así las manchas blancas en los vasos de cristal

Con el paso del tiempo, los vasos que se lavan en el lavavajillas pueden perder su brillo y presentar una neblina blanquecina. Para evitarlo o retrasar su aparición:

- **Lávalos siempre** con los programas especiales para cristal. La temperatura, presión y duración están adaptados a ellos.
- **Utiliza productos** especiales y presta atención a la dosificación exacta del detergente y del abrillantador.
- **Retíralos** del lavavajillas lo antes posible. La misma humedad de su interior corroe el cristal.
- **Sumerge los vasos** en vinagre blanco de limpieza con agua. Previene los depósitos de cal.



TRUCOS INFALIBLES

Para que el lino no se arrugue

Durante el lavado. Puedes evitar que se formen arrugas en las prendas de lino si no sobrecargas la lavadora. Cuanto más espacio haya en el tambor, más suave quedará la fibra. Asimismo, se recomienda lavar en frío y elegir un centrifugado lo más suave posible, un máximo de 400 revoluciones por minuto, para evitar romper las fibras.

Después, saca la ropa de lino rápidamente de la lavadora para que no se formen arrugas. Sacúdela varias veces y cuélgala en una percha. Déjala secar al aire libre. El mismo peso de la tela eliminará las arrugas y ayudará a que el tejido quede más suave. Evidentemente, debes evitar el secado en secadora porque puede decolorar y dañar el tejido.



DE FORMA NATURAL

Cómo limpiar las juntas de los azulejos del baño

Haz tu propio producto con tres ingredientes muy económicos que puedes encontrar en el súper. Mezcla dos cucharadas de bicarbonato de sodio, una cucharada de percarbonato de sodio, una cucharada de detergente para lavar platos y tres cucharadas de agua. Obtendrás un líquido pastoso. Si queda demasiado claro, añade un poco más de bicarbonato.

Coloca la mezcla en una botella que tenga un aplicador puntiagudo y úsala directamente colocándola sobre las juntas. Déjala actuar unos minutos, luego frota con una esponja húmeda y enjuaga. También obtendrás buenos resultados mezclando el bicarbonato con zumo de limón. Haz una pasta y frota la preparación sobre las juntas con un cepillo de dientes.



A MANO

Lavar una gorra con visera y no dañarla

Primero elimina la suciedad de la visera con la ayuda de un cepillo de dientes que ya no uses. Frota suavemente encima de las manchas. Después, pon la gorra en un recipiente con agua caliente y un poco de detergente para ropa delicada y deja actuar durante 10 minutos. Finalmente, enjuaga y deja secar.

MÁS ECONÓMICO

Renovar el suelo sin obras con vinilo

Los suelos vinílicos pueden instalarse sin necesidad de quitar el viejo y sobre cualquier superficie (cemento, mármol, cerámica...). Ahora bien, dependiendo de la superficie, podrás instalar un tipo de vinilo u otro. Ambos valen para toda clase de estancias como dormitorios, salones, cocinas, baños...

• **Si la superficie** está nivelada y no es porosa, elige un vinilo en formato lamas o losetas que sean adhesivas.

• **Si no está** totalmente nivelada, lo mejor es colocar lamas en clic, una instalación más rápida.





ATRÉVETE A INTENTARLO

MONTAR MUEBLES, MÁS FÁCIL DE LO QUE CREES

¿Te ves incapaz de hacerlo? Sorpréndete a ti misma con estos consejos



CAROLINA GONZÁLEZ
Directora adjunta
de El Mueble
www.elmueble.com

Lee las instrucciones completas previamente. Asegúrate antes de empezar de que entiendes más o menos todo lo que te explican que deberás hacer.

Repasa con qué cuentas. Revisa también qué herramientas necesitarás y hazte con ellas. En general, las empresas que venden muebles con automontaje incluyen lo imprescindible para hacerlo, pero contar con alguna herramienta eléctrica, por ejemplo un destornillador, facilita las cosas.

Haz sitio. Cuando veas que puedes empezar, despeja un lugar hasta tener el espacio suficiente para desplegar todas las piezas y accesorios de montaje.

Organiza los tornillos. Como puede ser que sean numerosos y pequeños, lo ideal es meterlos en algún recipiente para que no se te pierda ninguno durante el proceso. Y si puedes separarlos por forma y tamaño, mejor.

Ve poco a poco. Una vez empieces, ve colocando las piezas sin apretar los tornillos por completo hasta que compruebes que las vas encajando bien. Al final, repásalos todos apretándolos.

Es nuevo

PUNTROMA DESCUBRE LA NUEVA COLECCIÓN OTOÑO 2024

Una colección donde se dan la mano estilo, calidad y confort. Destaca el uso del algodón Lyocell de calidad Premium, transpirable, cómodo y muy duradero, así como los tejidos acolchados, la tricosa y la lana, que ofrecen un tacto agradable y la máxima calidez. Encontrarás también las texturas y estampados más clásicos, como el tweed, el satén, el pata de gallo y el Principe de Gales, y la variedad de tonos del otoño. www.puntroma.com



AGATHA PARIS

COLECCIÓN STUDIO

Joyas elaboradas con piedras naturales como malaquita, labradorita, ojo de tigre y aventurina que encajan a la perfección y aportan un toque sofisticado y atemporal.

www.agatha.es/es_ES



LAGULA RUTA DE PINTXOS

Hasta el 29 de septiembre, puedes degustar deliciosos pintxos elaborados con La Gula del Norte® en la II Edición de La Ruta de Pintxos que se celebra en establecimientos icónicos de Donosti. laguladelnorte.es/la-ruta-del-pintxo



EL NUEVO HAIR THERAPIST DEROWENTA

Una herramienta para cepillar el cabello que repara hasta un 78% de los daños capilares en tan solo 1 mes. Un efecto probado científicamente y clínicamente. www.rowenta.es

JÚLIA BONET RUTINA BEAUTY PARA DESPUÉS DEL VERANO

Se trata de una rutina que incluye productos que hidratan, protegen y cuidan la piel contra el paso del tiempo y los factores externos que la han dañado durante el verano. Sérum, protector solar, contorno de ojos... www.perfumeriajulia.es



MUY FÁCILES DE HACER

Sabrosos guisos de calamares

Es una de las formas más reconfortantes, gustosas y aromáticas de tomar este fruto del mar. Te hacemos cinco exquisitas propuestas



EN SALSA DE TOMATE

II 4 ⌚ 25 min

- 500 g de anillas de calamar, harina, perejil
- 200 g de salsa de tomate
- 1 pimiento verde
- 1 cdta. de pimentón dulce
- Caldo de pescado, aceite
- 8 rebanadas de pan, sal

Limpia los calamares, lávalos y ponlos en una cazuela. Cúbrelos con agua salada y lleva a ebullición. Retíralos, escúrrellos y resérvalos. Limpia el pimiento, retirando las semillas y las nervaduras. Lávalo, trocéalo y sofríelo en una sartén con un fondo de aceite.

