

TELEVA

LA ERA
TRUMP
ANA PALACIO
ANNE
APPLEBAUM
GARCÍA-
MARGALLO...
NOS LA
AVANZAN

2025

EL AÑO DE
LAS MUJERES
EXTRAORDINARIAS

Fascinante

MONICA
BELLUCCI

LOLA
MANTEROLA

*La activista de
CRIS contra el cáncer*

CELESTE
DELLA PORTA

Nueva chica Sorrentino

Sabina
hola y adiós

Por Ángel Antonio Herrera

BELLEZA
25 PREGUNTAS
QUE ME HACEN
MIS AMIGAS
LABIOS ROJOS
Y NADA
EN LOS OJOS



GRAN ESTILO

MODA: PIEZAS DE TRANSICIÓN
Y UN ESTILISMO IMBATIBLE

N° 1029
ENERO 2025
5,95€

HardWear by Tiffany



HardWear by Tiffany

Un diseño de 1962 inspirado en Nueva York,
una ciudad en constante movimiento.

Un regalo que simboliza la fuerza
transformadora del amor.

With love, Since 1837 **TIFFANY & CO.**







CONSTELLATION 28 MM

JOYAS PARA MARCAR EL TIEMPO

Como la estrella a las seis en punto que proyecta una onda de luz por toda la esfera de la nueva colección Constellation, Kaia Gerber resplandece llevando el reloj de luminoso oro Moonshine™. Dos estrellas conjugadas en un equilibrio de luz y sombra, precisión y belleza.


OMEGA



ESTÉE LAUDER

ADVANCED NIGHT REPAIR

Synchronized Multi-Recovery Complex

EXPERTOS EN REPARACIÓN NOCTURNA

Tecnología Patentada. Con nuestro Exclusivo
Tripéptido-32 y Ácido Hialurónico

+128%
Hidratación y
Luminosidad
En 1 noche¹

89%
Afirma piel
más firme²



¹Test clínicos en 148 mujeres después de 1 aplicación de producto.

² Testado en 543 mujeres después de utilizar el producto durante 4 semanas.



2025
nº 1029

**POR QUÉ
AMAMOS
A MONICA
BELLUCCI**

ENLACE AL CANAL
x.com/byneontelegram
© escenas de cine y cine


ENERO



Elegance is an attitude

JENNIFER LAWRENCE



MINI
DOLCEVITA

LONGINES




La vida misma

18 *Mariel Hemingway:*

Así sobrevivió a una familia maldita.

Tendencias

22 Estilo masculino, lo ochentero recupera vigencia.

28 La falda que hay que tener y las prendas que le van.

32 Lorenzo Castillo, Grassy y su colección de joyas para él.

34 Un valioso botín: las nuevas joyas de Van Cleef & Arpels.

38 Jacob Elordi y su inspirador armario cool.

Cultura

Estrena el año con lo mejor en cine, libros, arte y música.

47 Iria del Río, así es la estrella de Rodrigo Sorogoyen.

58 John Banville y su vida en el Museo del Prado.

Telva

Moda y personajes desde una perspectiva única.

64 Fondo de armario: piezas básicas muy personales.

76 Monica Bellucci da vida a su admirada Maria Callas.

92 Celeste Dalla Porta, la nueva estrella del cine italiano.

100 Juana Acosta a corazón abierto.

116 El cuento de... Marta San Miguel.

120 Donald Trump: 4 expertos vaticinan qué nos espera.

134 Da las gracias, recupera ese gesto en tu vida diaria.

Belleza

150 Máquinas: hemos probado las que pueden ayudarte a "alargar" la vida.

154 Paloma Sancho resuelve tus 25 dudas de belleza.

158 Pelo sano: la guía definitiva para conseguirlo.

166 Solo labios rojos: la tendencia número uno en maquillaje.

La portada

Maravillosa, la actriz **MONICA BELLUCCI** lleva anillo *Panthère* realizado en oro blanco con ónix y diamantes, **CARTIER**.

Realiza: **ALICIA CHAPA**. Fotos: **JESÚS ISNARD**.

Maquillaje: **LETIZIA CARNEVALE** para Charlotte Tilbury. Peluquería: **JOHN NOLLET** para Maison de Beauté Carita. Asistente: **PIERRICK SELLENET**.

Viaje

178 Gabriella Cortese en India, TELVA acompaña a la fundadora de Antik Batik en su apasionante ruta.

Cocina

196 Cítricos, protagonistas sabrosos de recetas dulces y saladas.



SUSCRÍBETE A **TELVA** En la pág. 203 encontrarás los detalles y, de regalo, un lote de productos de Farma Dorsch valorados en 80 €.



MILLION
GOLD

THE NEW FRAGRANCE

rabanne

SB 37TH
AMERICA'S CUP
BARCELONA

TELVA

ES UNA REVISTA DEL GRUPO UNIDAD EDITORIAL. (EDITA EDICIONES CONICA S.A.)

Directora OLGA RUIZ

Subdirectora LUCÍA FRANCESCH

Directora de Telva.com
NATALIA BAJO

Directora de Moda
ALICIA CHAPA

Directora de Belleza
PALOMA SANCHO

Directora de Arte
CAROLINA CARRASCAL

REDACTORES JEFE

Cocina, Decoración y Viajes ISABELA MUÑOZ
Sociedad CRISTINA LARRAONDO
Moda MARTA DE LA CALZADA
Cultura CÉSAR SUÁREZ
Edición y Cierre ELENA FLOR

DISEÑO

Jefa de maquetación EMILIA PEÑALBA
Maquetadora ELENA ARANGÜENA
Diseño digital LETICIA PÉREZ CASTELL

MODA

Estilistas
CRISTINA GARCÍA
VIVANCO, RAQUEL MEJÍAS
Responsable de Producción Moda
OTILIA RODRÍGUEZ
DELCLAUX

Archivo y Documentación
ISABEL RAMOS DE MOLINS

TELVA.com

Redactora jefe
ELENA LÓPEZ

Redactoras

MARÍA FERNÁNDEZ DE CÓRDOVA,
CLARA SÁNCHEZ DE RON, MIRIAM
MASCAREÑAS, LAURA RODRIGÁNEZ,
ELISA ÁLVAREZ, LAURA CADENAS,
LORETO RUIZ-OCAÑA

Editora de Redes Sociales

MARTA COLLIN LADRÓN DE GUEVARA

Editor de vídeos

EDUARDO GARRIDO

Coordinadora de Acciones Especiales

VERÓNICA GONZÁLEZ

Colaboradores Redacción: VIS MOLINA, ANI VALLHONRAT, LUCÍA HEREDERO, MAMEN RUIZ PUERTAS, MAMEN INFANTE, BEGOÑA DONAT, CRISTINA M. FRUTOS, TONI TORRECILLAS, RAQUEL CARMONA. **Fotógrafos:** TONI MATEU, TOMÁS DE LA FUENTE, JONATHAN SEGADE, JESÚS ISNARD, JAVIER BIOSCA, JOSEFINA ANDRÉS, CHANTELE DOSSER, ANTONIO TERRÓN, ANTÓN GOIRI, UXÍO DA VILA, SANTIAGO BELIZÓN, LUPE DE LA VALLINA, FLAMINIA PELAZZI, EREA AZURMENDI, ANTOINE DOYEN, WESTON WELLS, CHARLY CALDERÓN.

Directora de Negocio
ADELINA GIMÉNEZ



Editora

EDICIONES CONICA S.A.
Avenida de San Luis, 25.
Madrid 28033. Tel. 91443 50 00

Administradores

MARCO POMPIGNOLI
LAURA MÚGICA

**Comercialización
de Publicidad**
UNIDAD EDITORIAL S.A

**Director General
de Publicidad**
SERGIO COBOS

REDACCIÓN

Madrid. Avda. de San Luis, 25. 28033 Madrid. Tel. 91 443 50 00
Barcelona. Avda. Diagonal, 431 bis 6º 08036 Barcelona. Tel. 93 496 24 00.
Administración Avda. de San Luis, 25. 28033 Madrid

EDICIONES CONICA S.A

Suscripciones y ejemplares atrasados Tel. 91 050 1629
clientes@elclub.es **Imprime** Einsa Print. S.A. Calle Teide, 3. Parque
Empresarial La Marina. San Sebastián de los Reyes. 28703. Madrid.

EDICIONES CONICA S.A Madrid 2025. © Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede, ni en todo ni en parte, ser distribuida, reproducida, comunicada públicamente, tratada o en general utilizada, por cualquier sistema, forma o medio, sin autorización previa y por escrito del editor. Miembro de la Asociación de Revistas de Información ARI, Asociada a la Federación Internacional of Periodical Press FIPP. **Publicación mensual.** Depósito legal: M. 13.241-1963. ISSN 0212-2375. Impreso en España **PRECIO PARA CANARIAS: Igual al precio de cubierta, incluida sobretasa.**



Thomas Sabo

Rebel at Heart REBELLIOUS GLAM



**“BALLADS OF THE HEART” AND “SONGS ON THE SKIN”
-DESIGNED FOR YOU, WRITTEN BY YOU.**

WWW.THOMASSABO.COM/REBELATHEART



ué pasa bro!”, le dice el niño de seis años a su profesora al entrar en clase. El saludo provoca un cisma en el aula y que el colegio estipule unas estrictas normas de vocabulario, así que imagino la extrañeza de la criatura cuando le cae el rapapolvo, confundido el pobre mientras recuerda todos los escenarios en los que ha utilizado o escuchado la frase más replicada en todo el mundo. ¿No es así como saluda su hermano a sus colegas, la estrella reguetera a su comunidad en TikTok y hasta su padre a él mismo cuando está de buen humor? Bro es su perro. Bro es su abuela. Hasta el chaval de la caja del Mercadona del barrio es Bro.

El caso es real y no negaré que me parece bastante gracioso. Pero este chavalín de seis años no es más que el chivo expiatorio de la generación que estudia ahora ESO y Bachillerato. Hace tiempo leí que si en los años 80 los adolescentes de entonces nos manejábamos con mil palabras; en la actualidad no utilizan ni 250. Puede que ese “¿Qué pasa bro!” forme ya parte de las frases de la historia por derecho propio y es cierto que hasta la R.A.E. ha aceptado, aunque a regañadientes, el vocablo “Bro” (lo tacha de innecesario) pero decir “¿Qué pasa bro!” en lugar de cómo estás, hace tiempo que no nos veíamos, creo que la última vez fue en o simplemente hola, evidencia involución



FOTO: JONATHAN SEGADÉ

APROVECHO ESTAS LÍNEAS PARA DESEARTE UN MUY FELIZ AÑO 2025 QUERIDA LECTORA DE TELVA

en el habla, en la capacidad de reflexión, en la reducción de las redes neuronales... Y, si además, se lo sueltan indistintamente al colega del insti, que al camarero de toda la vida del restaurante al que siempre van con los abuelos, pues la historia se complica y la confusión aumenta.

Ayer se publicó el Estudio Internacional de Tendencias en Matemáticas y Ciencias 2023, conocido como el Informe TIMMS que, cada cuatro años, mide el rendimiento en Matemáticas y Ciencias de los alumnos de 4º de Primaria y de 2º de la ESO y que, por su magnitud, es comparable al Informe PISA. En la muestra participan 70 países y en el caso de España más de 10.000 estudiantes sólo de 4º de Primaria y 500 centros educativos. El resultado es demoledor: casi el 40% de los escolares españoles tienen un nivel bajo o muy bajo en matemáticas y en ciencias el 33%. Estamos a la cola de los países de Europa y de la OCDE, por detrás de Chipre, Eslovenia y Albania en matemáticas, y la brecha aumenta en el caso de las niñas. Lo realmente curioso es que este informe no abra los telediaris, ni protagonice las tertulias, ni genere un definitivo gran debate sobre la educación en España. ¿Acaso la sucesión de resultados cada vez peores en matemáticas, ciencias, comprensión lectora, conocimiento, nos ha ido acomodando? ¿Estamos resignados a proporcionar un futuro mediocre a nuestros hijos? ¿Qué expectativas tenemos como país? ¿En qué línea roja ponemos el límite? ¿Qué pasa bro!

Olga Ruiz, directora.

CHEBAI

DERMA



Sérum Gold Glow Up

Formulado con oro de 24 quilates, un sérum altamente antioxidante y regenerante. Aporta mucha luminosidad.

Efecto **BOTOX**

foto datada



FOTO: TONI MATEU

STEPHEN
JONES

*Diseñador
de sombreros*

“En la industria del sombrero todos estamos un poco locos. Ya lo dice la frase *loco como un sombrero* de los libros de Lewis Carroll. Es un hecho. Los sastres son muy precisos, los diseñadores son creativos y artísticos, pero los sombrereros por algún motivo, estamos *locos*. Los sombreros a veces piden por parte de quien los lleva una personalidad fuerte, otras pueden contar la historia por ti y tú relajarte porque el sombrero ya entabla toda la conversación. Si pensamos en mujeres que sabían llevar muy bien el sombrero, como fueron Isabella Blow o Anna Piaggi, grandes amigas mías, ambas eran personajes muy privados pero se ponían un sombrero y el entretenimiento estaba servido, permitiéndoles a ellas estar en silencio. Puede también ser un disfraz, en el buen sentido. Cuando alguien se pone un sombrero no es quien de verdad es sino quien le gustaría ser. Hay personas inseguras que se ponen un sombrero o una gorra y se creen *pop stars*. Es un accesorio transformador”.

T

Arriba, gorro de satén duquesa modelo Charles James. Colección Alta Costura 2017, de Stephen Jones. © Ben Toms. La exposición *Chapeaux d'artiste* estará en el Palais Galliera de París hasta el 16 de marzo.

SEAT LEÓN



Tan nuestro, tan SEAT.

Para llegar aún más lejos, a veces hace falta energía extra. Justo la que tiene el SEAT León Híbrido Enchufable y sus más de 100 km de autonomía extra. Estrénalo ahora con 10 años de garantía.



S B 37TH
AMERICA'S CUP
BARCELONA

10 AÑOS
GARANTÍA





“Yo cambié el destino de ser una Hemingway”

MARIEL HEMINGWAY, la niña que vino al mundo cuatro meses después de que su famoso abuelo Ernest se suicidara en el salón de su casa, es hoy una mujer fuerte que se ha empeñado en divulgar que el destino lo escribe el estilo de vida que uno elige, no sólo tu genética.

—Loreto Ruiz-Ocaña. Foto: Sergio González Valero.

Levantarte con 7 años noche tras noche a recoger los restos del desmadre alcohólico de tus padres; enterarte de que tu abuelo, el gran escritor y periodista estadounidense, se suicidó cuatro meses antes de que tú nacieras; o vivir en tu juventud el suicidio de tu hermana mayor, dejaría marcada para siempre a cualquier persona, se apellidara Hemingway o López. Pero en el primer caso, sin duda tiene más repercusión siendo la nieta de Ernest Hemingway. Mariel, la más pequeña de las tres hijas del matrimonio formado por Jack Hemingway y Byra Louise Whittlesey, vivió a pesar de todo una infancia que ella recuerda la mayor parte del tiempo feliz: “Con 4 años nos trasladamos de California a Ketchum, una pequeña localidad de Idaho, y me salvó vi-

vir en medio de una naturaleza grandiosa. El campo siempre ha salido al rescate en cualquier momento difícil de mi vida”, cuenta hoy a TELVA.

Mariel, a sus 63 años, tiene una mirada limpia, penetrante a la vez que tranquila, y dice haber encontrado por fin la calma: un amor maduro con su actual pareja, con la que lleva 16 años, y una buena relación con sus dos hijas, nacidas de su matrimonio (de casi 25 años) con el escritor y cineasta Stephen Crisman. Su hija mayor, Dree, de 36 años, es modelo; Lineli, un año menor, es artista y además madre de alguien que solo con pronunciar su nombre ilumina la cara de Mariel, Luce, su nieta de 18 meses. “Estoy en una etapa maravillosa y tranquila de mi vida, pero pasé años, toda mi adolescencia y juventud muerta de miedo pensando que había algo que no estaba bien



Más de
13.000
de nuestros empleados
tienen más de 50 años



Nuestro objetivo es ser la empresa para todas las generaciones.

El programa L'Oréal For All Generations promueve el cambio intergeneracional y busca que los empleados de todas las edades logren la realización profesional en cada etapa de su carrera.

L'ORÉAL
G R O U P E

**CREAMOS LA BELLEZA
QUE MUEVE EL MUNDO**

“De madrugada de niña me levantaba, ordenaba el salón, tiraba las botellas, recogía los objetos rotos... Sabía que yo era la que debía ayudar a toda la familia. Y continué haciéndolo tras detectar cáncer a mi madre.”



dentro de mí y que en algún momento saldría”. Por eso, consciente de que la genética condiciona pero de que también es posible hacerle frente con poderosas herramientas de autocuidado, desde hace más de una década vive entregada a divulgar cómo lograrlo.

Sus padres no eran los únicos que bebían en la casa de Idaho, “las tardes comenzaban con el título engañoso de ‘la hora de la copa de vino’, sobre las cinco de la tarde, pero en realidad ahí empezaba la segunda parte del día, muy distinta a la primera”. Mariel explica que en muchas de aquellas jornadas se unía alguna visita a ese momento de “evasión”, y en ocasiones también sus hermanas mayores. “Mi hermana Margaux era la que más salía, volvía de madrugada, muchas veces colocada, y mis padres a veces aún seguían bebiendo. Creo que a mí se me despertó algún reloj interior que me hacía saber cuándo por fin estaban todos acostados y de madrugada me levantaba, ordenaba el salón, tiraba las botellas, recogía los objetos rotos... Sabía que era la persona que debía ayudar a todos. Y continué haciéndolo también con mi madre tras detectar

le un cáncer cuando yo tenía 14 años”. Unos papeles absolutamente invertidos, donde la hija pequeña cuidaba como podía de todos. Con sus hermanas fue más difícil: “Margaux, la mediana, salía sin parar enganchando una relación con otra. Y la mayor, Joan (apodada Muffet) tenía tendencias depresivas, frecuentaba la escritura como vía de escape, pero también los estupefacientes como el LSD que tomaba para no angustiarse. A los 16 años se unió a la comunidad hippie de Haight-Ashbury en San Francisco y mis padres no le pusieron objeción alguna. Al poco fue diagnosticada de esquizofrenia”.

Con este panorama familiar, y a pesar de la crudeza del relato, Mariel piensa que se llevó la mejor parte. “Cuando mi madre enfermó me hacía dormir con ella por si

se encontraba mal, pero creo que también fue para protegerme de mi padre”. En el documental *Running from crazy* (2012) que produjo junto a Oprah Winfrey y donde habló por primera vez a fondo sobre la lista de suicidios y enfermedades mentales de su famosa familia explicó: “No fui testigo de nada horrible o espeluznante con mis hermanas, pero lo que sí sé es que, aunque mi padre por el día era un buen hombre, por la noche cuando bebía se volvía otra persona. Realmente nunca supe lo que vivieron ellas mientras yo dormía”. Tampoco lo volvieron a hablar. Y es que aunque todos tuvieran buenas dotes creativas y su abuelo fuera el gran escritor sin artificios, la comunicación interpersonal no estaba en el ADN de esta familia. “Nunca se hablaba después de una discusión. Ni siquiera se habló abiertamente del suicidio de mi abuelo en el salón de nuestra casa de Ketchum pocos meses antes de que yo naciera”. El Premio Nobel de Literatura se disparó en la boca con una escopeta un 2 de julio de 1961, pocos días antes de cumplir 62 años y siete después de recibir el galardón. “A mis hermanas les dijeron que había sido un accidente mientras limpiaba el arma, y yo crecí también con esa versión. Tampoco supe hasta muchos años después que mi bisabuelo paterno había muerto de la misma manera, así como otros familiares de la misma rama”.

Ni siquiera se habló abiertamente del suicidio de mi abuelo en el salón de nuestra casa de Ketchum pocos meses antes de que yo naciera”. El Premio Nobel de Literatura se disparó en la boca con una escopeta un 2 de julio de 1961, pocos días antes de cumplir 62 años y siete después de recibir el galardón. “A mis hermanas les dijeron que había sido un accidente mientras limpiaba el arma, y yo crecí también con esa versión. Tampoco supe hasta muchos años después que mi bisabuelo paterno había muerto de la misma manera, así como otros familiares de la misma rama”.



Woody Allen y Mariel Hemingway, en una escena de la película *Manhattan* (1979), por la que la joven fue nominada a un Oscar como mejor actriz de reparto.

Tampoco tuvo claro por qué su hermana se mudó con su marido a Nueva York en cuanto pudo a los 19 años, pero sí recuerda que un día yendo a la compra con su padre la vio como portada de la edición americana de Vogue. La espectacular belleza felina común a todas las hermanas, pero sobre todo a Margaux y Mariel, su 1,83 cm y ser una Hemingway, la habían alzado como una de las jóvenes más prometedoras y la primera modelo en firmar un contrato millonario. En Hollywood también se interesaron por ella, y en 1976 le ofrecieron un papel en *Lipstick*, un truculento melodrama sobre abusos sexuales, donde también se necesitaba otra cara bonita para interpretar el papel de una hermana menor. Margaux pensó que quién mejor que la pequeña Mariel, que entonces tenía 13 años

“Cuando terminó la audiencia, el Dalai Lama me miró fijamente, puso la mano sobre mi y me dijo: “You are OK”. Desde ahí mi proceso de sanación tomó otro rumbo: desde la conciencia y el amor y no desde el miedo”

para hacerlo. Lo que no imaginó es que la crítica iba a destrozarla a ella como actriz y sin embargo alzar a Mariel como alguien a quien tener muy en cuenta. “Eso fue una grieta tremenda entre mi hermana y yo” confiesa, “una vez más no se habló nada, ni siquiera discutimos, pero yo supe que ya nada sería igual”. Con su madre ya muy enferma, su hermana Joan ingresada en un psiquiátrico por una crisis y su hermana mediana distanciada de ella, Mariel pensó que su misión de “cuidadora” del clan había finalizado. Desde ahí su objetivo empezó a ser protegerse: “Estaba muerta de miedo por acabar como ellos”, cuenta con una serenidad que impacta. Ser una Hemingway es un orgullo, pero también fue muy doloroso irme dando cuenta con los años del cúmulo de acontecimientos trágicos y lo disfuncional que había sido mi familia”.