Añade la salsa de tomate y cuece unos instantes, removiendo con una cuchara de madera. Agrega los calamares, mezcla todo y añade 1 cucharada de harina, el pimentón, perejil lavado y picado, y un cacito de caldo de pescado caliente. Rectifica de sal.

Cuece a fuego lento hasta que los calamares estén tiernos, removiendo de vez en cuando. Tuesta el pan y resérvalo. Reparte los calamares con la salsa en 4 platos hondos y sírvelos enseguida con el pan tostado en un plato aparte.

CHIPIRONES RELLENOS

II 4 1 h 30 min

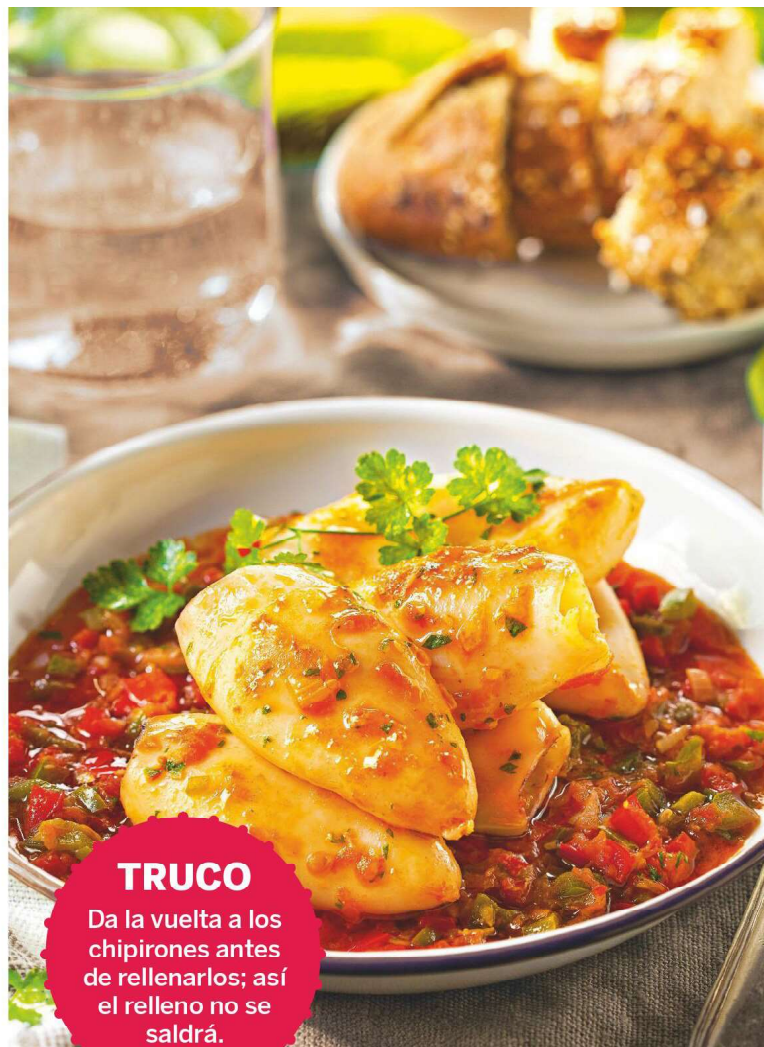
- 20 chipirones
- 200 g de gambas peladas
- 4 tomates maduros
- 1 pimiento rojo, 4 huevos
- 1 cebolla, 2 dientes de ajo
- 1 cdt. de harina
- 2 dl de vino blanco
- 1 hoja de laurel
- Aceite de oliva
- Sal, pimienta
- Perejil fresco picado

Limpia los chipirones, lávalos y pica los tentáculos y las aletas. Ralla los tomates. Limpia y lava el pimiento. Pela los ajos y la cebolla. Pica todo junto con las gambas.

Cuece los huevos durante 8 minutos. Pélalos y pícalos. Sofríe la mitad de cada hortaliza en 2 cucharadas de aceite durante unos 10 minutos. **Añade las gambas**, los tentáculos y las aletas, salpimienta y sofríe 4 minutos. A continuación, agrega el huevo, deja enfriar y rellena los chipirones con la mezcla.

Rehoga el resto de las hortalizas durante otros 10 minutos en más aceite. Añade la harina, el vino y el laurel, y mezcla bien. Deja evaporar, vierte 1 dl de agua y lleva a ebullición.

Retira el laurel del guiso y tritura la salsa. Dora los chipirones en aceite, cuécclos con la salsa 25 minutos y sírvelos espolvoreados con perejil.



TRUCO

Da la vuelta a los chipirones antes de rellenarlos; así el relleno no se saldrá.

CON GUISANTES, ALCACHOFAS Y GAMBAS

II 4-5 50 min

- 4 calamares enteros (600 g)
- 300 g de colas de gamba medianas
- 800 g de guisantes congelados finos
- 1 cebolla, 1 ajo
- 2 alcachofas, ½ limón
- 100 g de tomate frito
- Sal, pimienta, aceite de oliva
- Cebollino fresco

Pela y corta la cebolla en juliana. Pela el diente de ajo, retíralo el germen y pícalo. Rehoga ambos en un chorrito de aceite 10 minutos a fuego lento.

Retira las hojas externas de las alcachofas, corta el tallo y también las puntas de las ho-

jas restantes, corta los corazones por la mitad, retira el heno y córtalos en gajos. Riégalos con el zumo del limón.

Añade las alcachofas. Rehoga 5 minutos. Sube el fuego y remueve. Cuando la cebolla empiece a dorarse, agrega 100 ml de agua. Al romper el hervor, añade los guisantes y sal, y, tras unos minutos, el tomate.

Limpia y corta los calamares en aros. Saltéalos con aceite de oliva, salpimientalos y agrégalos a la cazuela. Deja que cueza todo lentamente 5 minutos.

Salpimienta las colas de gamba, saltéalas e incorpóralas al guiso 2 minutos antes de terminar la cocción. Rectifica de sal y pimienta. Sirve caliente, decorado con cebollino lavado, secado y picado.





CAZUELA DE CHIPIRONES CON PATATAS

II 4 🕒 45 min

- 750 g de chipirones
- 4 patatas, 1 cebolla
- 1 pimiento verde italiano
- 1 pimiento rojo
- 2 dientes de ajo
- 2 tomates
- 200 ml de vino blanco
- 750 ml de caldo de pescado, pimentón dulce
- 1 cdta. de orégano
- 1 hoja de laurel
- Sal, aceite de oliva

Limpia los chipirones y lávalos. Pela y pica la cebolla y los ajos, eliminando el germen de estos. Pela, lava y trocea las patatas, chascándolas.

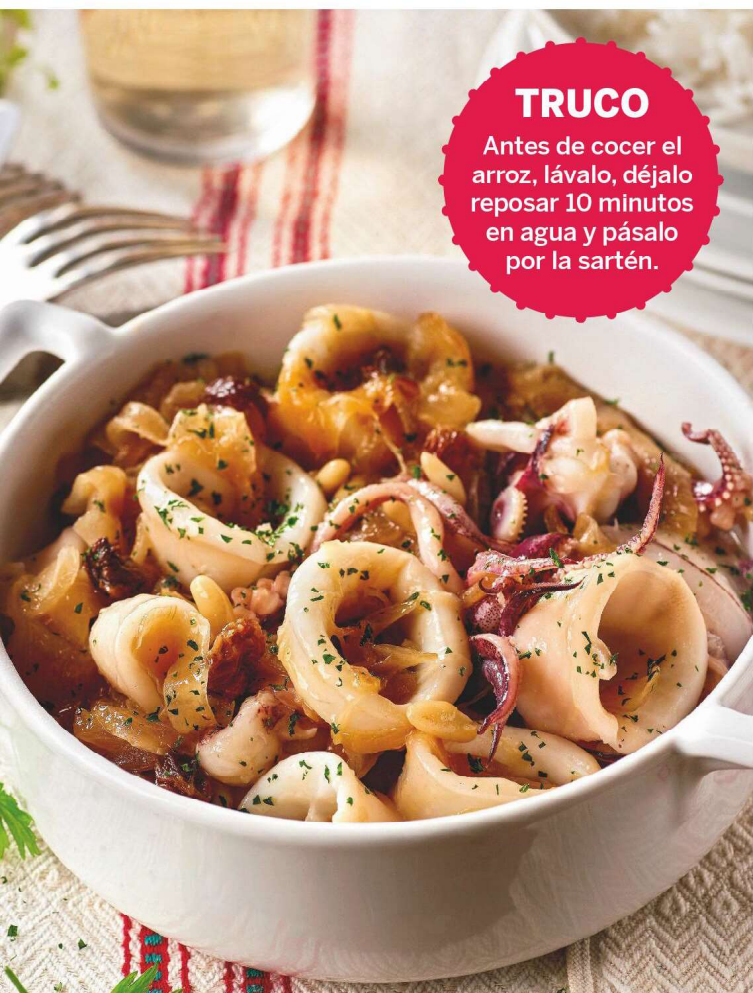
Limpia los pimientos, lávalos y córtalos en daditos.

Sofríe la cebolla, el ajo y los pimientos durante 5 minutos en una cazuela con 4 cucharadas de aceite de oliva.

Agrega los tomates lavados y rallados, sazona al gusto y cocina durante 2 minutos, hasta que se haya evaporado el exceso de agua.

Añade los chipirones al guiso, cuécelos durante un par de minutos removiendo e incorpora después el vino, un poco de pimentón, el laurel lavado y el orégano.

Remueve un poco para integrar todos los ingredientes y añade las patatas. Cubre con el caldo y deja cocer 20 minutos, hasta que compruebes que las patatas están tiernas.



TRUCO

Antes de cocer el arroz, lávalo, déjalo reposar 10 minutos en agua y pásalo por la sartén.

CALAMARES CON CEBOLLA, ARROZ, PASAS Y PIÑONES

II 4 🕒 1 h 20 min

- 1 kg de calamares medianos
- 2 cebollas
- 40 g de piñones
- 50 g de uvas pasas
- ½ vaso de vino blanco
- 4 cdas. de aceite de oliva
- Sal, pimienta
- 300 g de arroz basmati hervido

Retira la tinta y las vísceras del interior de los calamares estirando de la cabeza. Corta los tentáculos a la altura de los ojos y quita la pluma transparente del cuerpo.

Lava los calamares bajo el agua del grifo. A medida que los vayas limpiando, deja que escu-

ran en un colador y después resérvalos en la nevera hasta el momento de utilizarlos.

Pela las cebollas y córtalas en plumas finas. Calienta las 4 cucharadas de aceite en una cazuela, añade la cebolla, sálala y sofríela a fuego lento 30 minutos, hasta que esté bien tierna y ligeramente dorada.

Saltea los calamares troceados en una sartén con un par de cucharadas de aceite y sal. Añádelos a la cazuela de la cebolla junto con las pasas y los piñones (tuéstalos un poco en una sartén sin aceite para potenciar su sabor).

Rocía con el vino y 1 vaso de agua y cocina todo junto durante unos 45 minutos a fuego suave. Sirve caliente acompañado del arroz.

COLECCIONABLE

LA COCINA DE LA ABUELA

ENSALADA DE QUESO DE CABRA



DORADA CON COSTRA



CONEJO CON GRATÉN



HOJALDRE DE VAINILLA



DORADA CON COSTRA

II 4 40 min

- 4 lomos de dorada
- 1 kg de tomates pelados en conserva, pimienta
- 1 cdta. de azúcar
- 4 cdas. de puré de patata
- 1 hoja de laurel, tomillo
- 50 g de pistachos pelados
- 3 cdas. de pan rallado
- 1 cda. de queso grana padano en polvo
- Aceite de oliva, sal

Escurre y trocea los tomates para hacer la compota, retira las semillas, aliña con sal y azúcar, y rohoga con un hilo de aceite 10 minutos. Precalienta el horno a 180°.