Mariel es metódica, y se propuso hacer del autocuidado su arma contra la genética: “Pero lo hacía con una rigidez tremenda, controlaba la alimentación al extremo, practicaba ejercicio intenso y me apuntaba a escuchar a todo tipo de gurús del bienestar”. En esa búsqueda incesante le surgió una oportunidad para ir a visitar al Dalai Lama en el año 2000. “Era una audiencia privada en grupo, junto a otras personas muy eruditas, fui con mi entonces marido y mis hijas de 11 y 13 años. Cosas del destino, me sentaron a su lado. Los asistentes le hacían preguntas de calado sobre la ocupación China del Tíbet, o asuntos geopolíticos globales... y yo sólo quería preguntarle cómo podía acabar con ese miedo interior que ya me hacía tener periodos de depresión y hasta alguna idea suicida”. Cuando terminó la audiencia, el Dalai Lama miró fijamente a Mariel, puso la mano sobre ella y le dijo tres palabras: “You are OK”. Desde ahí su proceso de sanación tomó otro rumbo: “Desde la conciencia y el amor, y no desde el miedo. Por otro lado, entendí que los silencios que había vivido en mi fa-

milia no son la forma de sanar. Es necesario hablar sin tapujos del suicidio y de los problemas mentales”, algo que no cree que se esté haciendo de forma correcta en la actualidad. “Las redes sociales provocan que muchas personas lo hagan en el foro menos adecuado, donde aparentemente se quiere divulgar la salud mental, pero donde luego se destroza la estima de miles de ellos”. Confiesa que a pesar de llevar años divulgando sobre salud mental a ella aún le cuesta hablar de estos temas, pero lo hace porque cree que es su deber, “especialmente en foros como en el que voy a hablar ahora, con mucha gente joven, aparentemente resuelta para hablar de su vida por las redes, pero con dificultad para mirarse a los ojos”. Y es que Mariel

Hemingway, sube tras esta entrevista a un escenario, invitada por la Fundación Robert F. Kennedy Spain en Madrid, para explicar a unos 200 jóvenes, alumnos de la CIS University, cuáles son según ella los 7 verdaderos doctores que pueden ayudarles a llevar una vida armónica. “El doctor sol, salid fuera, tenéis un clima privilegiado en España, el gran salvavidas de mi vida ha sido pasar mucho tiempo al aire libre. El aire es el segundo doctor, respirando bien y practicando a través del yoga, no conozco nadie a quien no le haya ayudado.” En esta charla, con su voz calmada, también recor-

dó la importancia de la buena alimentación y la correcta hidratación “hay que beber mucha agua, y además integrarla en nuestra vida, de forma presente y sonora, escucharla es el mejor fármaco antiansiedad”. El quinto doctor para Mariel es la tierra, y la forma de conectar con ella. Eso sacó una sonrisa a más de un asistente “id descalzos todo lo que podáis, aunque os miren raro, y pisando diferentes sustratos”. En sexto y séptimo lugar llegan el descanso y el ejercicio físico. Nada nuevo, podría pensar quien solo hubiera escuchado estas recomendaciones, pero lo importante es que quien las da no es solo una divulgadora de la salud, sino alguien convencido de haber burlado así el destino genético de apellidarse Hemingway. **T**



Mariel Hemingway (jersey gris) con 19 años con sus padres y hermanas: Margaux (izda.) y Joan (dcha.) en la Navidad de 1980.



M A S C U L I N O

La chaqueta de esmoquin, el trench oversize, el sastre príncipe de Gales, el abrigo Bogart... El estilo masculino declina sus fórmulas habituales para construir el estilo que triunfa esta temporada. Todo un poco ochentero, pero sin tanta literalidad.

—Fotos: © AMICA RCS/ph. PHILIP GAY

Sastre príncipe de
gales, Max Mara.
En la otra pág., abrigo
de lana y cashmere,
Diego M y cinturón de
piel, Fabiana Filippi.





Blazer de seda,
Loro Piana.

EL SECRETO ESTÁ EN EL CORTE


Antes de confeccionar una capa es importante medir la altura, el cuello y la espalda de quien la va a vestir. La parte inferior redondeada, para lograr el vuelo de la prenda, se consigue cortándola con una regla.



Abrigo de lana con
capa y cinturón
dorado con logo,
Chloé.



Trench oversize en
gabardina de algodón,
Moschino.



Blazer de príncipe de Gales, Rag & Bone; sobre camisa de algodón y corbata, Paul Smith y pantalones de ante con pinzas, Isabel Marant. (La modelo Kim Chell de Viva Barcelona)



GAUCHÈRE



Con accesorios sobrios y tacón sensato. Debajo, Lauren Bacall en *Cómo casarse con un millonario* (1953).

LA FALDA QUE HAY QUE TENER



Recta, a media pierna y de buen paño, que dirían las madres. La FALDA RECTA O LÁPIZ se impone esta temporada y nos convierte en sofisticadas y rutilantes estrellas del Hollywood de los años 50.

—Marta de la Calzada. Realiza (shopping) Raquel Mejías.

EL IMBATIBLE TRAJE SASTRE

Revisitando a Kim Novak en *Vértigo* (1958), del director Alfred Hitchcock. El impecable traje sastre gris con falda recta a media pierna que llevaba su personaje, Madeleine, enloqueció a James Stewart. Lo imaginamos en lana fría, con cremallera lateral y forro, para que se deslice y marque la perfección de sus caderas, el no va más de la sofisticación femenina.



Falda larga de raya diplomática, Wild Pony (59,95 €).



1. Pendientes, Tous.
2. Chaqueta de cuello cerrado, Mango.
3. Suéter de cuello redondo en lana con logo triomphe, Celine.
4. Pañuelo verde, Jo & Mr Joe (25,95 €).
5. Anillos dorados, Lola Casademunt (29,95 €).
6. Bolso Artemisia, V73.
7. Calcetines de punto de ochos, Pringle of Scotland (121 €).
8. Bailarinas Horsebit en color marrón, Gucci.
9. Tarjetero magsafe Stall Number, Hermès.



EL CAMPO O LA OFICINA

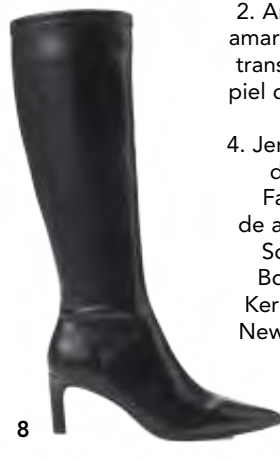
Entre el pasado y el presente, la falda recta exige siempre tejidos nobles. Si optas por el tweed, la pata de gallo o el ojo de perdiz saldrá un look más Balmoral. En lana o franela gris, burdeos o teja para armar un look de oficina y día completo. Para refrescarlo, camisa blanca, discretas joyas de oro y cinturón marcando cintura de avispa.



Falda Arley de lana en color burdeos, The Frankie Shop (139 €).



TIME



1. Pendientes, Thomas Sabo.
2. Anillo Maillon Panthère de oro amarillo, Cartier.
3. Bolso de mano transformable Colby pequeño de piel cuarteada metalizada, Michael Kors (295 €).
4. Jersey de cuello alto con motivo de ochos y encaje de lana, Falconeri (198 €).
5. Camisa de algodón clásica con bordado, Scalpers (69,90 €).
6. Collar, Bottega Veneta.
7. Chaqueta Kerith con cinturón de piel, Sea New York.
8. Botas de tacón con punta Malory, Latouche.

tendencias | MODA



BELLEZA FROZEN

El clásico bálsamo de labios se sustituye por otra fórmula con color que ofrece hidratación, el tono *charming lilac* (violeta) de la colección Rouge Coco Baume.



Bellota de cerámica decorativa, Bordallo Pinheiro. Gafas máscara, Coco Meige (Chanel), y crema hidratante UV Essentiel con protección SPF 50.



POR DEBAJO DE...

En la firma de lujo el esquí se vive con seriedad. La funcionalidad que exige el deporte no está reñida con sus códigos reconocibles: el tweed, desde los años 50, es uno de ellos. Fabricado en Escocia, inunda su *prêt-à-porter* y se extiende a los accesorios a temperaturas *minus*.



Bolso bandolera de tweed, colección Coco Neige de Chanel.



Bufanda multicolor con doble "C", Coco Neige de Chanel.



La modelo Loli Bahía posa con un look de la colección Coco Neige en el apartamento en el que vivió Gabrielle Chanel, en el 31 rue Cambon, en París.



CON Y SIN FORFAIT

Gabrielle Chanel tomaba el sol en las playas del Lido en 1920 en compañía de su amiga Misia Sert, pero el esquí era otra de sus pasiones al aire libre. Ahora la *maison* le dedica una colección inspirada en los setenta.

—Marta de la Calzada.



ESTA ESCENA NEVADA...

En un pueblo de montaña construido dentro del Grand Palais tuvo lugar el desfile de despedida a Karl Lagerfeld. La colección o-i 2019/2020 había sido diseñada por el káiser con Virginie Viard, sin embargo, él fallecía poco antes. La estampa de las modelos emocionadas caminando con *Heroes* de David Bowie ya está congelada en nuestra memoria.



Orejas de borreguito, Coco Neige.



UN TOQUE NOSTÁLGICO

El esquí lleva consigo todo un universo de *lifestyle* que se recoge en este libro, *The Ultimate Ski Book* (Ed. teNeues) escrito por una experta esquiadora, Gabriella Le Breton.

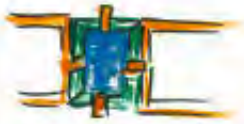


Funda para bolsa de agua caliente con estampado Liberty. (libertylondon.com)



Arriba, la pulsera Plutón, de oro rosa con ágata veteada y lapislázuli. Greco, a la derecha, está formada por eslabones de oro rosa con turmalinas, calcedonias, aguamarinas, amatistas, serpentininas...

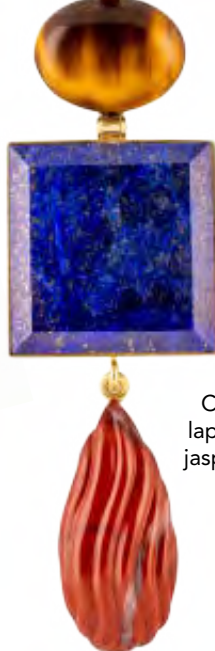
Colgante con amatista
Ojo de tigre
oro rosa



Lapis
Malaguta o crisoprasa



La sortija Cósimo está coronada con una turmalina con talla pan de azúcar. Además, oro rosa y esmaltes.



Colgante Bastet con lapislázuli, ojo de tigre, jaspé y montura de oro.



FOTO: FLAMINIA PELAZZI

El interiorista, anticuario y experto en arte Lorenzo Castillo, autor de esta colección de joyas masculinas que ellas adorarán.

FOTO: JONIMARTIN

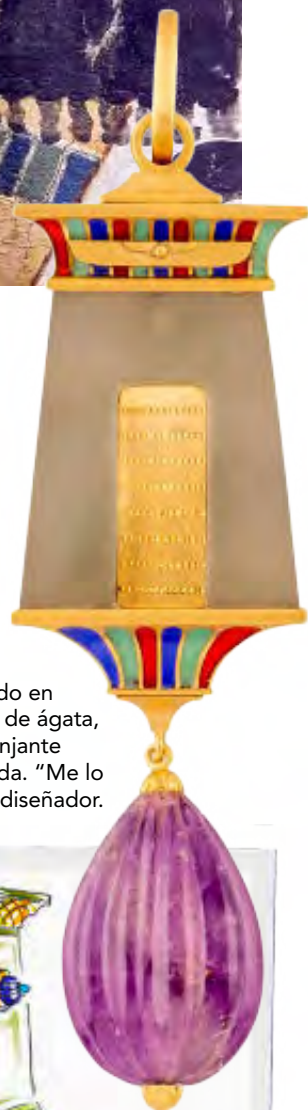


FOTO: TONI ALATEU

La sortija Sofía, en oro gris con cornalina y amatista en talla cabujón, está dedicada a la Reina emérita: "Me encanta como lleva las joyas", asegura Castillo.



El colgante Luxor, inspirado en el antiguo Egipto, con cuerpo de ágata, oro amarillo, esmaltes y pinjante (colgante) de amatista gallonada. "Me lo pondría a diario", reconoce el diseñador.



template Luxor
con colgante
de ágata
y amatista

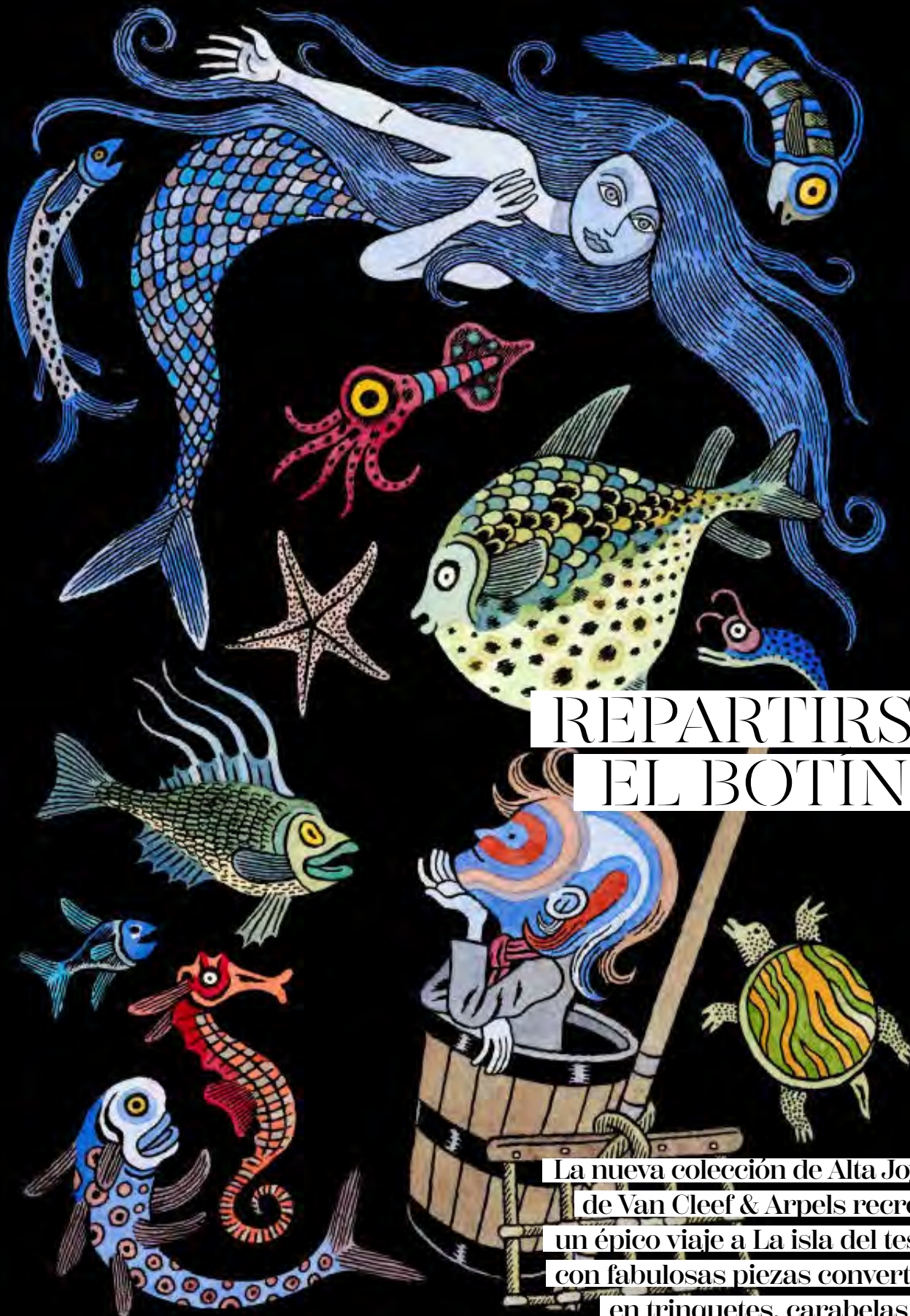
Grassy
Colgante Luxor

LORENZO DIXIT

Lorenzaccio, la colección de Lorenzo Castillo para Grassy da forma a un tesoro de piedras preciosas, oro y esmaltes reconvertidos en joyas para hombre, que las mujeres adoraremos.

—Isabela Muñoz Ozores.

Nada de desayunos, la pasión de Lorenzo por las joyas se inició en las meriendas con diamantes en casa de su abuela materna: "Vivía muy cerca de la Escuela de arte y antigüedades donde yo estudiaba, así que muchas tardes iba a verla y terminábamos abriendo su joyero y probándonos todo. A mi abuelo le entusiasmaban los brillantes (y las buenas inversiones), compró muchos engarzados en platino antes de la guerra (no sobrevivió a la contienda), por lo que tenía piezas art decó de muchísima calidad". Resulta curioso, sin embargo, que en la colección de joyas masculinas *Lorenzaccio*, que este diseñador de interiores y anticuario ha diseñado para Grassy, no haya ni rastro de brillantes: "Habrían resultado diseños claramente femeninos, habrían "vestido" demasiado las piezas. Quería conseguir brillos más sutiles". Así, cuando dijo "sí" a la propuesta de Yann y Patricia Reznak, dueños de la prestigiosa firma, se inspiró en estéticas de otras épocas que rozan casi el barroco, pero aplicó un colorido que refleja con claridad el momento que vivimos: "Ha sido importante a la hora de modernizarlas: la mezcla de piedras, la elección de los esmaltes, las tallas como el pan de azúcar (una especie de cabujón piramidal), los distintos oros con acabados diferentes (los hay martelé, hoja de helecho, corteza de roble, oro rosado, gris, amarillo, que verdea, negro...) han contribuido a darles actualidad": Pero, sobre todo, ha sido ese generoso baile de tanzanitas, turmalinas, zafiros, ópalos, jaspes, lapislázulis, esmaltes, ojos de tigre y ágatas el que ha conseguido armar la fiesta. Coleccionista de joyas desde muy joven, este esteta asegura que la sortija Sofía (dedicada a la Reina doña Sofía) es una de sus favoritas y que, a diario, se pondría el colgante Luxor: "Llevo joyas a todas horas -asegura-. Me las cambio para comer, cenar, una fiesta... Todas mis amigas me dicen que ya estaba tardando en hacer una colección. Como le ocurría a Elisabeth Taylor, mantengo un eterno "love affaire with jewellery".



REPARTIRSE EL BOTÍN

La nueva colección de Alta Joyería de Van Cleef & Arpels recrea un épico viaje a La isla del tesoro con fabulosas piezas convertidas en trinquetes, carabelas o piratas de los Mares del Sur.



El pirata John Silver era muy alto y fuerte, y su pierna izquierda había sido amputada”, narra R. L. Stevenson en *La isla del tesoro*. Y los diseñadores, gemólogos y artesanos de la *maison* Van Cleef & Arpels dejaron correr su imaginación y destreza para recrear al corsario en oro blanco, amarillo y rosa, con chaqueta de zafiros y brillantes y bandana de rubíes. Embarcado en la fragata La Hispaniola, un espectacular broche con velas en oro blanco engastado con diamantes según la imaginación de esta joyería de lujo, Silver y el resto de piratas surcan las olas -talladas en el broche de zafiros *Poissons Mystérieux*, con peces de diamantes y oro blanco- hacia los Mares del Sur en busca del ansiado tesoro. Mientras navegan por el Océano descubren maravillosas criaturas marinas realizadas en oro y piedras preciosas. **T**

—Cristina Larraondo.

LAS ILUSTRACIONES DE DAVID B.

Van Cleef & Arpels sabía que la particular visión de *La isla del tesoro* de este pope del cómic convertiría en única la presentación de su nueva colección de joyas.

1. Broche La Hispaniola. 2. Broche tortuga. 3. Broche pirata. 4. Broche Sceptre du Monde en oro blanco y amarillo, zafiros, diamantes y perlas. 5. Broche *Poissons Mystérieux*.

LA FAMOSA REJILLA

La rosa y la estrella son dos de los símbolos más conocidos de la *maison* Dior, pero una nueva colección de joyería rescata el *cannage*, esa icónica rejilla de mimbre de las sillas de sus salones de costura.

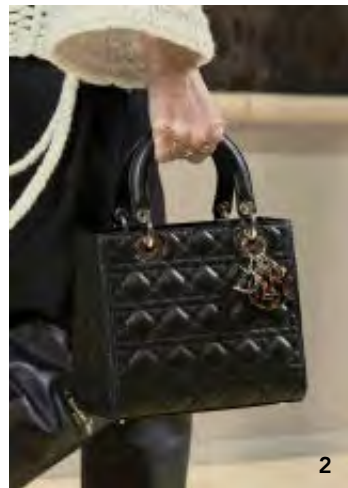
—Marta de la Calzada.



Anillo *My Dior* de oro blanco y diamantes, pulsera *My Dior* de oro amarillo y oro blanco Pendientes *My Dior* de oro rosa. Todo, Dior Joaillerie.



1



2

Tomen asiento, no es una silla cualquiera. Las afortunadas con el *hot ticket* de la moda en 1947 eran recibidas en el salón de costura que Christian Dior tenía en el número 30 de la Avenue Montaigne para disfrutar del desfile desde elegantes sillas estilo Napoleón III con asientos de rejilla. Un entramado artesanal que se ha convertido con el tiempo en código gráfico de la marca. Fijándonos detenidamente vemos el motivo en la piel acolchada del clásico bolso *Lady Dior*. Existen hasta juegos de té y salvamanteles en trenzado *cannage*. Para rendir tributo a este ambiente señorial que se respiraba en los primeros años de alta costura, Victoire de Castellane (directora creativa de la alta joyería de Dior) amplía el detalle a una colección de joyas. Con *My Dior* se populariza otro de los vocablos de la casa, menos conocido que la rosa, flor favorita del creador o la estrella, emblema de su superstición. **T**



3

PASADO Y PRESENTE

1. Silla Napoleón III que se usaba durante los desfiles en la época de Christian Dior.
2. Bolso *Lady Dior* de cuero negro.
3. Dibujo de Victoire de Castellane donde se representa junto a Christian Dior.
4. Foto de Dominique Issermann para el libro *Christian Dior. Designer of dreams* (Thames & Hudson).



4

FOTO: J. M. PRESAS



Envía
lo que
necesites
a donde
necesites

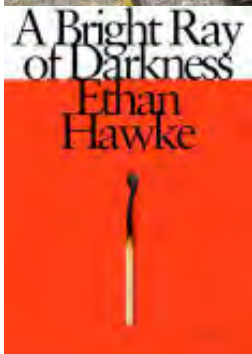


Elígenos si necesitas
enviar de forma segura
a cualquier rincón.

Correos.es



Jacob Elordi con abrigo y jeans.



1



2



3



el mocasín
"PENNY"

Mocasín modelo penny (viene de penique) diseñado con una lengüeta con el tamaño exacto para que quepa un penique. Modelo de IKKS.



4



5



6



7



8



9

QUIERO SU ARMARIO

(PROPIEDAD DE JACOB ELORDI)

Como quien desea la parka de Oasis o la chaqueta de tweed de Jarvis Cocker, queremos el armario del actor de *Saltburn*. Los bolsos de tu *wish list* él ya los tiene y nos interesa más su Bottega Veneta que el vaquero *boyfriend*. Ponemos algo de femenino a su repertorio.

—Realiza: Raquel Mejías.

la joya

MINI ESCULTURA

Inspirado en la simbología de *La Divina Comedia* de Dante, el collar Annotador en plata esterlina con lápiz, de Alighieri, es una pieza amuleto para atraer la fuerza y el coraje.



BÁSICO

1. *Un brillante rayo de oscuridad*, de Ethan Hawk. 2. Gafas de aviador, Michael Kors Collection. 3. Cartera, Michael Kors Collection. 4. Reloj Datejust en oro blanco, Rolex. 5. Bolso, Gucci. 6. Abrigo, Ami. 7. Jersey gris, Mango. 8. Bomber, Celine. 9. Vaqueros en denim oscuro, Agolde.



1



2



3



4



5



6



el pañuelo BANDANA

El punto cálido se impone al algodón de *print* de cachemira. La nueva bufanda es esta bandana de & Daugher.



Con chaqueta color pastel de Prada y zapatos Derby de Jimmy Choo en el programa *The Kelly Clarkson Show*.



el bolso TRENZADO

El *Intrecciato* del modelo *Hop* de Bottega Veneta se tiñe de colores pastel en épocas de Matthieu Blazy como director creativo.

7



8



9

INTELECTUAL

1. Chaquetón, Herno. 2. Pantalón, Molly Bracken. 3. Llavero (90 €) Ami. 4. Calcetines, From Future. 5. Cárdigan, Loewe. 6. Mocasín, Hereu. 7. *Al este del Edén*, de John Steinbeck. 8. Pulsera, Elisabetta Franchi. 9. Camiseta, IKKS.



1



2



3



4

ENLACE AL CANAL
x.com/byneontelegram
o escanea el código QR



la gorra
ES EL MENSAJE

Sustituta de la camiseta como soporte de frase, forma parte de nuestro look tanto como el café de especialidad. Ésta es de IDEA Books.

Con su look más 90s, bucket hat y bolso Locò de Valentino.



8



6



7



5

el bolso
EDICIÓN LIMITADA

No es el Speedy de Louis Vuitton al uso. Ha sido diseñado por Pharrell Williams y rebautizado como Millionaire Speedy en referencia a su precio: 9.250 euros, no apto para cualquiera.



DEPORTIVO

1. Polo de punto, Aspesi. 2. Chaqueta vaquera, Khaite. 3. Abrigo, Guess. 4. Deportivas Samba, Adidas. 5. Calcetines, Maje. 6. *En la Carretera*, Jack Kerouac (Ed. Anagrama). 7. Camisa de manga larga, Woman Limited. 8. Pantalón, Kocca.

CUIDARTE EMPIEZA POR TU BOCA

Disfrutar de cada momento de la vida es fundamental y tener una boca sana en cada etapa es importante para disfrutarlo de una forma plena. La boca evoluciona en cada momento vital, reflejando necesidades fisiológicas y emocionales únicas de cada persona, lo que requiere un cuidado bucal integral. Este nuevo enfoque supone un cambio de paradigma hacia un cuidado bucal consciente, conectando mejor con cada motivación y estilo de vida, ofreciendo soluciones que garanticen un óptimo cuidado bucal.

Dentaid ha querido ir más allá con **PHB Time to care**, convirtiendo el momento de higiene en una experiencia de atención plena como parte esencial del autocuidado, del mismo modo que lo hacemos con el cuidado de la piel o el cabello. Descubre cuatro innovadoras gamas:

PHB TIME TO CARE



PHB So-Confident

Cuidado bucal para impulsar tu confianza. Pasta dental con efecto blanqueador gracias a la tecnología Pearl Effect que cuida el esmalte de los dientes mientras recuperan su blanco natural, además de ofrecer un aliento fresco con sabor mentolado gracias a su innovador Fresh System.

PHB So-Balanced

Un equilibrio que empieza por tu boca. Gama con regulador de pH y Aloe Vera. Protege la microbiota bucal e hidrata la boca manteniendo un aliento fresco. Y para disfrutar de un equilibrio completo, utiliza tanto la pasta dental como el colutorio PHB So-Balanced.

PHB So-Eco, el cepillado se convierte en algo más eficaz y responsable. Cuenta con más de 1.400 filamentos 100% de origen vegetal, capuchón, mango y envase de plástico reciclado y aún de esta manera máxima eficacia y cuidado bucal.

PHB Time to Care ofrece una oportunidad para un cuidado bucal completo sin olvidar la importancia de seguir cuidando el planeta con cada gesto. Sus índices de naturalidad +90%, envases reciclables y su fórmula vegana engloban un concepto que va más allá.

PHB So-Calm

Consigue un cuidado bucal natural, con una sensación relajante. Gracias a ingredientes como la Camomila y Lavanda. Además, esta pasta dental contiene Alantoína para cuidar y proteger las encías. Añade el colutorio PHB So-Calm para una relajación total.

PHB So-Young Forever

Cuidado bucal para que sigas disfrutando. Protege y cuida las encías con esta pasta dental, mientras remineraliza los dientes y elimina el exceso de radicales libres, hidratando y refrescando la boca con su potente sistema Antiox: Vitamina C y E.

¡Descubre cuál es tu cuidado!





Elena Congost lleva sudadera, Max Mara; short, Deus Ex Machina; camisa, Uniqlo; y zapatillas, Veja.

EL AVE FÉNIX DEL ATLETISMO

Su historia conmocionó al mundo, pero como la criatura mitológica, Elena Congost resurge de sus cenizas. En **un nuevo proyecto de TELVA para Iberdrola**, la atleta paralímpica nos explica cómo se sintió tras perder la medalla en París 2024 y en qué situación se encuentra su reclamación para que le concedan el metal. Madre de cuatro hijos, maestra de vocación y deportista de élite, su 5% de visión parece solo un aliciente.

—**Jessica Nieto. Realiza: Almudena Carnicero.**
Fotos: Paula Méndez.
Dirección creativa: Verónica González.

Puede que su nombre no les suene de primeras, pero seguro que conocen su historia: la de una atleta paralímpica que, en los pasados JJPP de París, perdió la medalla de bronce por soltarse

-un microsegundo-, de su guía a apenas 10 metros de la meta. Ella es Elena Congost (Castelldefels, Barcelona, 20 de septiembre de 1987).

Elena tiene una enfermedad degenerativa de nacimiento que le hace perder progresivamente la vista. Fueron sus padres quienes se dieron cuenta cuando era niña, por lo que, como explica, “ha sido mi realidad y mi normalidad desde siempre”. Empezó a practicar atletismo en el colegio y, desde entonces: “Es mi vida. Desde pequeña, a la típica pregunta de ‘¿qué quieres ser de mayor?’, yo respondía: atleta profesional”, dice la ganadora de la plata en Londres 2012 y del oro en Río 2016. “El atletismo me ha enseñado lo que es la perseverancia, la pasión, el esfuerzo y también el sacrificio. Me ha convertido en la persona que soy”.

Maestra de Educación Infantil, Primaria y Educación Física, Elena afrontaba estos Juegos con ilusión después de ocho años alejada de la competición en los que ha sido madre de cuatro hijos. “Regresé sin expectativas porque volví a empezar a entrenar durante el posparto. Sabía que era una locura, pero trabajando muy duro, llegué a París en el mejor estado de forma de mi vida”. Lo que sucedió después se hizo viral.

“Después de las calificaciones sentí mucha pena y también mucha rabia. Pero, nunca me arrepentiré de haber ayudado a Mia (Carol, su guía). Si volviéramos a vivir esa situación, haría lo mismo”. Sin embargo, nunca imaginó que la historia daría un giro de 180 grados. “Al cabo de pocas horas, comprendimos que, lo que parecía un suceso muy negativo, quizá no lo era tanto. Hemos recibido muchísimo cariño y han pasado cosas muy bonitas después de aquello”. Entre ellas, convertirse en embajadora de Iberdrola: “Para mí, formar parte de la familia Iberdrola es un honor y un placer. Estoy infinitamente agradecida de que cuenten conmigo”. Fuera de las pistas, Elena se define como una mujer “tímida y tranquila” que no necesita grandes cosas para ser feliz: “Solo el deporte y mi familia”. A estas alturas ya está preparando su próximo reto: los Juegos Paralímpicos de Los Ángeles 2028. No se pierdan el resurgir del ave Fénix del atletismo. **T**



¿JUSTICIA POÉTICA?

Al cierre de esta edición, el Comité Paralímpico Internacional ha denegado a Elena Congost la medalla *ex aequo* que reclamaban el Comité Paralímpico Español (CPE) y el Consejo Superior de Deportes (el proceso está actualmente en vía judicial).

A pesar de ello, el CPE ha confirmado que Elena recibirá su beca: “Es como un sueldo que me permite seguir trabajando cuatro años más para intentar quitarme la espinita que nos dejó París en los próximos JJPP de Los Ángeles 2028”.

Elena lleva *short*, Deus Ex Machina; calcetines, Uniqlo; y zapatillas, Veja.

*Maquillaje y peluquería: Jen Barreiro. Producción: Deborah Palmi.
Asistente de estilismo: María Monreal.*

PREMIOS TELVA/ACTUALIDAD ECONÓMICA

LAS MEJORES EMPRESARIAS DE LA REGIÓN DE MURCIA

Los premios TELVA/Actualidad Económica a las Mujeres Empresarias de Murcia reconocen el trabajo y emprendimiento de tres mujeres excepcionales. De la mano de CaixaBank, los galardones se entregaron el pasado 1 de octubre en Murcia.

—Elena Flor.

Anabel Díaz, Miriam Fuertes y Teresa Olivares Lago han recibido sus premios en un acto que ha contado con la participación del presidente de la Región de Murcia, Fernando López Miras, quien destacó que “es imprescindible que haya espejos en los que mirarse. Es importante que muchas niñas y mujeres, en el momento de su vida en el que estén, tengan como referente el ejemplo de aquellas que son emprendedoras. La sociedad necesita líderes con principios”. Por su parte, Olga Ruiz, directora de TELVA, expresó que “es un privilegio conocer las experiencias, no sólo de las galardonadas, sino de otras muchas mujeres que lideran sus empresas en estos tiempos de grandes

transformaciones. Las premiadas en las diferentes ediciones han llegado donde están porque han tenido el coraje de ir a por el futuro con una magnífica hoja de ruta”, dijo. “De todas ellas y sus ejemplos profesionales, me gustaría destacar dos mensajes recurrentes: se levantan cada mañana con la idea de cómo ser útiles a sus compañías y ninguna quiere desaprovechar la ocasión de detectar y apoyar el talento femenino”.

El acto contó con la presencia del director de *El Mundo*, Joaquín Manso, el patrocinio de CaixaBank y el apoyo del Instituto de Fomento de la Región de Murcia, así como de numerosas autoridades y personalidades de la esfera política, económica y social de Murcia. **T**

UN JURADO DE PRESTIGIO



Antonio Garamendi,
Presidente de la CEOE.



María Benjumea,
Presidenta de Spain Startup.



Luis Carvajal,
Socio de Egon Zehnder.



Amparo Moraleda,
Miembro de los consejos de administración de CaixaBank, Airbus, Vodafone y Solvay.



Aurora Catá,
Presidenta de Barcelona Global.



Olga Ruiz,
Directora de TELVA.



Francisco Pascual,
Adjunto al Director de El Mundo.

LAS CATEGORÍAS

- Premio Mejor directiva Anabel Díaz, vicepresidenta Uber.
- Premio Mejor Trayectoria Empresarial. Miriam Fuertes, consejera Grupo Fuertes.
- Premio al Impacto Social. Teresa Olivares Lago, CEO de Tutete.

**PREMIO TELVA/AE
MEJOR TRAYECTORIA**

Miriam Fuertes

CONSEJERA GRUPO FUERTES

Dirige la rama inmobiliaria del Grupo Fuertes, cuya empresa más conocida es la cárnica El Pozo. Miriam Fuertes (Murcia, 1978) es consejera del Grupo Fuertes, un holding nacido en la posguerra española como una pequeña empresa familiar de la mano de su abuelo, con una tienda de embutidos, El Pozo Concejil, en Alhama de Murcia. Ahora factura cerca de 2.500 millones de euros y abarca desde la alimentación al sector inmobiliario a través de Profusa, cuya dirección ejecutiva ostenta ella. También preside la Cámara de Comercio de la Región de Murcia, la primera mujer en 125 años. El Pozo es la locomotora de la empresa, con una facturación de 1.800 millones de euros.



FOTO: ALBERTO DI LOLLI

**PREMIO TELVA/AE
MEJOR DIRECTIVA**

Anabel Díaz

VICEPRESIDENTA UBER

Anabel Díaz (Cartagena, 1974) es una de las mujeres españolas que más alto ha llegado en una empresa de la nueva economía. Tras dar el salto de Murcia a Amsterdam, de esta ingeniera informática depende el negocio de Uber en 30 países como vicepresidenta de Movilidad de la empresa en Europa, Oriente Medio y África. Antes lideró equipos en empresas como General Electric. ¿Su visión? Impulsar la presencia de las mujeres en puestos técnicos y directivos. También es la impulsora del programa Women at Uber que fomenta la promoción y la igualdad en todos los niveles de la compañía. Un ejemplo: en 2023 ha crecido un 60% el número de conductoras mujeres.



FOTO: ANTONIO HEREDIA

**PREMIO TELVA/AE
AL IMPACTO SOCIAL**

Teresa Olivares

CEO DE TUTETE

Tras estudiar Económicas en la Universidad de Murcia, Teresa Olivares Lago inició una exitosa trayectoria profesional en proyectos de consultoría en Dinamarca para marcas reconocidas como H&M. Tras esta etapa internacional, regresó a Murcia, donde trabajó como controller financiera hasta que su espíritu emprendedor le llevó a fundar su propio negocio: Tutete.com. La idea surgió de una experiencia personal, al cuidar a su sobrina y darse cuenta de la necesidad de personalizar chupetes. Tutete está presente en 1.500 puntos de venta físicos y cuenta con un equipo de 60 personas.



FOTO: ARABA PRESS

¿Qué significa ser Amigo?

Colabora, contribuye,
forma parte del Museo del Prado



Fundación Amigos Museo del Prado
www.amigosmuseoprado.org

cultura

“Los cambios estéticos que experimenta Ana, mi personaje, siempre van ligados a decisiones que toma y estados de ánimo”

cine

Iria del Río (Barcelona, 1987) es la actriz en la que siempre pensó Rodrigo Sorogoyen cuando escribía el guión de su nueva serie, *Los años nuevos*. Diez capítulos distribuidos en dos bloques que cuentan la relación de una pareja. Ana y Óscar (Francesco Carril) cumplen 30 años, ella el día de Año Nuevo, él el de Nochevieja y cada 31 el espectador asiste a un punto de inflexión. Iria, y posiblemente también Ana, es de esas personas que se plantea sus nuevos propósitos a partir de septiembre, aunque su mes fuerte parezca enero.





“Cada día de rodaje teníamos un mensaje por la noche de Rodrigo (Sorogoyen): hoy has trabajado muy bien, gracias por tu entrega. Y a la vez que te reafirmaba te mandaba otro: pero no te duermas que mañana tenemos esto...”



Iria con chaqueta de manga corta y vestido en punto de viscosa con estampado *Dior Bayadere Chevron*. Todo, colección cápsula *Miss Dior*, de Dior.

En la página anterior, la actriz con chaqueta y pantalón de algodón denim con estampado *Tie and Dior*, y bailarinas cruzadas. Todo, colección cápsula *Miss Dior*, de Dior.

Y nosotros que creíamos que nuestra relación era especial y que éramos únicos y distintos, resulta que estaban Ana y Óscar. Los protagonistas de *Los años nuevos*, la nueva serie de Rodrigo Sorogoyen (*As bestas*, *Antidisturbios*) trazan la evolución, rutina, TOCs, dudas, subidas y bajones de una historia de pareja, ni más ni menos tumultuosa y feliz, que la de cualquiera de nosotros. Ellos con sus cosas, que también son las nuestras. De ahí su éxito: lo fácil que es identificarse.

“Rodrigo, cuando ficha a un actor y no a otro, lo que está adquiriendo para ese personaje es un poco de lo que tú eres en esencia. Te da la libertad: despiégate. Así que Francesco Carril y yo nos hemos atrevido a intentar ser ellos: Óscar y Ana. Sorogoyen trabaja desde una autoexigencia muy alta que traslada al equipo, pero no entendida desde el miedo. Es incansable. No es impositivo. Cada día de rodaje teníamos un mensaje por la noche: hoy has trabajado muy bien, gracias por tu entrega. Y a la vez que te reafirmaba te mandaba otro: pero no te duermas que mañana tenemos esto... Navega entre el refuerzo positivo y la exigencia. Un equilibrio fino para que no te relajes, pero desde el disfrute”, recuerda Iria que conoció al director rodando *Antidisturbios* (2020). Fue Ana desde un principio, mientras Rodrigo escribía el guión ya pensaba en Iria, un nombre gallego, -como su padre-, en la cúspide de la interpretación nacional, del que todavía se extrañan cuando la llaman por Barcelona. El casting lo había superado sin saberlo, años atrás, algo lógico para un proyecto que juega con el espacio-tiempo. “Los castings de Rodrigo no son al uso, sino sesiones de trabajo. Normalmente te preparas una escena, vas allí, la haces y te vas a casa. Luego ya deliberan. Él, durante dos horas, prueba contigo cosas que no están en el guión, te da premisas fuera de lo que has preparado en tu casa o te coloca en situaciones inesperadas. Le da tiempo a ver qué hay detrás, quién eres”.

Un día, a las 7 de la mañana, “porque Rodrigo se levanta muy pronto”, Iria recibió una llamada suya para tomar un café. Ahí se despertó de golpe con los titulares de lo que pasaba en cada uno de los diez capítulos de *Los años nuevos*, un ¿estás disponible? y la consiguiente petición: “Entonces me tienes que ayudar a encontrar a Óscar”. Y juntos lo encontraron. “Aunque se trate de un personaje de ficción la con-

exión es real, no te la inventas. Fue muy fácil que me gustara Francesco Carril, y no lo digo en el sentido estricto de la palabra, no estoy insinuando que nos hayamos enamorado en la vida real; es que si te encanta la persona que tienes delante es fácil actuar, el amor”.

Durante el rodaje, a Iria le tocó moverse a dos velocidades, se hizo mayor en tiempo récord y cumplió diez años en seis meses escasos. Cada capítulo recoge un año en la relación de una pareja y en la cabecera siempre es un nuevo 31 de diciembre. “Esto no me ha dejado inmune, creo que ha sido una preparación muy positiva a nivel personal para lo que viene ahora: el envejecimiento de los padres o la pérdida de éstos, la posible maternidad... Muchas de estas cuestiones mi personaje las tuvo que vivir y las ha habitado, así que lo considero un entrenamiento”, dice. El cambio en su vestuario (el vaquero pitillo se transforma en una clásica camisa blanca) y en la estética (acabamos viendo una melena saneada a la fuerza, por el estrés de las idas y venidas propias de una relación no menos tumultuosa que las habituales) ayudan al desarrollo del papel. “Esas transformaciones en su look siempre están ligadas a decisiones que tienen que ver con el contexto y el estado de Ana”.

Estrenada el pasado mes de septiembre fuera de concurso en el Festival Internacional de Cine de Venecia, *Los años nuevos* confirmaba no ser una serie más creada para una plataforma, con una factura cinematográfica, el equipo se paseó por el Lido por derecho propio (Iria escogía tres trajes de Dior), como lo hicieron Angelina Jolie o Joaquin Phoenix. El proyecto es innovador y en La Biennale se proyectó como el perfecto híbrido entre cine y televisión, el *indie* y el éxito. “Rodrigo Sorogoyen ha encontrado, aunque no transite los mismos caminos en cada proyecto, una fórmula por la cual en sus películas aúna el cine de autor con una buena taquilla. Es un misterio y tiene que ver con hacer apuestas firmes por universos concretos. Me canso de ver series o películas ambientadas en contextos impersonales, casas de personajes que no sé muy bien qué poder adquisitivo tienen, a qué se dedican, qué gustos tienen. El de esta serie es tan concreto que, aunque no sea el tuyo como es-

Pequeñas / grandes decisiones

“Love Actually” <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> “Gremlins”
Uvas <input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Ositos de Haribo
Pijama <input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Lentejuelas
3 a.m. <input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 14 p.m.
La Navidad <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> Los cumpleaños
Brad Pitt <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> Louis Garrel
Rave en Berlín <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> Paella en el Mediterráneo
Finales felices <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> “Leyendas de pasión”
Cartas románticas <input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Audios muy largos
Años pares <input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Años impares
Chocolate con churros <input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Roscón de Reyes
Te quiero <input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/> Me gustas

pectador, te lo crees. La apuesta por lo concreto da sensación de verdad”, explica Iria sobre ese componente doméstico que planea sobre la imagen. Ana y Óscar podrían haber sido grabados por un objetivo indiscreto parecido al de la telerealidad. Como en todas las relaciones, la de Ana y Óscar cuenta con su particular banda sonora. A ellos, privilegiados, se la compuso un cantautor experto en las luces y las sombras del amor, Nacho Vegas (Sorogoyen le encargó la música original). “Hemos tenido una *playlist* interna y muchas canciones sonaban en el set de rodaje porque son parte del discurrir de la trama. Yo, que soy muy mitómana (Iria es fan de grupos como Big Thief o Adrienne Lenker), no paraba de aportar temas, como el que cierra: *Asilo*, de Mon Laferte. Me encanta la música. Seguramente si no me dedicara a ser actriz me gustaría dedicarme a algo relacionado con la música, pero no a tocar o cantar, sino a ayudar a bandas en su posicionamiento o en sus giras.” **T**

—Marta de la Calzada. Fotos: Enrique Escandell. Realiza: Raquel Mejías.

Maquillaje y peluquería: Mara Fervi Another Agency para Dior Beauty.

cine



Nicole liberada

La película que le dio a Nicole Kidman la prestigiosa Copa Volpi a la mejor interpretación femenina en la pasada Mostra de Venecia es un thriller erótico dirigido por la holandesa Halina Reijn, *Babygirl*. La actriz australiana da vida a una perfeccionista ejecutiva de Nueva York, madre de dos hijas adolescentes, casada con un director de teatro del Off-Broadway interpretado por Antonio Banderas. Su vida es aparentemente perfecta, pero la protagonista esconde oscuras fantasías de sumisión que desencadenan una trama que bebe de clásicos del género de los años ochenta como *Atracción fatal* o *Instinto básico*. "Espero que esta película sea liberadora, aunque, obviamente trata de sexo, también es de deseo, de pensamientos íntimos, de secretos, del matrimonio, de la verdad, del poder y del consentimiento", dijo Kidman en Venecia.

—Begoña Donat.



Oh, Canada. Richard Gere y Uma Thurman, dirigidos por Paul Schrader (*Afflicción*).



Vivir el momento. Drama romántico con Andrew Garfield y Florence Pugh.



Desmontando un elefante. Historia familiar con Emma Suárez y Natalia de Molina.



Lily-Rose Depp

De Chanel a Nosferatu.

La hija de Vanessa Paradis y Johnny Depp confirma su salto de la moda al cine con el estreno de la nueva versión de *Drácula*, dirigida por el oscuro Robert Eggers.

Con 15 años hizo su primera sesión de fotos con Karl Lagerfeld, la misma edad que tenía su madre Vanessa cuando el diseñador de Chanel la descubrió.

Mostrar que no es solo un apellido es la lucha confesa de Lily-Rose, que ha declarado: "Hay mucha gente que quiere verme fracasar, pero trabajo duro para demostrar que se equivocan".

—Begoña Donat.

documental



Sargent: Actitud y Estilo

El pintor estadounidense John Singer Sargent fue el retratista más prestigioso y cotizado del siglo XIX, el preferido por aristócratas y magnates. Él inventó e impulsó una manera de mostrar la estética y la moda, que le convirtieron en el artista que marcó el estilo de la época, no exento de escándalos (como el que provocó con su *Retrato de Madame X*, ahora expuesto en el MET de Nueva York). Este documental indaga en su genio artístico y su influencia en el mundo de la moda y la estética.

arte



La mirada de Barceló

“Pintar, nadar, leer... hago eso desde que tengo uso de memoria”, confiesa Miquel Barceló en un espléndido libro que es a la vez un diario de confesiones, un relato de memorias y un álbum de dibujos y fotografías que plasman su vida y su relación con el arte. Asegura Barceló que tanto la pintura, como la lectura, como escribir, como el amor, requieren de tiempo, y siente que ahora, a los 67 años, tiene la perspectiva necesaria para hacer un balance de lo vivido y lo hecho. En una magnífica edición de Galaxia Gutenberg, este libro es un documento imprescindible para viajar al universo del artista y para cualquier curioso del arte y la creación.



Descubriendo a Gastón Lisak

Gastón Lisak es un artista conceptual de Barcelona apasionado de la arqueología. Su propuesta estética fue la más destacada de la segunda edición del prestigioso evento ADN Fórum, que reúne en la plaza de Colón de Madrid las propuestas más innovadoras en diseño y arte instalativo. La mirada artística de Gastón se nutre de sus viajes y sus exploraciones por rastros y chamarilerías de medio mundo. “Los objetos nos cuentan historias. Creo en la memoria de las cosas que nos rodean, ya sea una talla africana, una pieza de un friso romano o la rueda de una bicicleta”, dice. Lisak recoge estos elementos físicos de todo tipo y los transforma en arte a través de un proceso industrial donde entra en juego el tratamiento virtual y la crítica social. En su última propuesta, realizada en el espacio TELVA dentro de ADN Fórum, Lisak expuso varios objetos: bustos y jarrones recuperados de tiendas y anticuarios que intervino con técnica digital para cargarles de un simbolismo artístico que no poseían. “Sobre todo me interesa el mensaje educativo del arte: ¿cómo formamos nuestra mirada? ¿qué es lo bello y qué es lo raro? ¿qué marca el valor artístico de un objeto?”, dice.