Salpimienta los filetes de pescado, únelos de 2 en 2 por la parte sin piel y córtalos luego por la mitad. Reserva 20 gramos de pistachos y pica el resto con el pan rallado y el queso. Rocía el pescado con aceite y cubre con la picada. Hornea 20 minutos.

Emplata la compota de tomate con un molde cuadrado. Pon encima puré de patata y, junto a este, un trozo de dorada con costra de queso y pistacho. Decora con el tomillo lavado y los pistachos reservados, y sirve.



ENSALADA DE QUESO DE CABRA

II 4 15 min

- 1 queso de cabra de rulo pequeño
- 16 tomates cereza
- 12 huevos de codorniz
- 200 g de hojas de ensalada variadas
- 50 g de rúcula
- 50 g de carne de membrillo
- 12 avellanas
- Aceite de oliva virgen extra
- Vinagre de sidra
- Sal al gusto

Cuece los huevos 3 minutos en agua con sal y pólalos. Trocea el membrillo y cuécelo, a fuego lento,

hasta que se funda. Retira y añade 2 cucharadas de aceite y 1 de vinagre, y bate con varillas hasta que obtengas una vinagreta.

Lava las lechugas y la rúcula. Lava los tomates y pártelos por la mitad. Corta el queso en rodajas y hazlas vuelta y vuelta en una sartén antiadherente sin añadir nada de grasa.

Mezcla la lechuga con la rúcula, los tomates y los huevos partidos por la mitad. Añade el queso y las avellanas troceadas. Aliña con la vinagreta y sirve.



HOJALDRE DE VAINILLA

II 4 45 min + reposo

- 2 discos de masa de hojaldre refrigerada
- 3 huevos, 120 g de azúcar
- 1 sobrecito de azúcar avainillado, azúcar glas
- 50 g de maicena
- 500 ml de leche entera
- 250 g de mantequilla
- 3 o 4 frambuesas
- Hojas de hierbaluisa

Bate los huevos con el azúcar, el azúcar avainillado y la maicena. Agrega la leche caliente y bate más. Cuece removiendo hasta que espese. Cuando burbujee, baja la llama y cuece otro minu-

to. Pasa la preparación a un bol grande y tapa con film. **Precalienta el horno** a 190°. Recorta los hojaldres con un diámetro 1,5 cm mayor que el de tu molde. Pincha las masas y hornea 25 minutos. Añade la mantequilla en pomada a la crema y bate.

Forra con papel vegetal un molde desmontable redondo. Pon en la base 1 disco de masa, cubre con crema y tapa con el otro hojaldre. Deja reposar en la nevera 2 horas, desmolda y decora con las frambuesas y las hojitas de hierbaluisa.



CONEJO CON GRATÉN

II 4 40 min

- 1 conejo troceado
- 2 dientes de ajo
- 2 limas, cilantro picado
- 30 g de pasas, sal
- 1 ½ vaso de sidra natural
- 1 vaso de caldo, aceite
- 1 cebolla, 2 patatas
- 2 zanahorias, pimienta
- 1 calabacín, 2 huevos

Pela los ajos. Lava las limas y ralla la cáscara. Tritura la ralladura en la batidora con los ajos, cilantro y aceite hasta hacer una salsita.

Vierte la salsa en un cuenco y macera el conejo en ella 30 minutos. Lava el calabacín

y las patatas peladas, y córtalos en rodajas. Salpimienta y disponlas alternándose unas con otras en una fuente de horno. Añade los huevos batidos.

Hornea a 170° 25 minutos. Deja las pasas en remojo con medio vaso de sidra. Pela y trocea cebolla y zanahorias. Póchalas, salpimienta y agrega las pasas escurrecidas.

Vierte el resto de la sidra y el caldo, y deja reducir. Escurre el conejo y ásalo hasta dorarlo. Sírvelo con el gratén de verduras y la mezcla de zanahorias, cebolla y pasas.



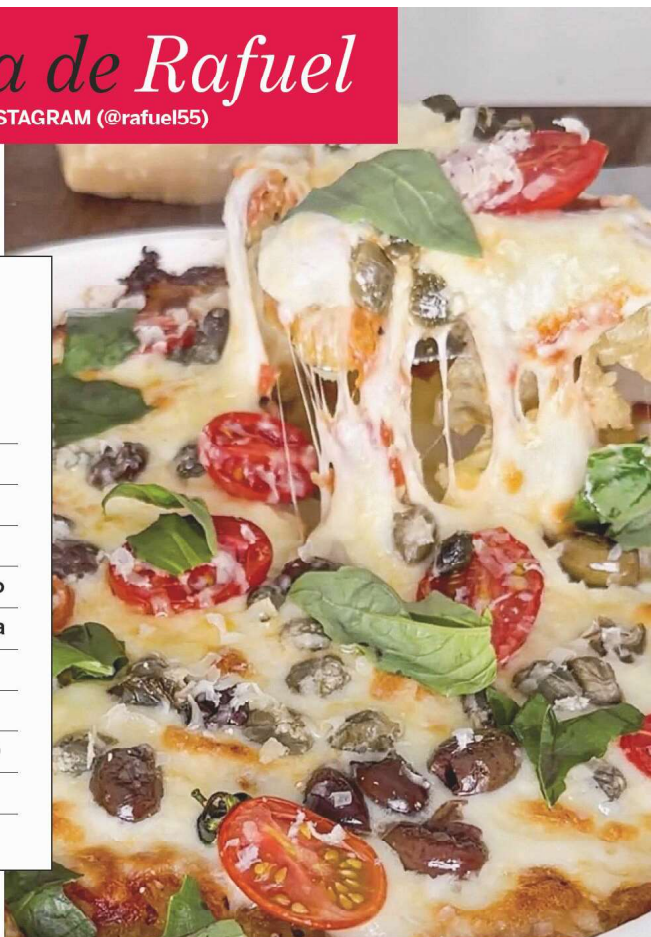
La receta de Rafael

EL CHEF QUE TRIUNFA EN INSTAGRAM (@rafuel55)

INGREDIENTES

II 4 ⌚ 35 min

- 10 patatas pequeñas
- Sal, pimienta
- Aceite de oliva
- 6 o 7 tomates cereza
- 100 ml de tomate triturado
- 100 g de mozzarella rallada
- Unas alcaparras
- Unas olivas sin hueso
- 50 g de parmesano rallado
- Hojas de albahaca