El artista Gastón Lisak, en su estudio de Barcelona. Las piezas de su serie *Arqueología mundana* se han expuesto en el MEAM de Barcelona, By Invitation, en el Círculo Ecuestre, y en ADN Fórum.

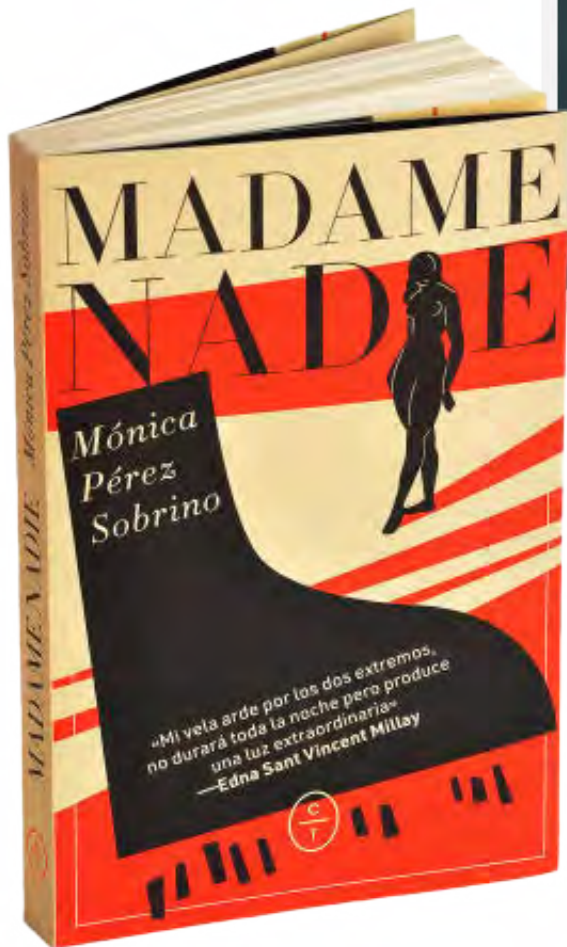
—César Suárez

I.CO.N.[®]

my choice

A la venta en iconcaso.com, salones I.CO.N. y tiendas online asociadas.

 iconproducts.com



Entre el amor y la adicción

Para titular su impactante primera novela, la periodista Mónica Pérez Sobrino se acordó del nombre con el que Marilyn Monroe solía reservar habitación en los hoteles donde se alojaba: Madame Nadie. Daniela es una exitosa publicista que inicia una apasionada y luego tormentosa relación con Hugo, un pianista que cada noche antes de dormir escucha la *Suite* número 3 de Bach, y que a raíz de las secuelas de un accidente se vuelve adicto a los opiáceos. “En 2017, cuando aquí aún no se hablaba de la epidemia de adictos a los opiáceos en Estados Unidos, yo tuve un caso muy cercano -explica Pérez Sobrino-. Por entonces no entendía cómo una inofensiva receta médica podía derivar en una crisis que ha destruido más de medio millón de vidas en los últimos 20 años. Así que me puse a investigar y surgió la novela”.

Alrededor de la historia de amor de Daniela y Hugo, orbita una heterodoxa banda sonora (de Chopin a Nina Simone y The Strokes) y ecos literarios de la relación de Scott Fitzgerald y Zelda.

—César Suárez.



Un cierto misterio

Un estuche muy especial que recoge tres de las novelas de la escritora británica de misterio Agatha Christie que han sido llevadas al cine: *Asesinato en el Orient Express*, *Muerte en el Nilo* y *Las manzanas* (en la que se inspira *Misterio en Venecia*, la última gran película de Kenneth Branagh). Por su bonita edición es un regalo perfecto para cinéfilos algo retro y para aficionados al género noir.

NOVEDADES EDITORIALES



1. La conquista de Perú por Francisco Pizarro y sus hombres, y el derrumbe del imperio inca, una aventura azarosa y brutal, contada por el laureado autor francés Eric Vuillard.

2. Errollyn Wallen fue la primera compositora negra en presentar su trabajo en el ciclo de conciertos del BBC Proms. El libro autobiográfico relata su difícil infancia en Belice y sus muchos logros en la música.

3. En su primera novela, María de la Luz del Prado retrata a dos generaciones de mujeres que buscan el amor lejos del ámbito que se les suponía.

4. Mientras España se desangra en la guerra civil, la niña Titita descubre el jardín de la villa donde vive con su familia, en Mallorca, donde la libertad que disfruta contrasta con la severidad del ambiente.

5. La madre y la esposa de Hanaoka Seish (Japón, 1760-1835), el primer médico en realizar una cirugía con anestesia general, compiten por su atención, hasta el punto de que se ofrecen como conejillos de indias de sus experimentos.

6. Sesenta y nueve crónicas inéditas sobre la vida inglesa desde 1910 en un libro del periodista gallego Julio Camba, en las que saca su lado más socarrón y agudo.

MONEGAL

GUARDIANS OF PERFUME SINCE 1916



Un crimen en la alta sociedad

“Ahora me lanzo a la ficción, nada de biografía”, dice NIEVES HERRERO. En su nueva novela, *Luna roja*, nos lleva al Madrid de los años 50 de la mano de una periodista de moda que investiga el asesinato de una marquesa.

—César Suárez. Foto: Antón Goiri.



Margarita Landi (1918-2004) fue una periodista española pionera en la información de alta costura y sociedad, y una de las primeras en especializarse en el género de sucesos. Tras la Guerra Civil, quedó viuda con un niño de cuatro años en el Madrid de los años 40. Más tarde se incorporó al diario *El Caso*, se integró en un grupo de la Brigada de Investigación Criminal, donde era conocida como “subinspector Pedrito”, y era la primera en aparecer para relatar la escena de un crimen. Se convirtió en una reportera estrella, se compró un descapotable deportivo, llevaba una pistola y una cámara espía en el bolso, fumaba en pipa y acudía a los funerales con un velo para enterarse de todo. “Fíjate en el que más lllore, ese es el asesino”, le dijo a Nieves Herrero cuando, siendo estudiante de Periodismo, la entrevistó para la revista *Tele Radio*. En Landi está inspirada la protagonista de la nueva novela de Herrero,

Luna roja, cuyo arranque es una de las frases con las que Landi captaba la atención de sus lectores y espectadores: “Cuando la luna esté llena y observen un halo rojo en su interior, tengan por seguro que esa noche se va a cometer un terrible crimen”.

Te has decidido a dar el salto de la novela histórica a la pura ficción, ¿por qué?

He hecho muchísimas entrevistas a largo de mi carrera, y muchas personas, conocidas o anónimas, se han quedado en mi retina. Guardo sus historias en un cajón y me digo: “Algún día tiraré del hilo para escribir una novela”. Recuerdo que Antonio Mercero, padre, el cineasta, me preguntaba de

vez en cuando: “Nieves, ¿no tendrás por ahí alguna historia que me pueda interesar?”. Margarita Landi me impactó desde que la conocí, y llegó el momento de convertirla en un personaje. Me gustaría ir conquistando poco a poco la libertad para escribir, hacer ficción, no tener que ceñirme exclusivamente a la vida de un personaje histórico, como hice con la vida de la reina Victoria Eugenia de Battemberg, o con la de la Carmen Thyssen.

Tu novela se desarrolla en el Madrid de 1954, ¿por qué eliges ese escenario?

Porque es una época fascinante, llena de contrastes. España comienza a abrirse un poquito al exterior, se fir-

“A finales de los años 70, se necesitaban periodistas que quisieran ir a los mítines, porque solía haber palos, y yo iba allí con mi libretita oculta. Mi madre averiguaba dónde tenía las entrevistas y ¡se presentaba allí para vigilarme!”

man los Pactos de Madrid y se empieza a recibir la “ayuda americana”. La pobreza de la sociedad convive con las fiestas de alto copete. Las estrellas como Ava Gardner, que aparece en mi novela, los agentes de Franco y los espías extranjeros se pasean por este hotel Intercontinental donde estamos, que por entonces era el Castellana Hilton. También introduzco como personajes a Cayetana de Alba, que acaba de llegar de Londres con otras costumbres y otra forma de pensar, o a Aline Griffith, condesa de Romanones, que me contó cómo era su trabajo para el Servicio de Inteligencia de Estados Unidos, a diseñadores como Balenciaga o Pertegaz... La protagonista de *Luna roja* es la joven Margot Sanz Peters, que pertenece a una familia de diplomáticos, se ha formado en Inglaterra como periodista de moda, y en Madrid se ve involucrada en una investigación criminal con un comisario de policía.

Llevas más de cuarenta años de actividad periodística, ¿no piensas parar?

La curiosidad por los demás va conmigo desde que tengo uso de razón, desde que empecé a publicar en *La Hoja del Lunes* con 17 años. Jamás he parado. Cuando estudiaba Periodismo, José María Íñigo me dijo que necesitaba un redactor jefe para una revista de aviones. Sin tener ni idea de aeronáutica, fui a entrevistar al presidente de Construcciones Aeronáuticas S.A. Me aficioné a la aviación y, fíjate lo que son las cosas, después cogí miedo a volar. Empecé a trabajar también en la revista de RTVE, *Tele Radio*, y con Tico Medina, por la noche, a la vez que estudiaba... Dormía muy poco y me dio un jamacuco. Mis hijas me riñen: “¿Es que no sabes bajar el ritmo?”. La verdad es que no sé aburrirme. Si no tengo alguna actividad pendiente, me la invento. El periodismo es una pasión, si no fuera así, no le dedicaría tanto tiempo.

¿El periodismo te viene de familia?

¡Para nada! Mi padre era abogado y mi

madre maestra. Querían que yo fuera médico y desde pequeña me regalaban en Reyes un maletín de doctor de juguete. Tuve una profesora que no se creía que yo escribiera las redacciones que me encargaba. Incluso llamó a mi padre para comprobarlo. Ella fue la primera que me dijo que tenía que dedicarme a escribir. Me gustaba mucho Carmen Sarmiento, una periodista

allí, esperé cuatro horas hasta que me recibió el director y no le llevé tres ideas, sino cien. La primera vez que mi padre vio mi firma en el periódico se quedó impactado, dijo: “Nieves, entonces esto va en serio”... Por entonces, a finales de los años 70, necesitaban periodistas que quisieran ir a los mítines, porque solía haber palos y yo me presentaba allí con mi libretita oculta. Mi madre averiguaba dónde tenía las entrevistas y ¡se presentaba allí para vigilarme!

¿Hay algo que no te interese?

¡Bu! tendría que pensarlo mucho! Me gusta el mundo del arte, todo lo que tenga que ver con el deporte, la música y los cantantes, la salud, la nutrición, la política... ¿Sabes que fui la primera que entrevisté a Felipe González tras ganar las elecciones del 82? Ese mismo año entrevisté al Papa Juan Pablo II cuando vino a España: es la persona que más me ha impactado conocer. También me fascina el mundo del Derecho. Hace quince años me hice abogada aunque no ejerzo. Me gusta nadar, practicar artes marciales, y la literatura, claro. Me marcó Unamuno cuando lo leí de joven. Ahora releo esos libros que tengo subrayados, sobre todo *La tía Tula*.

Hace poco dijiste que en 2024 cambió tu visión de la vida.

Falleció mi amigo del alma, Constantino Mediavilla, con solo 63 años. Nos dio una lección de vida porque pasó los últimos ocho peleando contra el cáncer. Lo que me pasa es que no comprendo la muerte. Se dice que la vida tiene sentido porque hay muerte. Pero yo no lo entiendo. ¡La vida se esfuma! Se han ido mis padres y muchos seres queridos, pero sigo sin entender por qué. La idea de que de pronto todo puede acabarse es lo que me impulsa a salir a disfrutar de la naturaleza, de los amigos, a visitar una exposición aunque haga un día de perros... Jamás me verás tumbada en el sofá. **T**

Maquillaje y peluquería: Yohana Rojas (NS Management) para L'Oreal.

Pequeñas / grandes elecciones

- | | |
|--|---|
| Televisión <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> Radio |
| Atrevida <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> Prudente |
| Impaciente <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Despistada |
| Hércules Poirot <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> Sherlock Holmes |
| Besugo <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Chuletón |
| George Clooney <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> Paul Newman |
| Concha Velasco <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Sophia Loren |
| Virginia Woolf <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> Carmen Laforet |
| Pasodoble <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> Bachata |
| Ser invisible <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> Poder volar |

que siempre estaba en el Tercer Mundo. Así que escribí a la Cruz Roja y les dije que si necesitaban voluntarios, contarán conmigo. Pensé que nunca había recibido respuesta, pero más tarde mi madre me confesó que las cartas que llegaban de la Cruz Roja las rompía, porque sabía que era capaz de irme a cualquier parte. Yo no tenía ninguna llave, no conocía a nadie, pero le echaba valor y me buscaba la vida. Un día fui a TVE a preguntar por Lalo Azcona. Él me animó a ir a *La Hoja del Lunes* con tres ideas. Me planté



Solo ante las Meninas

Este es el trato: JOHN BANVILLE vivirá en Madrid con una “llave maestra” de libre acceso al Museo del Prado. Después, deberá contarlo en un texto literario. La Fundación Loewe ha propuesto al autor “escribir El Prado”. Nos encontramos con el Premio Príncipe de Asturias de las Letras, ¿o deberíamos decir con Benjamin Black?, en la pinacoteca que visitó por primera vez hace seis décadas y donde ahora busca una idea.

—Marta de la Calzada. Fotos: Uxío Da Vila.



John Banville posa para TELVA en el claustro de Los Jerónimos, en el Museo del Prado.

Q

uiero empezar con una confesión: lo hice”. Delatándose a la primera, así funciona el escritor irlandés John Banville (1945) ante la entrevista, como si eso fuera a librarle de recibir más preguntas.

Domina la jerga policial, pues lleva años alternando la prosa, que en 2014 le convirtió

en Premio Príncipe de Asturias de las Letras, con la novela negra bajo el pseudónimo de Benjamin Black. Le ha tocado al novelista ser por unos días el personaje principal.

A Madrid le ha traído una invitación (una iniciativa financiada por la Fundación Loewe) que no ha dudado en aceptar: fijará aquí su residencia durante un mes con un *pase* de libre acceso al Museo del Prado y, a cambio de la libertad de relacionarse con la galería a su antojo, entregará posteriormente un libro vinculado a su experiencia.

El entorno no le es ajeno. “La primera vez que visité El Prado fue en 1964, he vuelto varias veces desde entonces y no dejan de sorprenderme los cuadros de Velázquez, siempre me acabo fijando en los perros que salen en el fondo, porque me parece que están ahí para darle humanidad a la composición. Creo que Velázquez es uno de los más grandes pintores. Él y Piero della Francesca son mis dos grandes héroes artísticos. *Las Meninas*, es una obra extraordinaria, para mí una de las más grandes obras de arte del mundo. Con Goya tengo un problema: me resulta aterrador, pero hay que enfrentarse a él. No lo digo por complacer: creo que El Prado es el mejor museo del mundo y me gusta porque es manejable. Vas al Louvre y piensas, ¡esto son tres meses!, para entonces ya estoy agotado. No hay necesidad de verlo todo de un museo. Cuando voy a la National Gallery de Londres me centro en cinco obras, aunque siempre me acaba cazando alguna que me sorprende, pero ¡no quiero verlo todo en los museos! Durante mi primera visita a El Prado le pedí a mis editores entrar en las salas por la mañana antes de que abrieran al público, y me vi solo ante *Las Meninas* y pensé: esto no ha sido una buena idea, necesito público a mi alrededor. Las obras de arte contienen algo aterrador, y enfrentarse a ellas en solitario no me parece en absoluto una experiencia que dé tranquilidad. Nunca entenderé a esos millonarios que se encaprichan con un Van Gogh y deciden colgarlo en su salón. ¡Yo no podría convivir con un Van Gogh!”

Desde que visitó la ciudad por primera vez ha cambiado todo tanto como la forma en que el público mira el arte, un cambio sociológico y un comportamiento que entien-

“Velázquez y Piero della Francesca son mis dos grandes héroes artísticos y Las Meninas es una obra extraordinaria. Con Goya tengo un problema: me resulta aterrador, pero hay que enfrentarse a él.”



de aún menos que a quienes pujan por un Munch. “Un amigo mío tiene a su novia en Taiwan y, en Londres, la llevó a la National Gallery. Ella se pasó tres horas fotografiando cada cuadro, obsesionada por recoger en su teléfono móvil el museo entero, sin reparar en lo que tenía enfrente. Esa actitud la rechazo. Lo que quizá no sepa es que la obra de arte nunca va a mostrarse a ti en su totalidad, tendrás que volver y mirarla de nuevo con otros ojos. Yo mismo vuelvo una y otra vez a ver *Las Meninas* y es casi como una peregrinación religiosa”.

¿Qué lee un Premio Príncipe de Asturias? “A mi edad ya solo releo, pero los *Escritos completos sobre Velázquez*, de Jonathan Brown es un libro que recomiendo a cualquiera que le interese la frase perfecta, el lenguaje, y no solo el arte”.

John Banville tenía 13 años cuando su hermana le regaló *Dublineses*, de James Joyce, y al acabarlo decidió que sería escritor: “Empecé escribiendo en la Remington de mi tía, soy ese tipo de escritor que necesita estar sentado a su mesa, mirando la misma pared blanca de siempre. En Madrid tengo demasiadas tentaciones y sé que no podré ponerme a escribir hasta mi vuelta. Estoy pasando dema-

siado tiempo en la cafetería”, bromea. “Escribiré por las mañanas y pasaré las tardes en el museo. Estoy deseando ir a los talleres de restauración y ver cómo funciona todo detrás de las cámaras. Esa es una de las razones principales por las que estoy aquí, porque me encantaría ver cómo funciona, de verdad, un museo”. Si Antonio Muñoz Molina cuenta con sus *Rondas del Prado*; Eugenio d’Ors, que en 1920 fijó su residencia en Madrid, firma *Tres horas en el Museo del Prado*, una guía imprescindible para la visita a un museo, y Philippe Lançon encontró inspiración en esta pinacoteca, le toca ahora a Banville coger el testigo y hacer acopio de material narrativo. El texto tendrá que esperar, pero la idea cree ya tenerla. “Una persona visita El Prado y mil ojos observan. Los ojos de los visitantes, del guardia de sala, de las mujeres de los cuadros de Rubens..., y se obsesiona con la idea de que le han reconocido y él no quiere ser reconocido, se vuelve paranoico”. Qué estilo seguirá, el intimista de Banville o su alter ego, Benjamin Black, solo John lo sabe. “Hasta lo que yo sé, el Banville que está aquí no es el que se sienta a escribir, en ese momento me siento poseído por otro, y no estoy hablando en términos místicos. Yo me quedo al margen, limándome las uñas. En lo que atañe a Benjamin Black, el problema es que lo hice desaparecer, lo maté hace tres o cuatro libros. Mi intención como escritor es acabar poniendo en el mundo algo que antes no existía, y hacerlo con la palabra. Cuando los

Ruta para “escribir El Prado”



EL PERRO EN LAS MENINAS

Velázquez es también un artista de referencia para otro irlandés de éxito, J.W.Anderson (Irlanda del Norte, 1984), director creativo de Loewe cuya fundación impulsa este proyecto. “El museo alberga muchas de mis pinturas favoritas, algunas de las cuales han inspirado diseños de pasadas colecciones de pasarela, como *Las Meninas* de Velázquez”, confirma. John Banville, por su parte, busca al perro en sus lienzos “entendida como parte humana de la composición”.

EL AUTORRETRATO

Francisco de Goya plasma su propia imagen con 70 años en este óleo de 1815. “Tengo un problema con Goya y no es que haya leído que técnicamente no es el mejor de los pintores, es que me resulta aterrador, pero la fuerza de su obra es extraordinaria”, dice Banville.



LA MUJER

Pedro Pablo Rubens.
El Museo del Prado posee una de las mayores colecciones de pinturas de Rubens. Las mujeres representadas en *Las tres Gracias* (s. XVII) seguirán con su mirada al personaje de una idea de libro, todavía embrionaria, de John Banville. “Cada vez que veo una obra en este museo es una primera vez. Me ocurre lo mismo con la poesía y con la prosa de Nabókov”, asegura el escritor.



“Estuve aquí exactamente hace 3 años con mi mujer, durante una semana, y cinco semanas después ella murió. A cualquier lugar al que vaya en esta ciudad me acompaña su fantasma. Ella se ríe de mí y se mete conmigo, como hacía cuando vivía. Es un placer estar con ella”

escritores jóvenes me piden consejos soy reacio a darlos, no me gustan los discursos. Les digo: capta el objeto, agárralo, y las palabras caerán. Como escritor veo al ser humano como figura en un paisaje que no domina, y éste es más interesante que la figura. Los hombres tenemos la creencia de que somos los señores de la creación, que podemos hacer lo que queramos, incluso destruir el mundo porque somos pequeños dioses. Estoy más interesado, cuando escribo, en la luz que estoy describiendo, en los objetos inanimados, por la razón fundamental de que nunca podré saber nada sobre el ser humano: lo veo en superficie, lo que elige presentarme, somos una serie de poses. Como dice el filósofo Nietzsche, en las superficies es donde está la verdadera profundidad. Y creo que es cierto. Los artistas somos caníbales. Recuerdo una fuerte discusión que tuve con mi mujer en la que me decía la persona terrible que era. Cuando acabó le dije: ¿puedo usar todo esto para mi libro? Me contestó: eres aún más monstruoso de lo que pensaba. Vale, insistí, ¿pero puedo incluirlo? Quiero hacer una obra de arte con el único material del que dispongo: los seres humanos”.

Cuando era un adolescente Banville quiso ser pintor, el resultado fue tan funesto que a día de hoy todavía intenta recomprar a sus familiares esos lienzos infantiles. “Como pintor era demasiado pretencioso, también muy joven, pero la pintura me interesa como forma de expresión. Siempre pongo este ejemplo: pensemos en la pintura roja. La esparces con un pincel sobre el lienzo y ya está. Pero la palabra ‘rojo’ no significa rojo.”, razona. Parece que en El Prado todo tuviera que ser grande, pero, de repente está el pequeño bodegón, parecido a los que Banville describe en sus libros. Con su extraordinario nivel de detalle hace que un sombrero tarde un párrafo en dejarse caer sobre la mesa, un chaleco de cricket varias líneas en describirse o que el color de los guantes termine por ser más determinante que las huellas. Afortunadamente, el mundo aún le depara sorpresas y “acaba atrapando mi atención una obra menor, de algún artista alemán que no tiene que ser Rubens o Velázquez, del que otros pasan de largo pero que a mí me dice algo. El error es pensar que la naturaleza muerta es estática. No hay personas, pero algo ha ocurrido”.

En su libro *Las singularidades* (2023) Freddie Montgomery acaba de salir de prisión y bajo el pseudónimo de Felix Mordaunt intenta empezar una vida desde cero. En *Imposturas* (2002), “Axel Vander, anciano dandi de las letras, no es el hombre que aparenta ser”. John Banville sabe bien jugar a la multiplicidad de identidades, él mismo es un misterio, especialmente estos días en que pasea por Madrid lejos de su conocida rutina en Dublín. Aquí, que puede ser otro, quienquiera, más allá de un

escritor relevante, no por ello se siente más libre. “Mi problema es que no disfruto de mi propia compañía, no soy muy amable conmigo mismo. Estuve aquí exactamente hace 3 años con mi mujer, durante una semana, y cinco semanas después ella murió. A cualquier lugar al que vaya en esta ciudad me acompaña su fantasma. Ella se ríe de mí y se mete conmigo, como hacía cuando vivía. Es un placer estar con ella. En esa semana recuerdo que nos alojamos en un hotel en la Gran Vía, y ayer fui caminando por esa calle y pensé, no, no me apetece. Así que me volví a la zona del museo, vivo en un pequeño apartamento en el barrio de los Jerónimos donde no hay turistas. Me recuerda al confinamiento, para mí no fue diferente a mi rutina: encerrado en mi habitación escribiendo. Las secuelas del Covid, especialmente entre la gente joven, son más traumáticas de lo que se habla. ¡Tenían sus vidas, las estaban empezando!”.

Todas las preguntas son demasiado pronto para John Banville, que merodea por las salas armado con llave maestra, en busca de ese “material humano” que en unos meses se haga libro. “El problema es que la novela no tiene nada que ver con la vida real, porque sigue una estructura perfecta: tiene un comienzo, un nudo y un desenlace. Nosotros no experimentamos el día de nuestro nacimiento ni el de nuestra muerte, solo tenemos la incoherencia de en medio. Pero a pesar de todo, ves a Madame Bovary y te parece conocerla mejor que a un desconocido que pasa por delante. ¿Dónde reside el truco?”.

1

Otros visitantes

Antes de Banville fueron escritores en residencia John M. Coetzee y Chloe Aridjis. Su experiencia ya está publicada.



John M. Coetzee.
La estancia del Premio Nobel en el museo tuvo lugar entre finales de junio y mediados de julio de 2023. Concluyó con *El vigilante de sala*.



Chloe Aridjis.
El nivel del aire es el segundo libro de la colección tras *El vigilante de sala*. La estadounidense ya había situado una de sus obras en la National Gallery.

"Nobel cercano
si hay justicia", dijo de
él Rodrigo Fresán.
Aquí, durante
la entrevista, cuando
el museo era todavía su
centro de actividad.



moda

PIEZAS DE CAMBIO

Un fondo de armario no se concibe sin neutros, pero ya no exige la enumeración tradicional: trench, blazer, jeans... Hay tantos como mujeres.

—Realiza: Cristina G. Vivanco. Fotos: Jonathan Segade.



Minivestido con leggins,
zapatos de cordones
con bolso de leopardo
y llavero de Drácula.
Total look, Prada.

En la otra página, total
look, Dolce & Gabbana.



Chaqueta de tweed y vaquero, Chanel; camisa, Persona por Marina Rinaldi; corbata de piel, Marina Rinaldi; chaleco de punto, Ganni, y minibolso de piel y pendientes, Chanel.



Vestido de seda
y botines, Ferragamo;
medias, Calzedonia;
pendientes, Thomas
Sabo; gargantilla de oro,
Aristocrazy, y collar
con cordón de caucho,
y colgante de oro,
Carolina Amigó.



Traje, Emporio Armani;
zapatos de salón, Jimmy Choo;
bolso de piel, Aquazzura y
pendientes, Thomas Sabo.



Vestido de seda,
sandalias y medias,
Balenciaga. Pendientes,
Aquazzura.



EN 1985
DONNA KARAN
LANZÓ SU
COLECCIÓN
*SEVEN EASY
PIECES.*
UN ARMARIO
COMPLETO
COMPUESTO
POR 7
PRENDAS
BÁSICAS



Chaqueta, corsé de tartán y jersey, Dior.
Brazalete, Dior Joaillerie
y falda de piel,
Marina Rinaldi.

En la otra pág., abrigo,
cinturón, jersey y
pantalón. Todo, Max
Mara. Sudadera, Celine,





Capa y shorts de ante,
blusa con
lazo y bailarinas.
Todo, Gucci.

En la otra pág., total
look, Bottega Veneta.



Chaqueta con capucha, Celine; sobre cárdigan gris y camiseta de tirantes, Guess Jeans; pantalones de sastre, Guess Marciano; collar, Versace; reloj, Longines; anillos, Carolina Amigó y pulsera, UNO de 50.



Polo verde con boxer,
bermudas cargo de
satén y cinturón de piel,
N°21. Botas altas,
Jimmy Choo.

*Maquillaje y peluquería: Ricardo Calero (Uno Artists)
para Salón 44, Chanel y Oribe. Modelo: Smilla Herbst (Line-Up
Model Management). Ayudante de estilismo: Elena Lazo.*

monica bellucci

Ha rodado con directores como Coppola, Tornatore, Sam Mendes o Tim Burton, y está orgullosa de “esa combinación de grandes producciones y películas de autor”. Ahora la icónica actriz brilla como embajadora de Cartier y habla con devoción de su querida Maria Callas, a quien ha interpretado en el teatro durante una gira que veremos en el documental *Maria Callas: Cartas y memorias*.





Vestido gris de punto
Dolce & Gabbana.
Collar de Alta Joyería
Cocodrilo realizado
en oro blanco
con esmeraldas
y diamantes, Cartier.

En la otra página, top
de tul, mitones negros
y pañuelo a modo
de falda, todo Cortana.
Zapatos salón negros,
Christian Louboutin.





x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

byneon
Neon147

byneon
Neon147

Vestido corsé rosa,
Jean Paul Gaultier sobre
top de tul, Cortana.

En la otra página, anillo
Panthère realizado
en oro blanco con ónix
y diamantes, Cartier.

ENLACE AL CANAL

x.com/byneontelegam

Descárgalo al código QR





“La fascinación de la belleza no perdura. Envejecer significa también ganar una mayor perspectiva sobre la vida, y eso es muy gratificante”



Vestido negro de muselina, Saint Laurent y zapatos salón negros, Christian Louboutin. Pendientes de Alta Joyería realizados en oro blanco con espinelas rosas, calcedonias y diamantes, Cartier.



Vestido de plumeti
y seda, Louis Vuitton
y zapatos salón, Christian
Louboutin. Collar de Alta
Joyería realizado en oro
blanco con turmalinas
de color verde azulado
talla cojín, turmalinas
rosas, granates
mandarina y diamantes
talla baguette
y brillante, Cartier.

“Cuando me propusieron interpretar a Maria Callas en el teatro, me aterroricé. Pero poco a poco conecté con su vulnerabilidad, con la intensidad de su corazón. Pude tocar su alma”



Vestido túnica, Gucci
y anillo *Panthère*
realizado en oro
blanco con ónix
y diamantes, Cartier.



Anillo *Panthère*
realizado en oro
blanco con ónix y
diamantes, Cartier.



the end

Realiza Alicia Chapa

Fotos Jesús Isnard

Producción Otilia Rodríguez Delclaux

Maquillaje Letizia Carnevale
para Charlotte Tilbury.

Peluquería John Nollet para
Maison de Beauté Carita
(11 rue Faubourg Saint
Honoré Paris)
Ayudante: Pierrick Sellenet.

Manicura Magali Sanzey
@ Majeure Prod.

Estudio FORTY-ONE Studio Paris

Ayudante de estilismo MJ Molina

Ayudante digital María Conde



Vestido negro de muselina, Saint Laurent y pendientes de Alta Joyería realizados en oro blanco con espinelas rosas, calcedonias y diamantes, Cartier.

m

artes. Es el día anterior a mi encuentro con Monica Bellucci en París. Almuerzo con una amiga uruguaya. Me dice que su padre ama a la actriz y tiene en su casa de Montevideo varios álbumes con recortes y fotografías. Le digo que le pregunte qué le diría a su musa si la tuviera delante, una posible pista para encaminar la entrevista. Al poco, llega un audio del papá con su encantador acento rioplatense alargando las vocales. No es de mucha ayuda, pero resulta revelador: “No sabría qué preguntarle, simplemente le diría que la adoro”. Me pregunto cómo será vivir cuando sabes que tu presencia provoca una fascinación tal en los demás que les deja sin palabras.

La cita es en el salón Saint-Germain, donde estuvo el invernadero del lujoso hotel Lutetia que Madame Boucicaut, propietaria de los almacenes Le Bon Marché, mandó construir a principios del siglo XX para que se alojaran sus clientes de provincias cuando venían de compras. El imponente edificio de aire modernista destaca entre el resto de las fachadas del Bulevar Raspail que atraviesa Montparnasse. El techo de cristal del salón está decorado con unos incomprensibles dibujos de colores del artista Fabrice Hyber, que tiñen de reflejos fucsias y añiles las cabezas de quienes se sitúan debajo. Me siento a esperar en un discreto sillón a resguardo del festival de colores, cerca de la puerta de acceso, suponiendo que un agente de Bellucci, quizá un séquito, anticipará su llegada. A la hora convenida, la actriz aparece sola, vestida con un traje de chaqueta negro y una blusa blanca, sin intermediarios. Guarda sus gafas oscuras y otea el local con esa pausa que exige la elegancia. Antes de que la camarera le asigne un sitio, me presento, nos saludamos y acordamos sentarnos en una mesa lo más alejada posible del rumor de las conversaciones. Café con leche para ella; café solo para mí.

Han pasado treinta y cinco años desde que esta mujer comenzó a llamar la atención siendo una adolescente que viajaba de su pueblo natal, Città di Castello (cerca de Florencia), a Milán y París para abrirse camino en el mundo de la moda. De cerca, observo el paso del tiempo sobre el idolatrado óvalo de su rostro de belleza etrusca. Aunque no lo endulza, remueve su café distraídamente con una cucharilla mientras me pregunta dónde vivo, si tendré tiempo para pasear por París antes de mi regreso. Su elegancia es sencilla, sugerente, como quien pasa sin prisa por un lugar donde ya ha estado. Nada de solemnidades de diva. En el dedo anular de su mano derecha lleva un anillo con mínimos elementos punzantes que luego identificaré como un ejemplar de la colección Clash de Cartier. Es ella la que,

sin petición previa, comienza a relatar algunos momentos de su vida a modo de incitación a la charla.

“Comencé a trabajar muy joven. Hacía una sesión de fotos y después volvía al instituto. Luego empecé a estudiar Derecho en la universidad de Perugia. Mis padres siempre me dejaron libertad para que yo eligiera. Eso es muy importante, ¿sabes? Mientras estudiaba, veía varias películas al día de los grandes directores italianos, Fellini, Visconti, Rossellini, Vittorio de Sica... Estaba impactada por *Rocco y sus hermanos*, *La dolce vita*, *Teorema*, de Pasolini... Quería ser como una de aquellas increíbles actrices italianas. Soñaba con ser actriz y no paré hasta lograrlo, así que puedes decir que soy un producto de aquel sueño. A lo largo de mi carrera he rodado con Coppola, Tornatore, Sam Mendes, Kusturica, Tim Burton... He tenido la oportunidad de formar parte de grandes producciones y de películas de autor, y me siento muy agradecida por ello”.

En su última película, *Bitelchús Bitelchús*, hay una divertida escena en la que interpreta a Delores, “una superviviente peligrosa”, según ella, que recompone los fragmentos de su cara y su cuerpo para vengarse. “Este oficio me sigue dando la posibilidad de explorar lo que soy y lo que siento. Siempre he intentado hacer solo las cosas que sentía profundamente. Al principio no fue fácil hacerme un lugar en este mundo. Ser actriz me ha ayudado a conocerme mejor como persona, a buscar dentro y fuera de mí. Una carrera es un rompecabezas de películas donde cada paso influye en el siguiente. No es algo lineal. He dado vida a muchos tipos de mujeres. Pienso en *Malèna*, en la Persephone de *Matrix*, o en la María Magdalena de *La Pasión de Cristo*... Delores simboliza una metáfora de la vida: todos tenemos cicatrices emocionales que sanar. La vida consiste en aprender a recomponernos. Ahora las actrices tenemos la oportunidad de hacer carreras más largas, y eso es hermoso. Las cosas están cambiando. Hay más directoras, más escritoras de guiones, más variedad de papeles para actrices de diversas edades. La igualdad aún llevará mucho tiempo, pero pienso que esto es un buen comienzo”.

Si hay un rol femenino con el que Bellucci se identifica especialmente es con el de su admirada María Callas, a quien ha interpretado en la obra de teatro *María Callas: Letters and Memoirs*, dirigida por Tom Volf, un monólogo sobre la magnética y compleja personalidad de la diva, con el que ha recorrido los escenarios de medio mundo en los últimos tres años, y que se estrenará como película documental, dirigida por Yannis Dimolitsas y Tom Volf, en Movistar Plus+. “Me siento afortunada por mantener una gran curiosidad que me impulsa. Yo nunca había hecho teatro, y cuando me propusieron interpretar a María Callas me aterrillé. Pero cuando lei sus cartas y las *Memorias*, escritas por Tom Volf, sentí su vulnerabilidad, tuve la sensación de que podía tocar su alma. Estaba muy asustada porque era mi primera vez en el teatro, y al mismo tiempo no podía decir que no. Cada vez que subía al escenario sentía su fragilidad, su sinceridad, la intensidad con la que amó, su corazón roto... Además, estoy muy feliz con la conexión que tengo

En ese momento llama su hija Deva y Monica activa la videollamada. “Perdona que conteste, es difícil hablar con ella todo lo que me gustaría, dice. Está siempre ocupada, de viaje, y llama poco, ya sabes..”

con ella a través de Cartier. He llevado varias joyas que ella también vistió. Creo que la belleza de un objeto ayuda a recuperar la presencia de una persona. En las representaciones de teatro, llevé un hermoso vestido de salón que le perteneció, así que fue muy emocionante sentir que podía estar cerca de ella. Aunque nació en Nueva York, regresó a Grecia y triunfó como artista en Italia. Luego se mudó a París. Puedo entender ese sentimiento de sentirse extranjero, pero a la vez sentir que eres parte de la cultura que te acoge. Entender esto me ha hecho muy libre. También hay una sensación de soledad que puedo compartir con ella. Callas era una luchadora. Quiso divorciarse en un momento en el que el divorcio estaba prohibido. Quiso ser independiente cuando pocas mujeres podían ser algo más que madres y esposas. Intentó ser libre. Fue una pionera...”.

En ese momento, su panegírico de la Callas se ve interrumpido por la vibración de su teléfono dentro del bolso. Lo mira de reojo y lo coge. Parece que se pierde la conexión y lo deja encima de la mesa. Continúa: “Todo lo que tiene que ver con la sensibilidad de Maria Callas me toca profundamente...”. El teléfono vuelve a sonar.

-Perdona, tengo que responder, es mi hija y es difícil hablar con ella todo lo que me gustaría. Está siempre ocupada, de viaje, intercambiamos mensajes pero llama poco, ya sabes.

Inicia una conversación en italiano y cambia la llamada de voz a videollamada. Su cara también cambia y ahora refleja una sonrisa emocionada. Deva Cassel es la primera hija que tuvo con Vincent Cassel. Tiene veinte años. Ya ha protagonizado varias campañas de moda y está empezando a hacerse un sitio en el cine. En breve estrenará la versión de *El Gatopardo* que Netflix ha hecho en formato serie. Su otra hija, también del matrimonio con Cassel, se llama Léonie y tiene catorce años.

-Me están haciendo una entrevista, cariño, pero cuéntame. ¿Quieres saludar?

Entonces gira la pantalla hacia mí y aparece Deva recostada cómodamente en el sofá de un salón. Nos saludamos y la *mamma* vuelve a su conversación familiar en italiano. Bellucci suele ser hermética con su vida pri-

vada, pero realmente es visible su emoción al recibir la llamada de su hija. “Veo cómo mi hija disfruta con lo que hace, y eso me llena de alegría”, dice.

¿Cómo eras tú a su edad?, le pregunto en cuando seguimos la charla. Su café lleva un rato frío porque desde que nos sentamos ha hablado sin apenas pausa, pero dice que no le importa, aunque lo dejará a medias. “Cuando tenía trece años, un fotógrafo amigo de mi madre me hizo unas fotos y más tarde me convertí en una modelo profesional que viajaba por todo el mundo. Empezó casi por casualidad, no fui a por ello. Es interesante tomar distancia con lo que haces, ¿sabes? Envejecer significa también ver las cosas desde otro punto de vista, disponer de una mayor perspectiva, y eso es gratificante. Esa *belleza del diablo* de la que hablan los franceses, la fascinación, no perdura si no la mantienes en tus ojos, en tu alma, en lo que tienes dentro. Para mí es fundamental la familia y los valores familiares. Esto es muy italiano. También en España creo que sois así, ¿no? Me encanta volver a mi pueblo y comer con mis tíos y mis primos es una mesa enorme... Verás: mi prioridad desde que nacieron mis hijas ha sido protegerlas, ayudarles a encontrar su pasión y dejarles volar, como mis padres hicieron conmigo. Recuerdo que mis padres solían ir al cine juntos, yo era aún pequeña para acompañarles, y cuando volvían me contaban la película. Eso alimentaba mis fantasías. Sigo teniendo pasión por mi trabajo, pero mis hijas están antes. Quiero decir que a veces hay que encontrar un equilibrio entre tus compromisos laborales y el deber que sientes como madre. Así que, si vas a preguntarme por el futuro, te diré que para mí pasa por mantenerme saludable el mayor tiempo posible para estar cerca de mis hijas cuando lo necesiten”.

Bellucci mira discretamente la hora. Ya hizo el mismo gesto hace unos minutos. “He quedado para comer, si no te acompañaría”, dice cortés. Se me pasa por la cabeza la posibilidad de contarle al papá uruguayo que almorcé con su musa. “¿Cambiarías algo de ti?, pregunto para terminar. Ríe con ganas y responde: “La vida nos enseña que estamos en un cambio perpetuo y tenemos que lidiar con ello”.

—César Suárez.



Monica Bellucci en dos imágenes icónicas de campañas de publicidad de los años 90, fotografiada por Frederic Meylan.

la mujer más bella del mundo...



ahora es
Maria Callas



Durante más de tres años, Bellucci ha dado vida a Maria Callas en teatros de todo el mundo. Ahora se estrena el documental sobre esta gira *Maria Callas: Letters and Memoirs*, en enero en Movistar Plus+.

IMAGINA *que* ERES *una* CHICA DEL
una LLAMADA *de tu* ADMIRADO



para PROTAGONIZAR *tu* PRIMERA
DONDE *das* VIDA *a una* MISTERIOSA
en la ACTRIZ REVELACIÓN *del*
de CELESTE DALLA PORTA

NORTE *de* ITALIA *que* RECIBES
DIRECTOR PAOLO SORRENTINO



PELÍCULA, *titulada* PARTHENOPE,
NAPOLITANA, *y te* CONVIERTES
CINE ITALIANO. *Esta es la* HISTORIA
y su SUEÑO CUMPLIDO.

—César Suárez. Realiza: Cristina Gía. Vivanco. Fotos: Javier Biosca.



“TENGO EN COMÚN CON MI
EL SENTIMIENTO DE SOLEDAD
SER CONSCIENTE DE QUE LAS

Vestido de gasa marrón de Saint Laurent.
En la otra pág., abrigo de paño con capucha y sandalias de pelo, Loewe.

En la doble pág. anterior: Vestido de gasa de seda con pendientes dorados de Saint Laurent y vestido de seda con brazalete dorado, Saint Laurent.

PERSONAJE DE PARTHENOPE
Y UNA CIERTA MELANCOLÍA,
COSAS BONITAS ACABAN”



LA NUEVA MUSA ITALIANA

CELESTE DALLA PORTA es de Monza (muy cerca de Milán), tiene 26 años y en *Parthenope* interpreta a una mujer enigmática, ambiciosa, inteligente, de una belleza fascinante que hipnotiza a quienes se acercan a ella. Puro Nápoles. Esta aventura de la mano de Sorrentino, donde comparte pantalla con Gary Oldman y con la diva del cine italiano Stefania Sandrelli, entre otros, le ha cambiado la vida.

Tu primer papel protagonista te convierte en estrella, ¿cómo lo estás viviendo?

Tratando de vivir el presente y disfrutar, porque sé que es algo irrepetible, pero no

es fácil mantener el equilibrio. Me ha cambiado la vida, siento mucha emoción y gratitud, una gran felicidad... También tengo momentos de angustia y desamparo, sobre todo cuando pienso en cómo voy a seguir adelante después de todo lo que me está ocurriendo.

¿Por qué eres actriz?

Siempre me atrajo el deseo de actuar, desde niña. Era muy tímida y lo sigo siendo. Quizá interpretar me libera de las dudas, de los miedos. Me quedaba fascinada viendo a las actrices en la televisión y el cine. Comencé a hacer teatro con doce años y más tarde estudié en el Centro Sperimentale di Cinematografía de Roma. Mi madre es fotógrafa, mi padre toca el contrabajo, mi hermano también es fotógrafo y músico. Supongo que haber crecido en este ambiente artístico también me ha influido.

¿No te caíste de espaldas cuando te llamó Sorrentino?

¡Imagínate! Estaba muy nerviosa, pero a la vez él lo normaliza todo y hace el trabajo muy sencillo. Es un maestro a la hora de guiar a los actores. Por otro lado, ver trabajar de cerca a alguien a quien admiras tanto es una suerte inmensa. Me gusta su mirada sin prejuicios, tan antropológica, siempre en busca de los matices de la belleza.

¿Cómo te convertiste en *Parthenope*, esa mujer que personifica el Nápoles de Sorrentino?

No me atrevería a decir que ella personifica Nápoles. Trabajé mucho el acento, que es una leve entonación, porque *Parthenope* proviene de Posillipo, un barrio residencial. También estudié la interpretación y el lenguaje corporal de Natalie Portman en *Closer*. Leí varios libros que Sorrentino me aconsejó sobre la historia y la cultura de la ciudad. Me empapé de su atmósfera. Además, todo el equipo era napolitano y había musicalidad en el rodaje.

En una época de hipersexualización, la película ensalza la sensualidad, el misterio, la belleza clásica, ¿estás de acuerdo?


Sí, creo que en este sentido la película va a contracorriente. El sexo está presente, pero no aparece. Es el sexo como poder, como prolongación del ego. Sorrentino es un maestro de la seducción. Camina como nadie sobre esa fina línea del misterio y el erotismo, sin caer en la vulgaridad.

¿La belleza también puede ser un obstáculo?

La belleza te da poder, te abre puertas, eso es innegable, pero puedes tenerla y no usarla, o no mostrarla. *Parthenope* decide que la belleza que le interesa es la interior. Puede ser un obstáculo porque el estereotipo es que si eres bella, en consecuencia debes ser tonta.

¿Qué es lo que más te acerca a *Parthenope* y lo que más te aleja?

Tengo en común con ella el sentimiento de soledad y una cierta melancolía, ser consciente de que las cosas bonitas se acaban. Culturalmente estoy más alejada de la forma de ser napolitana, de esa ironía continua que mezclan con ligereza en cualquier aspecto de la vida.



Abrigo de pelo, Michael
Kors Collection, sobre
body de algodón, Guess.

En la otra página,
vestido blanco con
la espalda descubierta,
sandalias de pelo, Loewe
y brazaletes dorados,
Saint Laurent.

Vestido burgundy
con nido de abeja
y brazaletes,
Saint Laurent.



EL UNIVERSO DE SORRENTINO

NÁPOLES es una ciudad bella y contradictoria, seductora y vitalista, pero también cruel, frívola y apática. *Parthenope* es la carta de amor de Paolo Sorrentino a su ciudad natal, una película de una estética fascinante con la que ha conquistado el número uno de la taquilla en los cines de Italia, además de la polémica por algunas escenas controvertidas a las que ya nos tiene acostumbrados.

Usted es uno de los creadores más admirados por la singularidad del universo que crea en sus películas, ¿cómo funciona su cabeza?

En realidad no lo sé. Y, francamente, no quisiera saberlo, porque si lo supiese quizá ya no volvería a funcionar.

¿Cómo descubrió a Celeste Dalla Porta, la protagonista de la película?