Pizza de patata

Te sorprenderá lo crujiente que queda su masa



1. Hierve las patatas con piel 10 minutos. Escúrrelas y aplástalas con un vaso creando una torta plana. Salpimienta.



2. Riega la torta con aceite y hornea a 180° durante 15 minutos. Lava y corta los tomates cereza por la mitad.



3. Unta las patatas con el tomate triturado, cubre con la mozzarella, los tomates cereza, alcaparras y olivas.



4. Hornea de nuevo a 180° hasta que la superficie se haya dorado. Agrega parmesano y albahaca, y sirve.



LOS TRUCOS DEL CHEF

- **Las mejores patatas** para hacer esta pizza son las de guarnición. Ya machacadas, pueden servirte también de acompañamiento para carnes y pescados si las riegas con aceite de oliva, las salpimientas, las sazonas con hierbas y pimentón, y las doras luego al horno.
- **Si te apetece** probar otras bases igual de originales, prepara una con 200 g de harina bizcochera y 240 ml de yogur natural griego. O bien utiliza pan de pita.

LECTURAS

Nº 3 784- 2 de octubre de 2024

DIRECTOR Luis Pliego

DIRECTORA DE ARTE Susana de Almeida
JEFES DE REDACCIÓN Rafael Bladé, Aida García, Karmele Izaguirre

JEFE DE FOTOGRAFÍA Alfredo Garófano
FOTOGRAFÍA Pedro Pernía
EDICIÓN GRÁFICA Roser Camps
Jefa de COMPRAS Marta Platel
REDACCIÓN Silvia Quiroga, Estela Cebrían
MAQUETACIÓN Dolores Cabeceran (jefa de maqueta), Jonfil Ilundegui
TRATAMIENTO DE IMAGEN Cristina Molinero

LECTURAS PRÁCTICA
DIRECTORA DE ARTE Ángela Marín
REDACTORA JEFA Carmen L. Santamarta
REDACCIÓN Lluïsa Sanmartín

WWW.LECTURAS.COM
DIRECTOR José Confuso
REDACTORA JEFE Gema Amil
REDACCIÓN WEB Estefanía Fernández, Jara Bravo, Adrián López, Kaquel Bernal

COLABORADORES EXTERNOS Isabel Bertral, Anxo F. Couceiro, Enric Gisbert, Montse Jolis, Laura Martín, Sonia Murillo, Montse Rial, Noelia Zazo

ARCHIVO/DOCUMENTACIÓN Ruth Cervelló
SECRETARÍA DE DIRECCIÓN Àngels Ortega
REDACCIÓN Y ADMINISTRACIÓN Barcelona: Diagonal, 189, 08018 Barcelona. Tel. 93 415 73 74 lecturas@rba.es Madrid: López de Hoyos, 141. 28002 Madrid. Tel. 91 510 66 00

RBA PUBLIVENTAS

CEO Enrique Blanc
DIRECTORA GENERAL Ariadna Hernández Fox
DIRECTORA COMERCIAL NACIONAL DE REVISTAS FEMENINAS M^o del Mar Casals
DIRECTOR DE NEGOCIO DIGITAL Serafin González
SUBDIRECTOR DE ESTRATEGIA COMERCIAL Y DIGITAL Iván Lorente
SOLUCIONES DE IMPLEMENTACIÓN DE PUBLICIDAD DIGITAL Alicia Cortés

MADRID Y NORTE:
DIRECTORA DE OFICINA Arantxa Sánchez
DIRECTORAS DE PUBLICIDAD Belén Pérez-Bedmar, Belén González
SUBDIRECTORA DE PUBLICIDAD Silvia Montalbán
JEFA DE PUBLICIDAD Juncal Utrilla
COORDINADORA DE PUBLICIDAD Yolanda Trigueros
PUBLICIDAD MADRID López de Hoyos, 141. 28002 Madrid. Tel. 91 510 66 00

BARCELONA Y LEVANTE:
DIRECTORAS DE PUBLICIDAD Ángela Carpio, Olga Fernández, Cristina Hombrevilla
COORDINADORA DE PUBLICIDAD Ainhoa Argente
PUBLICIDAD BARCELONA Diagonal, 189, 08018 Barcelona. Tel. 93 415 23 22

RBA REVISTAS

PRESIDENTE RICARDO RODRIGO
EDITORA ANA RODRIGO
DIRECTOR GENERAL CORPORATIVO JOAN BORRELL
DIRECTORA GENERAL AUREA DIAZ

DIRECTORA EDITORIAL Susana Gómez Marculeta
DIRECTORA DE MARKETING Berta Castellet
DIRECTORA CREATIVA Jordina Salvany
DIRECTOR GENERAL DE OPERACIONES Josep Oya
DIRECTOR DE PRODUCCIÓN Ramon Fortuny


LECTURAS no se hace responsable de la opinión de sus colaboradores, en los trabajos publicados, ni se identifica necesariamente con la misma. Prohibida la reproducción total o parcial de cualquier información gráfica o literaria, sin autorización de la Dirección.
Distribución: Logista Publicaciones
Depósito legal: B-20-1958
ISSN Revista de papel: 0047-4304
ISSN Revista digital: 2014-606X
Printed in Spain

Atención al suscriptor y lector: suscripciones@rba.es

LECTURAS es miembro de la Asociación de Revistas de Información, ARI, asociada a la Federación Internacional de Periodical Press FIPP
OFICINA DE JUSTIFICACIÓN DE LA DIFUSIÓN

© RBA REVISTAS, S.L. 2024

Reservados todos los derechos. Queda prohibida la reproducción, almacenamiento en cualquier medio o soporte, distribución, comercialización y comunicación pública de la presente publicación, su transformación total o parcial, así como la de sus textos, dibujos, fotografías, portada, marca y cualquier contenido. La prohibición alcanza también a cualquier uso de los contenidos relativos a la denominada inteligencia artificial. Tampoco se pueden utilizar para recopilaciones, reseñas, revistas de prensa o citas, sin la autorización expresa y por escrito de la titularidad de la revista. La infracción de cualquier derecho sobre la presente publicación, titularidad de RBA REVISTAS, S.L., será perseguida siguiendo las leyes aplicables y se exigirá a los infractores la imposición de las sanciones civiles y/o penales establecidas en la normativa vigente, y las indemnizaciones que correspondan.