De la manera más clásica: haciendo muchos *casting* con jóvenes actrices italianas.

Nada es convencional en su cine, ¿es esta su manera de escapar de la realidad?

El cine que me gusta es una visión mejorada de la realidad, más divertida. Pero no huyo de la realidad porque no me parezca divertida. Aunque soy un gran observador de la realidad, creo que no solo basta con esto. Hay que hacer un esfuerzo para mejorarla, para aportar algo, en el sentido positivo o en el negativo.

¿Es consciente del momento en que descubre ese universo propio, que tiene una vida propia al margen de lo que sucede fuera?

Yo perdí a mis padres cuando era muy joven. (Como cuenta en su película *Fue la mano de Dios*, los padres de Sorrentino fallecieron en un accidente por un escape de gas cuando tenía dieciséis años). De pronto, mi realidad se volvió opresiva, deprimente... Tuve la suerte de empezar a ver películas, y entonces me di cuenta de que la realidad se hacía más interesante. Decidí probar a inventar esa otra realidad del cine yo también.

¿Qué películas le marcaron especialmente?

Muchísimas, pero quizá fue *Cinema Paradiso*, la maravillosa película de Giuseppe Tornatore, con la que algo en la cabeza me hizo *click*.

Parthenope es una mujer libre, espontánea, misteriosa, sincera, que no juzga, ¿en quién se ha inspirado para inventar este personaje?

Más que una inspiración, Parthenope es un personaje que evoluciona ante los ojos del espectador. Es la consecuencia de una idea sobre la que gira la película, la de relatar el paso del tiempo y la relación que tenemos los seres humanos con la memoria.

¿Qué relación tiene usted con el paso del tiempo?

He tenido una relación muy vinculada con la nostalgia y la melancolía, pero ahora mismo, quizá porque he dado demasiadas vueltas a estas ideas, creo que comienza una nueva etapa en mi vida más ligada al futuro.

¿Parthenope es su apología de lo virginal, de lo puro, frente a la apariencia y la impostura?

No me propongo hacer una aproximación sentimental al personaje. No tengo ideas preconcebidas ni ideologías que quiera mostrar. Solo mantengo una relación de cariño con mis personajes.

Alguien le dice a Parthenope: "Eres rara, porque no te aprovechas de tu belleza".

Es extraño, sí, porque de alguna manera todos intentamos aprovecharnos de alguna ventaja que podamos tener sobre los demás.

¿Por qué siente esa polémica fascinación por la iglesia, que aparece en casi todas sus películas?

Es un interés que proviene de mi infancia. Estudié en un colegio de curas, y todo lo que tenga que ver con el misterio de la iconografía cristiana despierta mi curiosidad. Además, la ritualidad de la misa es un espectáculo único, y yo adoro los espectáculos, como amo el cine, el fútbol o la danza.

¿Hasta qué punto es totalmente libre de hacer el cine que quiere hacer, sin autocensura?

Soy bastante afortunado porque realmente hago lo que me da la gana. **1**



La actriz Celeste Dalla Porta y Paolo Sorrentino, en Cannes.

Una mujer, un sueño, un paisaje



Juana Acosta tiene la vorágine de un volcán y la mirada luminosa y sandunguera de sus raíces caleñas. En una conversación que no da tregua, aflora una mujer hiperactiva y valiente que hace ya 24 años se instaló en España desde Colombia con el trauma de la orfandad pegado a la piel y su alijo de sueños. Ella dice que es fuego, porque pertenece a un signo de fuego, Sagitario. Y que, aunque Madrid es su casa, Cali es su cordón umbilical, esa tierra caliente que le ata a su ADN. En su nueva película *La Fianza*, la ópera prima de Gonzalo Perdomo-Tafur escrita para ella, recorre el camino vital de Ana, su personaje, que consigue sentirse un ser completamente libre. “Y yo que también me creía libre hasta que llegó mi hija Lola al mundo y se me abrió la cabeza”, afirma.


—Lucía Francesch Huidobro. Fotos: Álvaro Gracia. Realiza: Raquel Mejías.

La actriz Juana Acosta
con collar dorado
y blusa de seda,
Dolce & Gabbana.





“Antes soñaba con interpretar heroínas deslumbrantes, pero cada vez me gustan más los relatos intimistas, que no pretenden dar lecciones de nada. Como *Los destellos* de Pilar Palomero. Tan bien rodada, tan justa...”



Camisa, falda de vuelo
en denim gris y sandalias.
Todo, Bottega Veneta.

En la otra página, camisa
de mangas murciélago,
pantalón negro con
cinturón-alforja, Louis
Vuitton y anillos, Tous.

“El día que asesinaron a mi padre, el trauma se incrustó en la danza,
como si la violencia hubiera castrado mi primera gran vocación. Por suerte
apareció la interpretación. Siempre digo que ser actriz me salvó”

E

ntre el dolor y la nada, elijo el dolor". Y tu ¿qué elegirías?", le pregunta Jean Seberg (Patricia) a Jean-Paul Belmondo (Michel) citando la frase de *Las palmeras salvajes* de William Faulkner, en una de las míticas escenas de *Al final de la escapada* de Godard. "El dolor es una idiotez, elijo la nada. No es mejor. Pero

el dolor es un compromiso", responde Belmondo, mientras exhala el humo de uno de los muchos cigarrillos que fuma durante la hora y media que dura la película.

Este primer largometraje de Jean-Luc Godard que inauguró la *nouvelle vague* en los 60, repleto de saltos de plano, sin encuadres convencionales, un argumento tejido de citas literarias, chistes naïf y guiños a la moda, fue el que hizo que una joven caleña de nombre Juanita (Cali, 1976) sintiera, muchos años después, la pulsión por el cine.

"Nunca tuve el sueño americano. A mí lo que me marcó fue ese cine francés de los años 60, que era el que veía de adolescente", dice mientras habla sin dar tregua tras la sesión de fotos con TELVA. "De esa película me atrapa eso tan vivo que hay en la actuación de ellos dos, mucho menos impostada que el cine hollywoodiense de entonces. Sus juegos, sus complicidades... ¡Wow! dije, esto es lo que a mí me gustaría hacer. Y, aunque estudié danza y Bellas Artes en Colombia, las ganas de aprender actuaciones así de vivas, la necesidad de adquirir herramientas fueron las que me trajeron a España, hace 24 años, para estudiar interpretación con Juan Carlos Corazza. Su método se basa en que los actores aprendan a apoyarse en sus vivencias personales para conectar con las emociones de los personajes".

Sin embargo, entre el dolor y la nada de aquella cita de Faulkner, a Juana la vida no le pidió permiso para elegir, sino que le impuso un sufrimiento ferocísimo cuando, con 16 años, asesinaron a su padre en Cali.

Apareció muerto, sin su coche, y nunca se llegó a saber lo que había pasado. Estamos hablando de los años 90, una época en Colombia súper violenta, en la que la vida no valía nada. Recuerdo que salía de casa para mis clases de baile, cuando sonó el teléfono con aquella terrible noticia. Desde ese día, el trauma se incrustó en la danza, como si la violencia hubiera castrado mi primera gran vocación. Se rompió mi burbuja de seguridad y caí. Por suerte apareció la interpretación (siempre digo que ser actriz me salvó) y pude colocar mi dolor a favor de algo.

“Ana, mi personaje en *La Fianza*, es como una cebolla a la que se le van cayendo las capas que se ha impuesto cuando llegó a España. Y Walter, su secuestrador, es cómplice de esa deconstrucción”

La tragedia volvió a golpear a Juana años después. Tenía 22 años y la guerrilla secuestró a su hermano pequeño, su cuñada y su sobrino. Al niño y a su madre los liberaron poco después, pero su hermano estuvo retenido en la selva durante diez larguísima meses.

"Llegué a España muy dolida con mi país, y me llevó años entender que debía perdonar para tener un futuro sano. Ahora soy feliz", confesaba en una entrevista en televisión.

Después de aquello estuviste 30 años sin poder subirte a un escenario para bailar.

Sí, hasta que hace dos decidí que quería volver a hacerlo para mi espectáculo *El Perdón*. Y me acompañó Chevi Muraday, que es un Premio Nacional de Danza, con textos de Juan Carlos Rubio, basados en aquel trauma. Como ya había estado en terapia para enfrentarme al duelo, no quería que el espectáculo se convirtiera en un psicodrama, pero abrir la herida cada noche fue un reto físico y emocional tremendo para mí. Hice la obra con casi 45 años. Fueron 80 funciones, en dos temporadas en el Teatro Bellas Artes en Madrid y hubo momentos en que me sentía incapaz de seguir. Chevi me decía: "¡Claro que puedes!" Entonces comprendí que los límites solo están en nuestra cabeza. Cerramos la obra en el Festival Iberoamericano de Teatro de Bogotá, con toda mi familia arrojándome y a la misma edad que tenía mi madre cuando mi padre murió. Fue como un acto psicomágico, pues lo reparadora y catártica que había sido para mí aquella representación, lo fue también para ellos. Algo hermoso y uno de los procesos artísticos más poderosos que he tenido en mi vida, aunque si me invitaran a hacerla otra vez diría que no. Me quedé exhausta.

Leo una frase tuya: "Perdonar no es olvidar, minimizar ni justificar el daño. Perdonar es abrir la puerta el resto de tu vida. Y yo he necesitado hacer ese viaje para seguir viviendo". ¿Qué les dirías a los que lo han perdido todo tras la DANA de Valencia?

Entiendo que haya un instinto casi animal de rabia, de rencor y hasta de venganza, porque esa gente se ha sentido abandonada, agredida... Pero creo que la violencia no es el camino, porque no se construye nada desde esa posición. Aunque para entender eso se requiere de mucha ayuda, también psicológica, porque cuando lo has perdido todo... es que hay gente que lo ha perdido ¡t-o-d-o!

*Hoy Juana se sienta con TELVA porque, desde el 5 de diciembre está en los cines su último trabajo: *La Fianza*. Un thriller psicológico, la ópera prima de Gonzalo Perdomo-Tafur escrito para ella, que sumerge al espectador en la compleja relación de un matrimonio aparentemente perfecto (ella es Ana, una mujer de origen colombiano), en el que se destapa un mundo de traición, poder y desconfianza.*

¿Qué nos puedes contar de Ana, tu personaje? ¿Qué has aprendido de ella? Siempre dices: "Adoro el aprendizaje que supone cada papel que interpreto, la gente que conozco, los lugares a los que me lleva..."

A medida que va avanzando la trama, Ana pasa de ser una esposa sometida a un marido que domina todo su mundo, a convertirse en una mujer empoderada. Ella apoya su identidad en lo material, pero no se siente

querida, ni respetada, ni valorada por él ni por su entorno (varias veces cuenta que las hermanas de Ricardo -Israel Elejalde- nunca la han aceptado a pesar de que dejó atrás su vida anterior en Colombia y cambió su acento). Hablábamos con el director de que era como una cebolla a la que se le iban cayendo las capas que se fue poniendo cuando llegó a España. Walter (Julián Román) colombiano como ella y su secuestrador, se hace cómplice de esa deconstrucción. Es interesante el camino de liberación que ella recorre hasta recuperar su esencia, y también poder hacer participe al espectador de esa evolución.

¿Cuál fue el mayor reto al que te enfrentaste?

Pasé más de la mitad de la película amarrada a la pata de una mesa. Fue durísimo. Rodábamos por las noches de lunes a sábado, con escenas de 13 páginas, larguísimas. Porque la película está planteada como si fuera una obra de teatro, en una misma localización y con tres actores protagonistas. El reto era ver cómo hacíamos para que no decayera el ritmo, para que no se perdieran los matices...

¿Cómo crees que se sentiría hoy una chica de Cali que, como tú, llega a Madrid, con ese choque cultural tan potente?

Por lo general, los colombianos que llegan a España se quejan de lo seco que es el español. Nosotros somos..., ya sabes, como más cercanos, más cálidos, más amorosos. Pero en vuestro carácter hay eso tan directo que a mí me fascina. Obviamente, después de llevar 24 años aquí me he ido "españolizando" y ya no hablo tan colombiana. (risas) Amo la cultura española, amo la gente de Madrid, siento que vivo en la mejor ciudad del mundo y estoy inmensamente agradecida con este país por haberme abierto sus puertas. Además, tengo la dicha de tener a mi mamá acá conmigo desde hace 23 años. Y eso para mí ha sido una suerte porque me ha ayudado muchísimo con mi hija Lola. A los dos años de llegar, se casó con Vicente un valenciano que tenía tres hijos. Entonces a mí se me conformó una nueva familia española. Porque los hijos de Vicente son como mis hermanos y los tíos de mi hija. Los amo. En casa de mi madre los domingos se come paella.

¿Qué recuerdos guardas de Cali?

Cali es mi cordón umbilical. Mis padres se separaron cuando apenas era una niña de siete años, pero se llevaban muy bien y yo tuve una infancia muy amorosa, como muy recogida... feliz. Llego a Cali y me siento en casa. La gente es abierta, cercana... Hay algo en ellos muy..., acá la palabra no suena bien, "fresco", en el sentido de relajado. Porque es una tierra caliente (estamos en la línea del Ecuador y siempre hace entre 25 y 32 grados). Tenemos una montaña hermosa, que son los farallones de Cali, y sobre las 6 de la tarde provoca una brisa riquísima que baja hacia la ciudad y lo refresca todo. Trato de ir dos o tres veces al año, aunque este 2024 he ido más porque he rodado allí *Medusa*, con Netflix.

Fundaste la productora audiovisual Calité Films con tu hermana Valentina porque, según cuentas, siempre has querido contar historias de mujeres para mujeres.

Sí, queremos tejer una red de mujeres creadoras que saque adelante proyectos, donde en los equipos de trabajo nosotras estemos en cabeza. Por eso nos interesan las voces femeninas de la literatura contemporánea latinoamericana. Valentina y yo somos grandes lectoras. Hemos encontrado auténticas joyas, como *Las noches habitadas* de

“Mi mamá está acá en España conmigo desde hace 23 años. Se casó con Vicente, un valenciano con tres hijos, y a mí se me conformó toda una familia española. Los amo. Los domingos en su casa se come paella”

la autora Alma Delia Murillo, que llevaremos al audiovisual. El primero de los proyectos ha sido *Del otro lado del jardín*, una historia real del escritor colombiano Carlos Framb, que en 2006 ayudó a morir a su madre, cuando en Colombia no era legal. Él quiso quitarse la vida después, porque tenía una relación muy particular con ella, pero no lo consiguió. Y cuando se despertó, apareció esposado y acusado de matricidio. Su juicio es la columna vertebral del filme. Ha sido un bombazo.

¿Aparte del drama, qué otros registros te interesan como actriz que aún no has explorado?

La comedia. Aunque es el género en el que menos cómoda me siento. Tal vez porque, por mi historia personal, me encuentro más segura y libre en el drama. Pero estoy convencida de que vendrá. De momento me llegan muchos, muchos dramas (risas).

¿Cuál es el cine, del que se está haciendo actualmente en España, con el que te identificas?

Me gustan las películas intimistas, delicadas, que tocan temas universales, pero sin pretender dar lecciones de nada. Me gusta el cine que abre debate, que genera cuestiones, que hace que el espectador salga haciéndose preguntas. El que no quiere contar demasiadas cosas, sino centrarse en un conflicto pequeño, y hace que cualquiera pueda conectar con esa historia. En su momento soñaba con interpretar heroínas o personajes deslumbrantes, pero cada vez me gustan más los relatos intimistas. Ahora que soy académica y trato de verlo todo, me gustó *Los destellos* de Pilar Palomero, con Patricia López Arnaiz, que se llevó la Concha de Plata en San Sebastián. Tan bien rodada, tan justa... Me identifiqué mucho con la historia de la pareja separada con una hija adolescente. Por mi hija, por mi ex pareja (Ernesto Alterio)..., me tocó el corazón.

¿Qué admiras de la forma de ser de tu hija Lola?

Siempre digo que Lola vino al mundo, entre otras cosas, para abrirme la cabeza. Porque yo me creía una mujer libre, hasta que la tuve a ella y me di cuenta de que me había quedado vintage. (risas) Desde chiquita experimenta la vida, le da igual el qué dirán, porque está totalmente conectada con su instinto. Tiene 18 años y ha empezado a estudiar teatro es el Estudio Corazza como yo. Tiene los pies muy anclados en la tierra, pero una mente libre y eso me fascina.

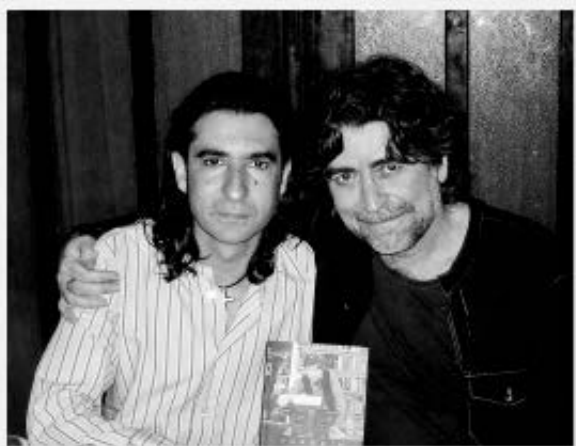
¿Han quedado divinas las fotos verdad?

T

(Maquillaje y peluquería: Joel Bittencourt).

SABINA

por Ángel Antonio Herrera



El periodista y escritor Ángel Antonio Herrera con su amigo Joaquín Sabina.

“Sabina es una emoción antigua, pero siempre pendiente, un sentimiento con el sombrero puesto”, dice su amigo y *sospechoso habitual* de líricas y juergas, Ángel Antonio Herrera. El 27 de enero comienza en México la gran gira de despedida, *Hola y Adiós*, que llegará a España en mayo, y el autor le retrata en este texto, que es a la vez un homenaje y una declaración de amor desde TELVA.

—Ilustración: Jorge Arévalo.

Yo sospecho que no es mal sitio para vivir un concierto de Joaquín Sabina, donde siempre nos arde el corazón sitiado que pasa, que no pasa. En un último concierto, en Madrid, con el invierno en lo alto, comprobé que el público ya no va a que Sabina le cante sino a cantarle a él. Le devolvemos a Sabina el repertorio. A él se lo cantamos, inauguralmente, como si fuéramos los autores contentos de sus propias letras. En eso estamos ya, y eso viene a resultar un concierto de Sabina, que incluye de intérpretes al auditorio entero, más el propio Joaquín, que ha venido más bien a escuchar, mientras aúpa su garganta de alcohol de oro negro. No hay mejor éxito, no hay gloria mayor. Resulta que Sabina le ha puesto a nuestras dolencias un estribillo de bohemia, y a nuestro males ha ofrecido un bolero de golfo alegre, y ha encerrado en balada noctámbula todos nuestros placeres portuarios. El mejor de nuestros sonetos canallas ya lo tiene escrito él. Estamos ante un tipo desmedido, pícaro, glorioso y sin réplica que ha venido a contarnos nuestra vida, pero desde el recuerdo o la invención de la suya. Sabina es una emoción antigua, pero siempre pen-

diente, un sentimiento con el sombrero puesto, que por cierto ya no es sólo bombín. Porque el bombín ya es ajuar y uso del público, como el cancionero. Yo reúno ya un largo alterne profesional, desde los sótanos a las cúpulas, y no creo haber conocido figura más literaria, junto a Francisco Umbral. De la casa de Sabina, donde conviven ángeles de altar y grabados de erotismo, entre un aguijón de tequila, y otro remate de whisky, acabas saliendo con “jet lag”, porque Joaquín es un anfitrión sonreidor y listísimo, pletórico de ebriedades interiores, y con él las horas se van en un repris que nunca lleva prisa. Con él, un rato llega al alba. Igual te detalla una noche de tragos con Bryce Echenique, o Ángel González, que te enseña una edición primerísima del *Ulises*, de Joyce, como el que saca la alhaja mejor del tesoro apabullante que es su biblioteca. Dice que le gusta dar envidia a los poetas bibliófilos. La casa, su casa, que algo arrastra de gran barco domiciliario, tiene un cabeceo de ventanales ante una plaza del viejo Madrid, y a veces hay peregrinaciones secretas de ninfas o poetas, todos anónimos transeúntes embelesados, hasta la embocadura del portal, donde avalan vecinos no ilusorios que se han visto desmayos, o incluso levitaciones. Eso avalan algunos.



Estamos ante un tipo desmedido, réplica que ha venido a contarnos nuestra

Madrid es más Madrid con él, “aunque la maja desnuda cobre quince y la cama”. O precisamente por eso. Tiene unos quevedos de afinar el reloj de la rima, y los quevedos parecen una artesanía del Siglo de Oro, pero quizá quien es del Siglo de Oro es él. Como Rimbaud, y algún otro poeta maldito, ha acabado encontrando sagrado el desorden de su espíritu. Pudiera ser eso, quizá, el sagrado desorden del espíritu, sí, el lema que encierre su cancionero único, al que no hay lema que lo encierre, por cierto, y también bajo esa órbita pudiera pintarse rápido su biografía de ángel de cabaret, que tan a menudo se parece a la invención de su propia obra. Yo no avalaría que hay riguroso autobiografismo, en Sabina, pero un ramo de sus versos cantados sí encierra alguna de nuestras mejores noches, o peores.

De manera que se nos ha adelantado en el alejandrino que no hicimos, y acaso en la vida salvaje que sólo sostuvimos un momento.

Hay en las letras de Sabina una deshora de última lámpara, una penumbra de romances abrasivos, un dolor de porvenires olvidados, y hay, por encima o por

debajo de todo eso, una torería ante el precipicio, que no sólo incluye el trato con vampiras de paso sino la contemplación en soledad del propio espejo, donde sólo la poesía nos explica, y a veces ni eso. Porque la poesía es arterial, en Sabina, con la melancolía, el humor, o el tabaco. Sabina practica con magisterio el soneto, y alguna otra horma clásica, “en sílabas contadas”, y hace verso constante en sus canciones, donde no sólo hay jarana diversa sino el retrato largo de la soledad de un hombre que entendió que vivir es exagerar, que amar es exagerar, que morir es exagerar. Algún día arriesgué que Joaquín es un atleta. Y aún hoy lo creo, o aún mejor: lo creo hoy más, todavía. No se comprende, si no, que vaya aupando una obra tan masiva, y tan reafinada, incluyendo discos, letras, conciertos, dibujos, cosas. Encima, nos anuncia gira, “Hola y adiós”, un título de arrebato pícaro, que igual sí es ya la despedida absoluta, pero vaya usted a saber, porque Joaquín nos enseñó que la mejor promesa es la promesa que no hay que cumplir. Con Joaquín nunca se sabe. Mejor, con Joaquín, no saberlo todo. Fernando León de Aranoa le ha hecho una película, a pie de convivencia, que es como irse a filmar el caos. “Fernando me ha pintado en esta película tal cual soy: un tahúr que no se cansa de arriesgar”. Es palabra de Sabina en la letra que saluda el trabajo de Aranoa. Por

ahí va la cosa, en efecto, porque el juego es el primer modo del rigor, y Sabina lleva de ley la travesura, y de compás un brinco, y casi saca la mayor verdad cuando se ríe desabrochadamente, con el ángel de los golfos magistrales. Entre canción y canción, entre viaje y viaje, entre concierto y concierto, Sabina ha ido sacando tiempo para ser astrónomo del coqueo, fumador de oficio, fundador de la aurora, chófer del riesgo, cardiólogo de lo contrario, y navegante de amistades célebres, desde García Márquez, o Vargas Llosa, hasta Chavela Vargas. Sabina ha conocido incluso a quien había que conocer. Hay, resueltamente, un Madrid de Sabina, pongamos que hablo de bares como la Mandrágora, o el Eligeme, y la discoteca Joy Eslava, que es donde Sabina iniciaba su

A cantarle a Joaquín, mientras Sabina canta, va llegando siempre una revuelta tribu insólita, que reúne a peluqueras líricas, hippies del ingenio, cardiólogos del exceso, notarios de chupa, adúlteras de afición, quinquis de Visa, pijos de recreo y
A I T A N A S Á N C H E Z - G I J Ó N .

trasnoche mítico, después de estar escribiendo unas horas. Aquello fue la cumbre de los ochenta, cuando las niñas ya no querían ser princesas, y se había inaugurado la calle Melancolía. Joaquín, ahora, sale poco o muy poco, pero Madrid está ahí siempre, entre otras cosas, porque llega un momento en el que Madrid ya va por dentro. Eso, y que Joaquín, que es la popularidad misma, no puede tomarse una copa tranquilo en ningún sitio.