No me des más halagos	Preposición que multiplica	Tonto, con muy poca memoria	Cobre en el laboratorio	Moneda de los japoneses	Historia ficticia	Dar forma a algo		
Mi gozo está en él	Parte trasera de algo	Universal, de todo el orbe	Agarrar o tomar algo	Observar con buenos ojos	Sin existencia	Está lleno de payasos		
Repertorio de tarifas		Repartir los caudales		No nos sirve para nada				
Capicúa muy gracioso				Dejó hecho un nudo				
		Pedir como gracia o favor			Noble de los británicos			
		Daño moral o físico			De ninguna manera			
Principios de la economía	Quiero mucho al propietario		Hidrocarburo del gas			Un poco de centeno		
	Ella es...		Un cero patatero			Una mujer ilusionante		
		Predice las desdichas			Moneda germánica			
		En este momento			Contrato para esquiar			
Interjección de aliento						Empieza como favorito	La inicial de Rosa	
Denota indiferencia						La acción de bogar	Delata al tiburón	
		La marca registrada						Ostentación de grandes facultades
		Equipo que juega en casa						
Tazón para los cereales						Ninfa de ríos y de fuentes		
Emperador pirómano							Más separada de lo normal	
							Consonantes de pifia	
								Artículo en celo
								Muestra dada de una cosa
Barriz duro y brillante							Ha superado el examen	
Tres con catorce				Modificar el rumbo				
		Siempre se quejan						
		Lengua semítica						
Un local con mucha barra	Capicúa que vuela		Menuda sorpresa	Afirmación de certeza	Y nadie más que tú	Quinientos romanos		
	Un sabor fundamental		Fue en tiempo anterior	Una zona de eras	Principios de abril	Faradio, en confianza		
		Tierra para pastos						
		Saliva muy abundante			Agencia informativa			
Tener sitio suficiente				Materia sobrante	Muy picante al gusto			
Joroba que nos molesta				El sonido del tambor		Capicúa que se deja agarrar		
			Dejar hecho un nudo		Algunos la tienen dura			
			Inicio de una etapa		Fuente de alimentación			
No se apunta en el haber			Mesa para la misa			Es todo un campeón		
Artículo de lo más neutro			Vocal que nos espanta			La inicial de Aurora		
		Pez que vive enlatado						
					Embate y golpe de la ola			

SUDOKUS ★★ medio

		7			2		6	
	9		6			1		
			3		8			4
2							1	
1		6				9		3
	5							2
8			9		7			
		5			1		8	
	7		4			5		

★★★★ difícil

	6				7	2		
3		5	2	1				
		2						1
6	5		9		1			
		9	3		2	7		
			5		6		8	1
	2					8		
				3	9	4		7
		4	7					6

SOPA DE LETRAS

♦ Encuentra en esta sopa de letras el nombre de 15 títulos nobiliarios, esas personas de las cuales se dice que tienen la sangre azul, es decir, distinta del resto.

- Barón
- Duque
- Regente
- Califa
- Faraón
- Señor
- Canciller
- Infante
- Sultán
- Conde
- Marqués
- Virrey
- Cónsul
- Mayor
- Visir

S	N	B	V	I	Q	Y	E	R	R	I	V
M	N	A	T	L	U	S	R	R	O	Y	C
A	I	R	N	C	F	A	R	A	O	N	C
Y	R	O	L	R	I	I	Y	C	A	R	A
O	Ñ	N	I	N	S	N	O	A	C	E	N
R	V	B	S	I	A	O	F	M	O	G	C
O	N	O	V	E	E	F	A	A	N	E	I
E	N	C	R	B	Ñ	R	I	O	N	N	L
D	C	C	Q	Q	Q	O	O	L	D	T	L
N	T	A	O	U	T	I	R	Y	A	E	E
O	N	I	E	C	L	U	S	N	O	C	R
C	Q	S	I	E	U	Q	U	D	Ñ	A	I

WORDOKUS

Los wordokus funcionan como los sudokus pero con letras, es decir, en cada fila, columna y región de 3x3 casillas estarán las 9 letras diferentes. Si lo resuelves correctamente, aparecerá en las casillas coloreadas una palabra relacionada con la pista inferior.

			L			I	E	
	P	L		T	I			R
E	A		P				L	
R	O				A			
			R				P	O
	L				P		I	E
S			I	E		P	A	
	E	P			R			

Pista: Funda para la pistola.

O	I		D					R
			I					
R	A					I		P
					D	R		T
D	M		R			I		A
E		O	A					
M	P						O	A
						T		
	T					O	P	R

Pista: Comprometida en matrimonio.