Madrid es un género literario, y Sabina lo ha prorrogado, prestigiándolo de golfos que pactan como caballeros y chavalas con la cabeza muy alta, la lengua muy larga y la falda muy corta. Él dice que en Madrid, de madrugada, un atasco es poesía, y que ahí puedes tener durante años un amigo, o varios, sin saber ni siquiera dónde viven. Madrid es así de riguroso con los albedríos. La alcuernia de Joaquín es la alcuernia de pirata, y de ahí que diga la verdad cuando exagera, que es siempre o casi siempre. La obra de Joaquín sería otra, sin Madrid, pero Madrid también sería otra ciudad sin él, que nos ha hecho el mapa de la melancolía, nos ha presentado a alguna *Barbie* de extrarradio, y sabe que los taxis nocturnos tienen algún momento de ambulancia. Nos ha ido haciendo Sabina la biografía, insisto, mientras buceaba la suya, y por eso voy yo viendo siempre por ahí que los versos de Sabina hacen

p í c a r o , g l o r i o s o y s i n *vida, pero desde el recuerdo o la invención de la suya*

el tatuaje de generaciones diversas. En un concierto esto se ve clamorosamente. Y celebra y se disfruta. A mí nunca deja de gustarme aquello de “heredé una botella de ron de un *clochard* moribundo, olvidé la lección a la vuelta de un coma profundo”. O eso otro, ya eterno, de “cada noche me invento, todavía me emborracho, tan joven y tan viejo, *like a rolling stone*”. En sus letras siempre hay un sonambulismo del idioma, un testimonio de la incertidumbre terminal de la noche.

Escribió Francisco Umbral que Madrid lo inventaron entre Carlos III y un albañil de Jaén. El que escribe bien no se equivoca, pero Madrid también lo han inventado, o reinventado, el propio Umbral y, naturalmente, Joaquín Sabina, que son, cada uno en lo suyo, dos reyes únicos del mambo de las orquestaciones desorquestadas del alma del hombre urbano, al que todo le pasa por salir de su casa, según sabemos. Algún día, en su dúplex museal, ya aquí aludido, me dijo Joaquín que me daba en regalo un verso de maravilla, que no sé si él ha llegado a emplear: “el amor lo inventó la policía”. Es dadaísmo, casi, es Sabina purísimo. Creo que tiene, ya, la mejor voz de España, aunque él siga en la obstina-

El que escribe bien siempre tiene razón, y a la escritura de alta torería, que es la suya, va Sabina luego, le pone música, y el repertorio llena un estadio. Repito que ya no vamos a escuchar sino a que él nos escuche

ción de bendecirse como una estafa, cada amanecida. Juega a arruinar su carrera a cada rato, porque él se despeña por una frase brillante, y de cada apuesta de riesgo sale más solvente, y más depurado, y aún más querido. Ha trabado un personaje de hipérbole, que a veces le hastía, incluso, y se comprende, pero más allá de ese escapatismo deslumbrador, bombín arriba, bombín abajo, vive en Sabina un desvelado de la palabra, que escribe persiguiendo el voltaje último de la iluminación, donde una metáfora incluya un universo. En lo suyo, está el Siglo de Oro, los alegres del 27, y Gil de Biedma, y García Montero y Ángel González. Pero también Borges, y Baudelaire, y César Vallejo. Y Leonard Cohen, y un mariachi. A bordo van todos en una barahúnda de bohemio de bolero que llena las Ventas.

La mentira es un arte mayor que incluye el verso, y Sabina la practica como nadie, porque como nadie acier-

ta, cuando exagera. El que escribe bien siempre tiene razón, y a la escritura de alta torería, que es la suya, va Sabina luego, le pone música, y el repertorio llena un estadio. Repito que ya no vamos a escuchar sino a que él nos escuche. Le pagamos con el repertorio, entre la lujuria prestada y la primicia estupefaciente. A cantarle a Joaquín, mientras Sabina canta, va llegando siempre una revuelta tribu insólita, que reúne a peluqueras líricas, hippies del ingenio, cardiólogos del exceso, notarios de chupa, adúlteras de afición, quinquis de visa, pijos de recreo y Aitana Sánchez Gijón. Todos acuden a gritarle a Joaquín que algún día, en un pueblo con mar, nos dieron las diez y las once y las doce y la una y las dos, mientras Sabina, en lo alto, sentado en un taburete de borracho de Solán de Cabras, que es lo que ahora gasta, repite el estribillo de aquella multitud, metiéndole a la fiesta la apoteosis corsaria de la ronquera. Sabe Sabina que la canción, si conlleva poesía, como es el caso, no prospera sino saqueando una vida, y esa vida ha sido la suya, pero sobre todo ha sido la nuestra.

A tal virtuosismo ha llegado nuestro artista, bajo la sinceridad sostenida de la mentira, porque la memoria es una forma de la imaginación, y porque el que inventa inaugura un pasado. Ha dado, clamorosamente, las altas letras de los que amamos la letra, presenta a sus músicos en octosílabos, y sus conciertos dejan en el ánimo el monumento del mucho futuro que nos queda por detrás, todavía. Alguna vez escribí que Joaquín es el Dylan de los que no sabemos inglés, y hoy,

aquí, me gusta repetirlo. Probando el arte de la impostura, resulta que Sabina nos ha ido logrando nuestro propio testamento. “Soñaba con ser Shakespeare y me he quedado en Machín” arriesgó algún día, en coña muy suya. Naturalmente, ambas cosas, lo de Shakespeare, lo de Machín, son mentira, pero en estas boutades de borracho de sí mismo se entraña la sinceridad de su modo de estar en el mundo, entre el leído de whiskería y el toreador de cabronada. “Fíjate si estoy acabado, Herrera, que ya sólo escribo canciones de amor a mis hijas”. En su casa me lo soltó, para reírse después con esa cosa de barrabás desabrochado que él derrocha. Es muy difícil no amar a un tipo así, tan impostor, tan auténtico, que nos ha leído en canción la propia vida, entre la métrica de Gran Vía y el autorretrato al portador. Tan joven, y tan viejo, Joaquín. Sabina, en fin, que ahora vuelve, que nunca se nos fue. **T**

El otro jardín de Yves



A lo largo de la historia, los grandes diseñadores han encontrado en su flor favorita un símbolo de marca. Todos conocemos la fascinación de Dior por la rosa y de Gabrielle Chanel por la camelia, pero YVES SAINT LAURENT también tuvo la suya. Su corazón latía “proustiano” y, más que en un jardín, la encontró en la literatura. Una exposición así lo descubre.

—Marta de la Calzada.



Una modelo del desfile de alta costura p/v de 2001 de Yves Saint Laurent con blusa de organza bordada con lirios blancos.

Una técnica impresionista

Las texturas esfumadas que usaba el artista francés del s. XX Pierre Bonnard lo vincularon con el Impresionismo y se dice que "convertía en jardín todo lo que tocaba". Inspirado por su obra, Yves Saint Laurent diseña un vestido al que bautiza con su nombre: el vestido homenaje a Pierre Bonnard (en esta pág.), de seda y organza que incluyó en su colección de alta costura p/v de 2001.





Florece la alta costura

Marcel Proust recurrió a las flores para mostrar también la vulnerabilidad de sus personajes: protegerlas de la luz no garantiza que se preserven. Adornados con bordados delicados, las flores simbolizaban también en los modelos de Yves la necesidad constante de renovación de las modas. En 1972 diseña este vestido de noche en seda y organza que se incluye en el catálogo de su colección de alta costura 1972.



El Museo Yves Saint Laurent se ubica en el mismo edificio histórico de la avenida Marceau donde se encontraba su casa de alta costura. Madison Cox, el paisajista del jardín Majorelle de Marrakech, preside la Fundación



Yves Saint Laurent fotografiado en 1976 por Pierre Boulat en el jardín Dar es Saada de Marrakech. Al lado, retrato de su escritor favorito, Marcel Proust, quien siempre lucía en el ojal de su chaqueta una flor prendida, por Jacques-Emile Blanche en 1892. Aquí llevaba una orquídea blanca.

De sus estancias en Marrakech, tomó prestado el color; de su escritor de cabecera, la fijación por algunas flores. Los grandes diseñadores se habían adjudicado ya la suya e Yves Saint Laurent llegó a conocer su preferencia a través de las páginas de *En busca del tiempo perdido*. Hay orquídeas, pensamientos y violetas, hay hasta una sombrilla color malva en esta novela monumental. Si Christian Dior era un gran aficionado a la jardinería, Saint Laurent lo superó adquiriendo todo un jardín. Fascinado por el Jardín Majorelle, desde 1980 lo hizo suyo. Un oasis marroquí poblado de palmeras, cocoteros, árboles exóticos, cactus y buganvillas. Si la rosa marcó desde su infancia en la villa de Granville a Dior, Gabrielle Chanel remataba sus prendas con la camelia y el motivo recurrente para Jacques Doucet fue la hortensia, el artífice del esmoquin de Catherine Deneuve reclamaba también la suya. Y la tuvo. *The flowers of Yves Saint Laurent*, una recién inaugurada exposición en París, nos lo refresca. La debilidad que el modisto francés sentía por Proust la oficializaba en 1987 durante una entrevista para la publicación *L'Egoïste*: Proust describía a las mujeres co-

mo flores, Saint Laurent las cubriría con ellas. Aunque la salida más popular continúa siendo la de Laetitia Casta vestida de novia en 1999 con un traje compuesto por pétalos del taller de Lemarié, en 2001 fue más sutil e inspiró su colección primavera-verano en las flores presentes en la obra del pintor Pierre Bonnard. En 1957 las exigencias de etiqueta ya ponían a prueba el dominio del *couturier* a la hora de aplicar sus conocimientos de botánica a los diseños. Un baile de disfraces organizado por el barón Alexis de Redé en el hôtel Lambert de París (se adelantaba varios años al antológico *Bal Masqué* de Truman Capote en el hotel Plaza de Nueva York) exigía a sus invitados vestir máscara o algún tocado llamativo en la cabeza. La organización del evento, *Bal des Têtes*, lo titularon, corrió a cargo de Lilia Ralli, una personalidad del mundo de la moda muy integrada en la *beautiful people* de la época. No tuvo dudas, el atrezzo para los asistentes debería tener la factura de un jovencísimo Yves Saint Laurent quien, con solo 21 años y todavía formándose en el taller de Christian Dior como asistente (lo fue de 1954 a 1957 y llegó a convertirse en director creativo al frente de la maison), le daría gran altura al *dresscode*. Recurriendo al vocabula-



rio propio de las flores presentó su propuesta en tinta sobre papel cuyo original se exhibe en la muestra. Una oportunidad que le valió a Yves darse a conocer entre la alta sociedad. Tras fundar su propia firma, el legado de Dior continuó marcando su trayectoria, una herencia visual que incluía el repertorio floral. El diálogo con su mentor se traduce en lirios bordados. Símbolo de pureza y belleza, Dior consideraba el lirio blanco su flor de la suerte, que Saint Laurent bordó como guiño claro en una blusa de su colección de 2001. Junto a hombres de letras y maestros, acudió también a los pintores: desde los collage de Henri Matisse a base de recortes de papel que produjo durante su última etapa artística hasta los paisajes impresionistas de Pierre Bonnard. “Seamos agradecidos con las personas que nos hacen felices; ellos son los encantadores jardineros que hacen florecer nuestra alma”, escribió Marcel Proust. De forma parecida, esta retrospectiva lo está siendo con quien abonó para la historia una forma muy distinta de entender el terreno de la moda femenina. **T**

—*The Flowers of Yves Saint Laurent*, del 20 de septiembre al 4 de mayo en el Musée Yves Saint Laurent de París.



Boceto de Yves Saint Laurent para el *Bal des Têtes* celebrado en París en 1957. Abajo, modelos fotografiadas con algunas de esas creaciones.

Bajo la túnica

Por: Marta San Miguel

Lo dicen mirando a lo lejos, justo por encima de tu oreja para que sientas que lo interesante está detrás ti; hablan sin cerrar los ojos, aunque el sol les esté pegando de cara, abriendo poco la boca y arrastrando las sílabas, hartos de repetir que solo te puedes fiar del mar los meses que no tienen R. Y estamos en septiembre, dice uno. Y son las peores corrientes, añade otro. No suena a reproche, en realidad no suena a nada, porque no tiene intención su voz. Los cuatro surfistas me rodean en una media luna; son de estaturas similares, con la piel de cedro ahumado, el pelo amarillo pajizo, crispante como las cejas, hasta la punta de las pestañas tiene la cualidad del papel que prende. Su aspecto es el de náufragos, pero tienen cuerpo de Poseidón, y así controlan la marea, como si fueran semidioses. De pie, el agua les resbala hasta la cintura donde les cuelga el neopreno que hasta hace un instante les cubría el torso, en cambio yo parezco el alga que la marea ha depositado en la orilla, desparramada, inerte, amorfa, después de que el mar me haya dado tales revolcones que he perdido el conocimiento, según me cuentan. Uno me subió a su tabla, otro le ayudó a remar hasta la orilla, los otros dos fueron por si acaso. Cómo, qué estaba haciendo, pues nadar. Sola, sí, estoy sola, nadie ha venido conmigo a la playa. Por qué no debería meterme en el agua si hace bueno. Sí, me gusta bañarme cuando tengo calor como a cualquiera, aunque sea septiembre.

Nos quedamos callados. Las olas rompen en la orilla y hacen un ruido constante de motor centrifugando. Cuando he llegado a la playa, cuánto tiempo he estado en el agua. Miro a lo lejos porque no lo sé y veo varias parejas que pasean vestidas por la orilla, a una joven que camina con gorra. Uno de los surfistas me tiende entonces la mano, tira de mí y noto el cuerpo extrañamente leve. Es ahí, al ponerme de pie, cuando descubro que estoy desnuda, que los cuatro están mirando a los lejos para no mirarme a mí, que tengo arañazos en la piel. Noto arena entre las nalgas, mi sexo gotea, también el pelo. Dónde está mi bañador, les digo sin taparme. Estoy cómoda en mi desnudez, como si estrenara un cuerpo perfecto, viva de puñetero milagro.

Un quinto Poseidón aparece con el neopreno también remangado por la cintura. En la mano lleva una especie de túnica. Es lo único que he encontrado en la furgoneta, dice, y me lo tiende. La tela es holgada, huele a incienso y me pregunto si me sienta bien en vez de preguntarme cómo volveré a casa. ¿Casa? El del vestido ha traído también un móvil y me pregunta si quiero llamar a alguien, pero no recuerdo ningún número de teléfono, quién se sabe hoy los números de teléfono, le digo, y les sonrío por primera vez. Ahora que estoy vestida me miran y sé que quieren llamar a una ambulancia, que sienten algo relativo al miedo, algo en mí les aterra, algo impredecible que me rodea. No saben qué hacer, qué mirar, qué decir, qué pie mover, qué mano. En tierra parecen tortugas.

Gracias, creo que me voy a casa. Uno de ellos me tiende un brazo y se ofrece a acompañarme por la arena. No es necesario, digo rechazando semejante anacronía y enfilo hacia una toalla que está a lo lejos, abandonada, haciéndola pasar por mía. Mañana te lo traigo, añado guiñando un ojo al de la túnica mientras me alejo, que no lo eche de menos su legítima dueña. Y los dejo ahí, con sus tablas tiradas en el suelo como lo que son en realidad, trozos de corcho.

Es extraño caminar sin ropa interior, sin tu propia ropa en realidad, sin tus cosas, sin nada que te vincule al momento. Sin esa conciencia, solo eres carne que avanza aplastando la arena. Cuando llego a la toalla, abro la bolsa para ver qué hay, en qué me ayuda esa identidad que estoy robando; un libro de un autor extranjero, un neceser que contiene crema de protección solar antiarrugas, un inhalador, chicles, unas llaves de casa, el resguardo del pedido del supermercado, con la fecha y la hora de entrega y la dirección del domicilio. Lo recojo todo y camino hacia la salida de la playa. Paso por delante de una pareja que fuma, solo soy alguien que vuelve a casa, no saben más de mí que yo, y de pronto me vuelvo invisible, oculta en las pertenencias de alguien mientras asciendo por las escaleras del acantilado. Debería preocuparme por no recordar, pero encuentro en esta amnesia un paréntesis reconfortante, como si hubiera nacido de nuevo, como si no quisiera saber y por un rato estuviera bien esta levedad. Cuando llego arriba, noto un olor de comida a la plancha. Rebusco en el neceser y hay un par de billetes de veinte euros, monedas, en el bolsillo interior encuentro una cajetilla de tabaco negro. Y lo mejor, unas alpargatas unisex de talla única. Entro en el bar convertida en alguien que no existe y que me cubre.

Acaba de empezar un partido de fútbol y todos están sentados mirando la pantalla que está en lo alto de un rincón. El camarero tarda lo indecible en servirme la caña y el pincho, me dan ganas de decirle que vengo de estar muerta. Hojeo el periódico que está en la barra, 9 de septiembre; miro la hora en la tele y saco el resguardo del supermercado. Alguien tendrá que abrir al pobre repartidor, me digo, así que apuro la caña y me voy comiendo el bocadillo hacia la dirección que indica el papel con el nombre indescifrable en el garabato de la firma.

Conozco el barrio porque una amiga vivió allí. No recuerdo quién era exactamente, tampoco recuerdo dónde vivo yo misma, pero ubico en el mapa mental los pasos que voy dando. Es impredecible la identidad que uno ha sido, no sabes cuándo va a salir al rescate esa memoria preverbal, y así avanzo, cubierta por una túnica prestada, puro poliéster con adornos espirituales, de lunas y átomos que quieren reproducir el origen del cosmos. Avanzo como si acabara de mudar la piel sin saber cómo ha sucedido. Qué lujo repentino este de estrenar una vida en medio de la vida previa, esa no noción de mí misma es una libertad plagada de curiosidades y revisiones. Piso la calle que ya he pisado, sé que la he pisado pero la miro por primera vez, y así con todo, con los olores y el sabor de mi paladar, con la fluidez de mis muslos rozándose a cada paso. Existo como recién nacida, húmeda aún. ¿Acaso no desearíais que os pasara?, pienso en decirles a los que se cruzan conmigo, con su ropa usada y la piel amoldada a su imperfección como se amoldan los zapatos a la pisada. Estreno un cuerpo que tiene arena y sal pegada; estreno el tacto de esta tela; soy un espectro que suda y huele y respira agitado para llegar a tiempo a abrir al repartidor a una casa a la que sé llegar siguiendo los números de los portales. Si supieran que estoy desnuda bajo la túnica, me mirarían, pero solo yo lo sé. Y qué libertad es mi secreto.

El edificio a esas horas queda en sombra, el portal es frío y tardo en meter la llave porque no sé cuál es. Tardo en encontrar el ascensor. Doy al botón del cuarto piso y meto la llave más gorda de todo el manajo en el bombín. El ruido que abre la puerta despierta una fascinación púber, viciosa, divertida cuando descubro que no hay nadie en esa casa. Abriré al repartidor, me preocupa que pierda una tarde de trabajo cargando con cajas, pero no me preocupa

(¿debería?) la denuncia por usurpación de identidad, allanamiento, robo y a saber qué otros delitos podrían imputarme si llegara alguien. Será un momento. Lo explicaré. Les hablaré de los surfistas, de que la memoria volverá cuando suba la marea. Es cuestión de tiempo.

El salón es una estancia alargada y en penumbra, el sofá tiene dos huecos hundidos, como dados de sí. En los estantes hay fotos, que no miro; no quiero saber la vida de quién estoy ocupando en ese instante, a quién suplanto. Quiero seguir siendo invisible, así que me voy a la cocina. El segundero del reloj suena como una avalancha. Me pregunto quién llegará antes, si los dueños o el repartidor. Qué diré cuando eso pase. Miro a lo lejos, como hicieron los surfistas, como si hubiera ante mí algo deshonoroso, miro a través de la ventana que da al patio interior y me abro una cerveza. No debería tardar en llegar el pedido, de hecho tocan el timbre al tercer trago. Me levanto y busco el telefonillo, que solo encuentro cuando suena más largo una segunda vez. ¡Hola!, digo, y aprieto el botón. Pego la oreja a la puerta para escuchar subir el ascensor. En el rellano aparece un tipo de uniforme empujando un carrito vertical con tres cajas de plástico apiladas. Entra directo a la cocina. ¿Se lo dejo aquí? Ahí es perfecto. Lo veo sacar paquetes, bolsas con el refrigerado, las verduras, el pan, cajas de leche, la fruta, varios paquetes de pañales para pérdidas de orina, más cerveza, latas de conservas, una botella amarilla de lejía. La intimidad ajena es excitante. Apoyada en el vano de la puerta, desnuda bajo mi túnica como si fuera un cielo particular, observo el culo del muchacho al agacharse y levantarse haciendo fuerza, sus antebrazos que se inflan al agarrar las bolsas de plástico. Me dan ganas de encender un cigarro y hacer que fumo, sensual, libre de responsabilidades. El chico, con coleta, de piel pálida y dos tatuajes que asoman por el borde del uniforme hacia su cuello, apila las cajas y al fin se gira con las manos empuñando el carrito. Adiós, señora. Y se vuelve por donde ha venido cerrando la puerta tras de sí.

¿Señora?



Marta San Miguel es periodista y escritora. Su poemario *Meridiano* recibió el XXIX Premio José Hierro. Su primera novela, *Antes del salto* (Libros del Asteroide, 2022), fue uno de los mejores debuts del año.

En el espejo de la entrada me miro mientras escucho el ascensor que sube a recoger al repartidor. Descubro las arrugas de una mujer tan mayor que le cuelgan los carrillos, el lóbulo de las orejas, un trozo de carne flácido bajo la barbilla. La tela de mi túnica cubre un cuerpo que no tiene cintura ni cadera. No hay tetas sino un pellejo plano. El pelo que estuvo hace un instante cubierto de algas es apenas un flequillo. Busco en las fotos del salón para ver cómo es el cuerpo de la identidad que he usurpado, pero no sé quién ha llegado antes si la mujer anciana o el hombre que está a su lado, que le tiende la mano en el reflejo del espejo. Tiene buen aspecto el hombre, parece amable, seguro que no le importa que haya robado las cosas. Cuando amanezca volveré a la playa y lo devolveré todo, lo dejaré donde estaba, le digo, volveré al agua a buscar mi bañador. Pero la túnica me la quedo. **1**

Ilustración: Jacobo Pérez-Enciso.

Relato breve. Dice Marta San Miguel que su manera de escribir es “espeleológica”: no tiene claro dónde quiere ir hasta que comienza a escarbar. Su relato, entre lo poético y la ficción psicológica, es una muestra de ello.