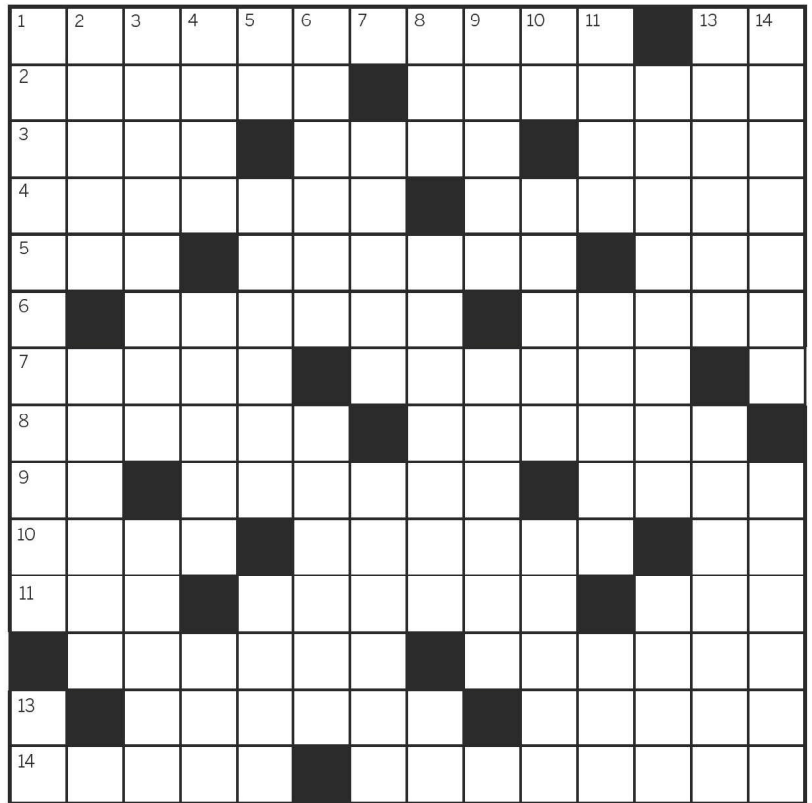
CRUCIGRAMA

Horizontales

- Recientemente. Símbolo del tulio.
- Tonel, cuba. Cercará.
- Acudiría. Años vividos. Dulce de huevos, leche y azúcar.
- Reprobación. Empieces a mostrarte.
- Asidero. Sentido. Ameos, planta umbelífera.
- Cien romanos. Mastican haciendo ruido. Atraveso un río por el vado.
- Italiana. Da por sentado. Símbolo del nitrógeno.
- Adornéis. Saludable.
- Símbolo del sodio. Nombre femenino. Entregaba.
- Coordenadas. Cierta condimento. Preposición.
- Ansia de beber. Pez teleosteo gárido. Chiflado.
- Unión quirúrgica con hilos. Rezasen.
- Diez romanos. Crustáceo marino decápodo. Cumbre andina.
- Recuerda un acontecimiento. Arrojarais.

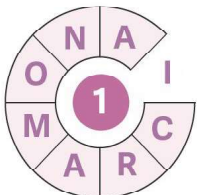
Verticales

- Emplazamientos. Símbolo del xenón.
- Hogares. Vestidos. Cinco romanos.
- Gorjearán. Enseño, instruyo.
- Enojos. Olfateáis. Movimiento involuntario.
- Nota musical. Enyuguéis. Huida, escape.
- Aleta giratoria del avión. Extraerá.
- Mil romanos. Fechas. Édrale las tierras.
- Primera mujer. Invalídeme. Símbolo del actinio.
- Flotad. Natural de Polonia. Símbolo del hidrógeno.
- Símbolo del talio. En voz baja y suave. Escudo grande.
- Ser fantástico escandinavo. Pato. Río suizo.
- Mazo de hierro. Tierra rodeada de agua.
- Llévame. Acaté.
- Casa grande y lujosa. Árboles anónáceos.

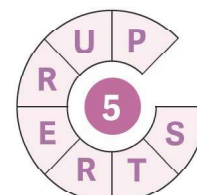
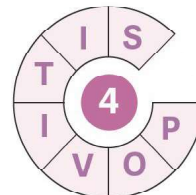
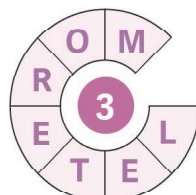
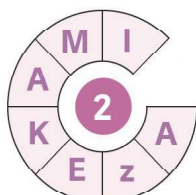


PALABRAS ENROSCADAS

Encuentra la letra que falta y leerás una palabra. ¡No todas van en el sentido de las agujas del reloj!



MARCIANO



SOLUCIONES

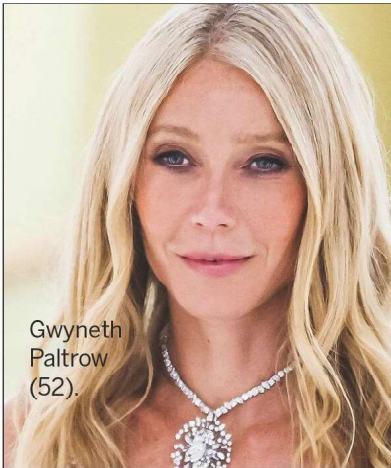
Horizontales:

- MARCIANO
- TONEL
- ACUDIRÍA
- REPROBACIÓN
- ASIDERO
- TRAVESADO
- ITALIANA
- ADORNAR
- SODIO
- ENTREGAR
- PREPOSICIÓN
- ANSIA
- DECAPODO
- ARROJAR

Verticales:

- XENÓN
- HOGAR
- ENSEÑAR
- ENOJAR
- ENYUGAR
- EXTRAER
- FECHA
- ACTINIO
- FLOTAR
- TALIO
- ESCUDO
- ESCANO
- TIERRA
- CASA

Horóscopo



Gwyneth Paltrow (52).

LIBRA

23 sept-22 octubre

A nivel sentimental, esta semana tendrás muy claro que la época de diversión sin futuro ya ha terminado para ti y que **ahora te toca decidir quién se va a quedar a tu lado, por lo menos durante un buen tiempo.** Lo tienes todo a tu favor para formar una pareja. Valóralo. En el ámbito laboral exigirás ahora más seguridad y quizá incluso un aumento de sueldo. Lo conseguirás, no dejes de hacer lo que crees conveniente para lograrlo.

ARIES

21 marzo-19 abril

Mantén la serenidad en el trabajo o la semana puede resultarte muy complicada. No dejes que te afecte la negatividad ambiental. Eres fuerte y audaz, una líder natural, aprovecha estas dotes y, si no te sientes cómoda, busca otro empleo. Tu pareja tampoco estará del mejor humor, pero no se lo tengas en cuenta.

TAURO

20 abril-20 mayo

No presiones a tu pareja para avanzar en la relación, conseguirás el efecto contrario. Muéstrate menos exigente y más generosa con él. Respeta sus tiempos. Tienes buenas perspectivas en el terreno laboral. Lo que estabas esperando hace tiempo, ahora puede hacerse realidad y beneficiar tu economía.

GÉMINIS

21 mayo-20 junio

Aunque estés muy segura de ti misma, te interesa ahora buscar apoyos para un tema que quieres poner en marcha. Los encontrarás muy pronto. En el amor, **los problemas con tu pareja se deben a tu personalidad cambiante** porque no sabe a qué atenerse. Controla más tus giros de humor.

CÁNCER

21 junio-22 julio

Tenderás a actuar por impulso, pero no es recomendable que lo hagas, en especial si has de tomar decisiones importantes. En el amor **no dejes que la rutina acabe minando una relación que promete.** Échale algo de imaginación y el problema dejará de existir. Canaliza más tu energía, haz ejercicio.

LEO

23 julio-22 agosto

Tu capacidad de liderar hace que te adjudiquen tareas complicadas; la cuestión es que estén remuneradas a la altura. En el amor pueden asaltarte dudas. **Aunque no quieras comprometerte, entrará alguien en tu vida que cambiará esta perspectiva.** Acéptale, es un buen partido y te hará feliz.

VIRGO

23 agosto-22 sept

Reserva tu espíritu crítico para otro momento, ahora la persona que tienes a tu lado lo último que necesita son consejos. Deja simplemente que lllore sobre tu hombro. Ya habrá tiempo de pensar qué falló y cómo repararlo. **En el trabajo necesitarás paciencia,** no batalles si los ánimos están algo exaltados.

ESCORPIO

23 oct-21 nov

Si te gusta pasar tiempo a solas con tu pareja, esta semana tendrás ocasión de disfrutar de vuestra intimidad y revivir momentos importantes. **Si estás recelosa por alguien nuevo que ha entrado en tu trabajo, respira tranquila.** Es una persona leal que te facilitará muchísimo las cosas.

SAGITARIO

22 nov-20 dic

Estás enérgica y dispuesta a todo, por eso **resolverás con éxito cualquier conflicto que se te pueda presentar en estos días.** Los ánimos en tu relación estarán algo exaltados y quizá llegues a plantearte si seguir con tu actual pareja o emprender otro rumbo. Sea cual sea la elección, será acertada.

CAPRICORNIO

21 dic-20 de enero

Pon tu inteligencia al servicio de tus deseos. Eres, además, tan responsable y organizada que alcanzarás por el camino más rápido todo lo que te propongas. **En el amor, reconoce que los celos que sientes son bastante absurdos.** Es tu mente la que te está jugando una mala pasada.

ACUARIO

21 enero-19 febrero

No es momento de callar nada, sino de hablar sin tapujos. Tus problemas no se resolverán escondiendo la cabeza bajo el ala. Toma la iniciativa. Tu cordialidad y simpatía han despertado el interés de alguien relevante. **Estás a punto de conseguir una de las cosas que más anhelas en la vida.**

PISCIS

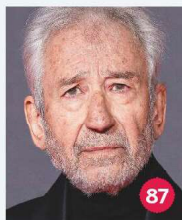
20 febrero-20 marzo

Disfrutas de un éxito social sin precedentes, pero esto puede jugar en tu contra si estás en pareja. Tu amor quizá no entienda que necesites tanto tiempo para amigos y conocidos. Equilibra mejor estos pilares o te arriesgas a quedarte sola. Utiliza más tu poderosa intuición, te servirá de mucho ahora.

PERSONAJES QUE TAMBIÉN CUMPLEN AÑOS



PAZ PADILLA



JOSÉ SACRISTÁN



MARIBEL VERDÚ



MARION COTILLARD



NAOMI WATTS

Vidente Esther
Maestra de Tarot y Medium

"La felicidad son pequeños instantes que hacen grandes los recuerdos"

EXPERTA EN
Relaciones Sentimentales
Atracción o
Recuperación del Amor

VISA

93 360 30 20
806 456 720

Coste Max €/min: Red Fija 1,21; Red Móvil 1,57, IVA Incluido Mayores 18 años.
BCNTL Apartado Correos 91254 - 08080, Barcelona

24 h. TAROT

Begoña Santamaría

Muy Directa = Soluciones Rápidas

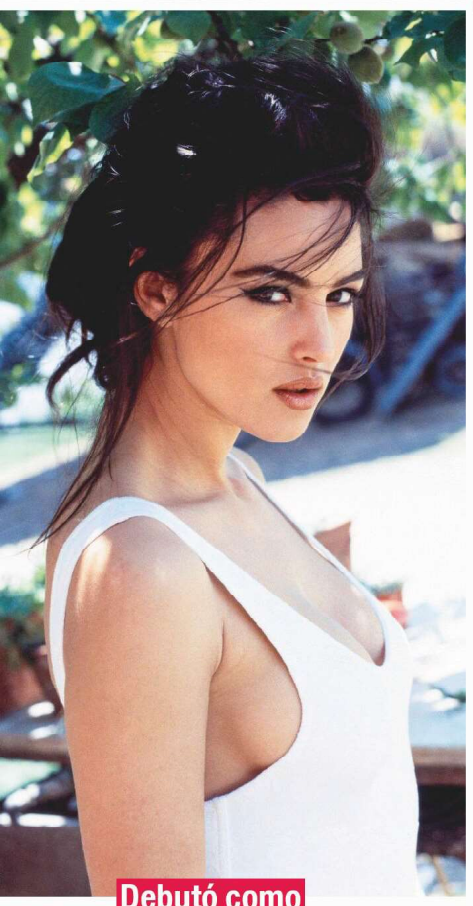
806 433 689

VISA

975 976 437

COSTE MÁX. POR LLAMADA RF: 1,21 / RM: 1,57 €/MIN IVA INC. -18 AÑOS.
B Y C / APDO CORREOS 57204 / 28223 MADRID

Feliz cumpleaños



Debutó como modelo a los 13 años

Monica trabajó como modelo por primera vez a los 13 años (en la imagen superior), aunque no fue hasta los 18 cuando empezó a desfilarse de manera profesional.



Monica y Tim Burton (66) hicieron pública su relación en 2022. "Estoy encantada de haberlo conocido. Es uno de esos encuentros que raramente se dan en la vida. Tiene un alma hermosa", dice de él.

MONICA BELLUCCI

CUMPLE 60 ARRASANDO EN EL CINE CON SU PAREJA, TIM BURTON

La actriz se ha puesto a las órdenes del director en 'Bitelchús Bitelchús', con la que triunfa en la taquilla

Natural de Perugia (Italia), Monica Bellucci era una estudiante de Derecho sin muchos recursos que a finales de los 80 recurrió a las pasarelas para costearse la carrera. El mundo de la moda la atrapó y pronto Milán, París y Nueva York se rindieron a sus pies. Entonces dejó la universidad y empezó a compaginar la moda con el cine. Entre cámaras se enamoró del actor Vincent Cassel, con el que se casó. Se divorciaron en 2013 tras 14 años juntos. Desde 2022 está con el director Tim Burton, que la ha dirigido en 'Bitelchús Bitelchús', la película más taquillera del momento. **■**



LABORES
del hogar

EDICIÓN ESPECIAL

PUNTO CÁLIDO para este otoño



Diseños de tendencia
en moda, complementos
y decoración

YA EN TU QUIOSCO



PITILLOS

HECHO EN ESPAÑA DESDE 1981

Nueva Colección

Otoño - Invierno

Disponibile en tu zapatería más cercana



www.calzadospitillos.com