Donald Trump y su esposa Melania charlan durante la cena anual de la Alfred E. Smith Foundation en Nueva York el pasado mes de octubre. (Foto: Michael M. Santiago/Getty Images)

El próximo lunes 20 de enero Donald Trump jurará su cargo en el Congreso como 47 presidente de los EE.UU tras ganar a la candidata demócrata Kamala Harris en las elecciones de noviembre. Su uso de la propaganda y las redes sociales ha sido clave para regresar a la Casa Blanca en un segundo mandato, con una acumulación de poder en el Senado, el Congreso y el Tribunal Supremo como no se ha visto antes y liberado de sus causas penales al ser de nuevo un presidente en ejercicio. En las últimas semanas ha desgranado los nombres del que será su “núcleo duro”, desatando algunos temores entre sus críticos: un antivacunas en Sanidad, un negacionista del cambio climático en Energía, empresarios contribuyentes del Partido Republicano... Hablamos con 4 expertos en geopolítica para saber **lo que nos espera con Trump.**

—Cristina Larraondo y Elena Flor.

Perros robot y guardias armados hasta las cejas patrullan por los jardines de Mar-a-Lago. La victoria electoral ha reunido a más de 4.000 personas en este resort privado de Palm Beach, propiedad y residencia de Donald Trump, reconvertido desde hace unas semanas en epicentro del poder mundial, aunque hace tan solo dos años el FBI registró la mansión para recuperar documentos secretos relacionados con su anterior etapa como presidente. Durante toda la velada no cesó el trasiego de invitados que querían acercarse hasta la mesa del que, a partir del 20 de enero, será de nuevo presidente de la primera economía del mundo. Una mesa que Trump compartió con algunas de las figuras más influyentes de su nueva administración: el empresario Elon Musk, que ha invertido 119 millones de dólares en la campaña; Susie Wiles, jefa de campaña y del gabinete entrante; o Dana White, director ejecutivo de *Ultimate Fighting Championship*, empresa de artes marciales mixtas. Cuenta la periodista Taylor Lorenz, en una reveladora reflexión publicada en *The Hollywood Reporter* sobre algunos de los motivos que han llevado de nuevo a Trump a la Casa Blanca, que “momentos después de que fuera declarado ganador, Dana White subió al escenario para agradecer a quienes ayudaron a conseguir la victoria: Nelk Boys, Adin Ross, Theo Von, Bussin’ With The Boys y, sobre todo, al poderoso Joe Rogan (con 20 millones de seguidores en redes). Un grupo que ha surgido de este ciclo electoral como ganador definitivo: los influencers. Si bien republicanos y demócratas trabajaron horas extras para cortejarles, sus estrategias fueron divergentes. La campaña de Kamala Harris dio prioridad a los clips cortos, invirtiendo en videos rápidos y remezclas virales en TikTok e Instagram. La de Trump fue más profunda y prolongada, invirtiendo en podcasts de YouTube de larga duración y creando asociaciones con transmisiones en directo. Harris buscaba que ellos se reunieran en su propio terreno, mientras que Trump viajó hasta sus lugares de trabajo. Al final, esto último resultó muchísimo más exitoso”. Por supuesto no es esta la razón última para entender la aplastante victoria de Trump. Pero ahora lo que toca es prepararse para su presidencia.

Durante su larga y accidentada campaña, en la que sobrevivió a dos intentos de asesinato, el candidato habló alto y claro de lo que pensaba hacer a su regreso: “Ser dictador por un día”, dijo en un mitin de Iowa. Por eso sus críticos temen sus primeras decisiones, sea cerrar la frontera con México o indultar a los asaltantes del Congreso el 6 de enero de 2021. Una de las mayores preocupaciones para Europa son las consecuencias que puedan tener sobre su economía, en lo que afecta a la energía y el libre comercio. A este respecto, el equipo de análisis de Goldman Sachs prevé que se produzca, aparte del anunciado aumento de los aranceles de un 10-20% a todos los países, además de un 60% de China, “el recorte de la inmigración, las bajadas de impuestos y una mayor flexibilidad regulatoria”. Aún así, confía en que la economía estadounidense crezca un 2,5% en 2025.

Para Miguel Cardoso, economista jefe para España de

BBVA Research, “en principio el impacto directo en la economía española no será tan importante, ya que la exposición no es tan significativa como en otros países de la eurozona. Entre los sectores más afectados estarán los bienes de equipo (incluido el automóvil), el farmacéutico y el agroalimentario”. Así, mientras Goldman Sachs reduce al 0,8 por ciento el crecimiento estimado en el PIB europeo, España se despega con un brillante 2%. Christine Lagarde, presidenta del Banco Central Europeo (BCE) aconsejaba, en una reciente entrevista en *Financial Times*, evitar una guerra comercial, negociar y aplicar una “estrategia de la chequera”, comprando a EEUU determinados productos como gas natural licuado y equipos de defensa, e instaba a Europa a “despertar” y recuperar la competitividad económica.

También se da por descontado que EE.UU. saldrá de nuevo del Acuerdo de París sobre el cambio climático. Para Julián Cubero, economista senior de BBVA Research, “tendría consecuencias desde su anuncio y se frenarían los esfuerzos globales, coordinados, liderados por Europa y, no estrictamente por razones climáticas, por China, ahora que este país abre la puerta a colaborar financieramente con la ayuda a economías en desarrollo (según lo pactado en la COP29)”. La amenaza sobre la OTAN y las fronteras europeas si Ucrania pierde la guerra, la difícil estabilidad en Oriente Medio y el crecimiento de la polarización son otros de los temas que tratan nuestros analistas.



ANNE APPLEBAUM

Analista política y escritora, Premio Pulitzer, colabora con The Washington Post y The Atlantic. Su último libro es *Autocracia S.A.* (Debate).

“A Trump no le interesan las instituciones internacionales, excepto para denigrarlas”

Vive a caballo entre Washington, Londres y Varsovia y es una experta en lo que pasa más allá del antiguo Telón de Acero. Con el nuevo mandato de Trump no es precisamente optimista. “Europa no está preparada para lo que se le viene encima”, afirma.

¿Cómo influirá su victoria en la tendencia a la polarización que también se observa en Europa, con gobiernos como el de Viktor Orbak en Hungría y el de Giorgia Meloni en Italia?

Es cierto que la extrema derecha se sentirá envalentada por el futuro gobierno de Trump. Aunque calificar éste de derechista tal vez no sea la palabra adecuada: hasta ahora Trump ha elegido para su gabinete a muchas personas que no son conservadores, sino donantes

muy ricos o teóricos de la conspiración. No sé qué conclusiones sacarán los verdaderos conservadores de estas decisiones.

¿Estos gobiernos emergerán más fuertes? ¿Aumentarán su peso o influencia en la Unión Europea?

A Trump le interesa él. No tiene ideología. Es difícil predecir lo que hará, pero es hora de que los europeos entiendan que deben asumir la responsabilidad de su propia seguridad y comercio. Está claro que no va a ser una administración proeuropea, pero también que no se va a parecer a ninguna administración que ha habido hasta ahora, ni siquiera a la primera que él tuvo. Espero que la gente se prepare para un cambio drástico.

¿Cree que la elección de Trump va a aumentar el descrédito y la inacción de las instituciones internacionales diseñadas precisamente para frenar los regímenes dictatoriales?

La campaña de Trump ha usado prácticas de propaganda que se han usado en Rusia, como mentir y hacerlo de forma repetida. ¿Cómo funciona esa repetición de mentiras? Los ciudadanos se vuelven apáticos y pasan de cuestionarse nada. En cuanto a las instituciones internacionales, a Trump no le interesan en absoluto, excepto quizás para denigrarlas.



CARLOTA GARCÍA ENCINA

Investigadora principal de Estados Unidos y Relaciones Transatlánticas del Real Instituto Elcano.

“Estados Unidos es la gran potencia y eso no cambiará en el medio plazo”

Lo primero que demostró en 2016 Trump, fue que era posible dirigir una administración sin hacer reverencias a los tradicionales consensos y tabúes de la política internacional estadounidense”, ha escrito García Encina sobre su reciente victoria. “Se alejó de manera notable de la gran estrategia de la Pos-

“El mundo es mucho más peligroso que durante su primer mandato, hay dudas sobre cómo acabará la guerra en Ucrania, reducirá la inestabilidad en Oriente Medio y lidiará con China”

(Carlota García Encina)

“A Trump le interesa él, no tiene ideología y es imprevisible. Los europeos deben entender que tienen que asumir la responsabilidad de su propia seguridad y su comercio”

(Anne Applebaum)

guerra Fría sobre la que se había apoyado el liderazgo de Estados Unidos durante las últimas décadas”.

Si estos son los antecedentes, ¿cuál será la nueva estrategia de Trump en las relaciones internacionales?

La esencia del enfoque de la política exterior de Trump, el transaccionalismo desnudo, no ha cambiado. Pero el contexto en el que intentará llevar a cabo su forma de hacer tratos se ha modificado drásticamente: el mundo es hoy mucho más peligroso que durante su primer mandato. Por eso hay dudas sobre cómo acabará la guerra en Ucrania, reducirá la inestabilidad en Oriente Medio y lidiará con China. Su transaccionalidad es ahora el mejor argumento para ser cautos pero ligeramente optimistas. Porque Trump cambia de opinión, sobre todo si la alternativa le sale “más económica”. Lo único claro es que dejará a Netanyahu seguir su política en Gaza. En lo demás, hay que esperar.

¿Le arrebatará China el liderazgo de potencia mundial?

EE.UU. es la gran potencia y la gran economía mundial, y eso no cambiará en el medio plazo porque no hay alternativa a ella. China podrá superarla en algunos ámbitos, como en ciertos temas tecnológicos, pero

tampoco está exenta de debilidades como la propia América. Y, a pesar de todo y de Trump, seguirá contando con numerosos países que siguen siendo sus aliados.

¿Cómo nos va a afectar esta presidencia a los europeos?

Trump se distanciará del marco retórico de Biden de que EE.UU. lidera una contienda entre democracias y autocracias, y eso ya le distancia de la Unión Europea. El reto será estar unidos frente a Trump mientras algunos de los países quizás prefieran negociar bilateralmente con Washington, sacar provecho y dejar de lado el paraguas de la UE. Además, es de suponer que Europa se vea acorralada en el escenario ucraniano porque ha dejado clara su intención de poner fin a la masiva ayuda económica y militar enviada por Washington. Hay dudas de cómo cumplirá su promesa de acabar con el conflicto, de cómo negociará con Putin y de cómo convencerá a Ucrania para que deje de luchar. Pero quiere hacerlo sin los aliados europeos.

¿Qué sucederá con la OTAN?

No habrá salida de EE.UU. de la OTAN, pero la Alianza Atlántica podría verse vaciada de significado político y de capacidad operativa por esta desvinculación. Teóricamente ésto obligará a los aliados europeos a elevar su umbral de compromiso y cooperación en el ámbito de la seguridad, algo que convivirá con la persecución de algunos países de una relación bilateral especial con EE.UU. Una dinámica bastante plausible por el posible efecto dominó que la victoria de Trump podría tener en el Viejo Continente, ofreciendo legitimidad y fuerza política a muchos escorados nacionalistas y eurófobos.



JOSÉ MANUEL GARCÍA-MARGALLO

Exministro de Asuntos Exteriores y Cooperación.

“El nuevo presidente dará prioridad a las órdenes ejecutivas sobre las leyes aprobadas por el Congreso”

Con un vasto conocimiento de la realidad internacional, el exministro de Asuntos Exteriores de España -cargo que ocupó entre 2011 y 2016- reflexiona acerca del programa político de Donald Trump y del *nuevo estilo* de gobernar del próximo presidente de los Estados Unidos.

“En lo que se refiere a la política interior, el programa de Trump se estructura en tres ejes: la reducción del tamaño del Estado, la eliminación de regulaciones innecesarias y la supresión de cargas fiscales que entorpezcan el desarrollo económico de la nación. Nada muy diferente a lo que hicieron los presidentes republicanos que le precedieron. En política exterior su programa se estructura en la lucha contra la inmigración (Tom Homan será el encargado de expulsar a los casi diez millones de inmigrantes ilegales), el proteccionismo comercial, el aislacionismo y la derogación de tratados como el Acuerdo de París contra el Cambio Climático o los Acuerdos Comerciales que lesionen los intereses nacionales y que, a su juicio, debilitan la primacía de Estados Unidos. Ejes que contradicen las posiciones de otros presidentes americanos que siempre han visto a Estados Unidos como *la ciudad en la cima de la colina a la que corresponde el deber divino de extender la libertad y el autogobierno por todo el mundo*. Los nombramientos de Robert F. Kennedy Jr., conocido antivacunas, como secretario de Salud y Servicios Humanos y el de Chris Wright, encargado de Energía y negacionista del cambio climático, amenazan las relaciones con la Organización Mundial de Salud y auguran que el Acuerdo de París tiene los días contados. *Quitando amor y religión, arancel es la palabra más hermosa de todo el diccionario*: con estas palabras


“Para entender el fenómeno Trump hay que superar la vieja distinción entre derechas e izquierdas y centrarse en las diferencias entre democracias liberales e iliberales”

(José Manuel García-Margallo)

Donald Trump anunciaba su propósito de imponer aranceles de entre el 10% y el 20% para todos los países, del 60% para China y de entre el 100 al 1000% para México. El apetito desordenado de Trump por los aranceles y su justificación de que harán que las empresas extranjeras se establezcan en Estados Unidos es contrario a las tesis de sus predecesores republicanos. Los expertos alertan del efecto boomerang que la medida podría tener en la economía americana y de la posibilidad de que se reavive una guerra comercial de consecuencias impredecibles. El nombramiento de Huckabee como embajador de Israel augura una postura más hostil con los derechos de los palestinos y podría acarrear consecuencias apocalípticas para la Cisjordania ocupada. Huckabee se ha manifestado explícitamente contra la solución de los dos Estados, lo que representa una ruptura con la política oficial del país desde hace décadas. Para empezar, sostiene que los asentamientos israelíes en la Cisjordania ocupada no son ilegales, ignorando el consenso generalizado de Naciones Unidas.

Lo novedoso es cómo pretende implementar estos objetivos: dando prioridad a las órdenes ejecutivas sobre las leyes aprobadas por el Congreso, sustituyendo funcionarios *dudosos* por leales y mostrando su desdén por organismos internacionales que considera repletos de burócratas globalistas. Elon Musk, junto con Vivek Ramaswamy, ha sido nombrado director del Departamento de Eficiencia Gubernamental: su función será crear un grupo de consultoría externo a la Casa Blanca que emitirá recomendaciones a la Oficina de Administración y Presupuesto de la nueva Administración para racionalizar la burocracia gubernamental, eliminar el gasto innecesario y hacer que el gobierno federal funcione mejor. Ya han declarado que recortarán miles de normativas federales y llevarán a cabo despidos masivos de funcionarios. También han enumerado gastos públicos que podrían reducir o eliminar, como los 1.500 millones de dólares que el Gobierno destina a subvencionar organizaciones internacionales, los 535 millones con los que desde 1967 se financia la Corporación para la Radiodifusión Pública, o los casi 300 para organizaciones “progresistas” sin ánimo de lucro.

Para entender el fenómeno Trump hay que superar la vieja distinción entre *derechas e izquierdas* y centrarse en las diferencias entre democracias liberales e iliberales. Las liberales, entre las que incluyo a republicanos como Reagan y Bush, se definen por su compromiso con la defensa del individuo y sus libertades básicas, con el estado de derecho, la economía de mercado y la defensa de un orden sujeto a normas. Las democracias iliberales parten de principios opuestos: adoctrinamiento desde el poder, ocupación de las instituciones, intervención en el mercado y desprecio por las instituciones y leyes internacionales. Trump encaja de pleno en esta última definición”.



Ana Palacio fue la primera mujer ministra de Asuntos Exteriores de España. En la imagen, en el salón de su casa de Madrid junto a una pintura de su juventud.

ANA PALACIO

Exministra de Asuntos Exteriores y
exvicepresidenta del Grupo Banco Mundial.

“Trump puede decir hoy
una cosa y mañana la contraria”

Asegura ANA PALACIO que “a Trump no le gustan los colectivos ni los entiende, no comprende las instituciones. Necesita un portavoz fuerte para negociar de tú a tú como podrá hacer con Putin o Xi Jinping. Pero, ¿quién es esa persona fuerte en Europa? ¿Von der Leyen? ¿Meloni? ¿Macron?”

—Fotos: Antón Goiri

En la biblioteca de la casa de Ana Palacio en Madrid hay dos fotografías emblemáticas de algunos de los acontecimientos a los que tuvo que enfrentarse durante su paso por el ministerio de Asuntos Exteriores: una de una fragata del ejército español custodiando la isla de Perejil tras el conflicto que enfrentó a España con Marruecos, y otra junto al entonces secretario de Estado de Estados Unidos, Colin Powell, “colega cercano en los difíciles tiempos de la guerra de Irak”. Desde entonces Palacio sigue activamente la actualidad norteamericana como profesora visitante de la universidad de Georgetown y como amiga de dos poderosas exsecretarías de Estado: Condoleezza Rice y Madeleine Albright. “Estuve en Estados Unidos el pasado septiembre, -me cuenta- pocas semanas antes de que se celebrasen las elecciones presidenciales. A diferencia de lo que sucedió en 2016, cuando nadie esperaba que Trump ganase, ni siquiera él mismo lo pensaba, esta vez en Washington sí se barajaba la posibilidad de que lo lograra, aunque fuese por una mínima diferencia de votos con respecto a Kamala Harris. Es más, incluso se habían tomado medidas de seguridad porque se preveía que las elecciones se dirimirían entre una horquilla de 2.000 u 8.000 votos, y que podría haber altercados en las calles. En el recuerdo de todos estaban aquellas terribles imágenes del asalto al Capitolio del 6 de enero de 2021”.

Sin embargo, no ha sido así en absoluto porque Trump ha arrasado con un amplio margen sobre Harris.

Así es, ha ganado limpiamente y ha logrado una cuota de poder extraordinaria. La acumulación de poder de Trump es inaudita, insólita, algo que nadie había previsto. Ha ganado en voto popular, aunque con el 50,2% que no es arrasar, y en los estados bisagra. Mantiene la Cámara de Representantes y se hace con el Senado. Además no olvidemos que el Tribunal Supremo, dentro de que es una institución absolutamente independiente y que los jueces están nombrados de por vida, tiene hoy una mayoría abrumadora de conservadores a la que Trump contribuyó durante su primer mandato. Ahora llega con un poder extraordinario y tiene todos los instrumentos para cambiar las cosas.

Parece que a Donald Trump le han votado muchas más personas de las que auguraban las encuestas. ¿Quiénes le han dado una victoria tan abrumadora?

Circulaba el prejuicio de que el elector típico de Trump es el hombre blanco, de mediana edad, sin estudios, el

resentido por antonomasia, el que se puso unos cuernos en el asalto al Capitolio. Pero en realidad a Trump le han votado ciudadanos que para nada responden a este tópico: gente con educación, mujeres, hispanos, incluso ha incrementado el voto entre los afroamericanos. Creo que es un mago de la comunicación.

¿Por qué una figura tan peculiar como Trump ha podido aglutinar en torno a sí a colectivos tan diversos?

En mi opinión, en primer lugar estaría el “más vale lo malo conocido...” A Trump le ha beneficiado mucho que el pueblo americano supiese de sus disparates y rarezas. En cambio, si algo ha destacado de Kamala Harris es que no tenemos una idea clara de quién es. En cuanto a cuestiones de fondo, destacaría el cansancio de las guerras que se percibe en la sociedad americana, de ser el sheriff del mundo. También se está dando una peligrosa desconfianza en las instituciones. Y, en medio de todo esto, aparece Trump que se presenta como un hombre fuerte que ha sacado partido de lo que acongoja a muchas familias: desde la inflación a la inseguridad en las calles, la inmigración o el *wokismo* rampante en las escuelas y en las universidades de élite. Además, ha prometido que promoverá la paz en el mundo. Le ha votado gente de todas partes, el vecino de al lado que quizás nunca lo había reconocido en las encuestas.

¿Cuáles cree que han sido los fallos de la campaña de Harris?

Harris se ha centrado en el aborto y en el cuerpo de la mujer, y quizás esa campaña monotemática no ha funcionado. Escuché una intervención de Michelle Obama y pensé: *¿cómo puede hacer un discurso solo centrado en el hecho de ser mujer y en el cuerpo?* He hablado con muchas mujeres que me han dicho: *el tema de mi cuerpo lo tengo muy claro y, francamente, a mí lo que me interesa es la educación de mis hijos*. También me parece asombroso que no haya mencionado en campaña que podría ser la primera mujer, y perteneciente a una minoría, presidenta del país. Y todo ello a pesar de que con Kamala ha estado todo Hollywood y especialmente dos mujeres que mandan mucho en la opinión pública: Michelle Obama y Jennifer Lopez. Por el contrario, a Trump le han apoyado grandes empresas, en particular tecnológicas, además de todo ese mundo “a ras de calle” que quiere replegar a Estados Unidos, áreas importantes de Wall Street, sin olvidar colectivos más radicales que conforman el famoso ejército MAGA (*Make America Great Again*, hacer América grande de nuevo).

¿Qué podemos esperar de la nueva Administración Trump con los nombramientos que está realizando?

Más que hablar de nombres concretos me parece impor-

tante subrayar los tres perfiles tipo que encontramos entre los nombramientos que viene desgranando desde su victoria. Están en primer lugar *los halcones*, grupo al que pertenece Marco Rubio, antiguo adversario de Trump designado secretario de Estado. Se caracterizan por suscribir la proyección internacional de Estados Unidos y entender que China interpela la acción de la Casa Blanca, pero que igualmente les concierne lo que pasa en Ucrania, la alineación de Pekín con Teherán y Corea del Norte, o la guerra de Oriente Medio. El segundo grupo lo podríamos denominar *prioridad sobre China*, los que entienden la implicación global de Estados Unidos pero consideran que en estos momentos los esfuerzos deben concentrarse en contrarrestar la hegemonía china. Y hay un tercer grupo, que tiene una larga tradición en la diplomacia americana, los *aislacionistas*, encabezados por el vicepresidente electo J. D. Vance, que consideran que Estados Unidos debe replegarse sobre los problemas sociales que les aquejan. La fuerza de esta corriente, muy extendida entre los niveles medios e inferiores del aparato del partido republicano, reside en que el presidente es el heredero designado del movimiento MAGA. Está nombrando a personas que pertenecen a estos tres grupos de poder.

¿Cómo definiría a Trump?

Creo que tiene dos características muy señaladas. La primera es que hace gala de ser impredecible; es decir, cambia de opinión y no le preocupa, puede decir hoy una cosa y mañana la contraria. La segunda es que no tiene sentido de las instituciones ni del derecho. No es que no tenga principios, sino que está en el arte del acuerdo, de la transacción. Las instituciones para él no tienen ningún interés, son meros instrumentos. Y otra cosa cuando hablamos de él es la vanidad: con sus decisiones buscará medallas que ponerse.

En esta opción por *America First*, Estados Unidos primero, ¿cómo serán las relaciones de la administración Trump con la Unión Europea?

Como he dicho antes, lo que hará el presidente es impredecible. Pero de cara a Trump lo primero que deberíamos hacer los europeos es unirnos. Por ejemplo, respecto a Ucrania donde ya vemos posturas muy divergentes. En segundo lugar, tenemos que elaborar un plan estratégico que contemple medidas tácticas frente al descomunal ego de Donald Trump. Esto en cuanto al fondo. Y en cuanto a la forma, a Trump no le gustan los colectivos ni los entiende, aborrece la Comisión Europea, no comprende las instituciones. Él necesita un portavoz fuerte que tenga capacidad y mandato para negociar de tú a tú, como podrá hacer con Putin o con el presidente chino Xi Jinping. Pero, ¿quién es esa per-

sona fuerte en Europa? ¿Ursula von der Leyen? ¿Giorgia Meloni? ¿Emmanuel Macron? Quizás quien salga de las próximas elecciones en Alemania, pero hasta junio no tendrán gobierno. Frente a Trump necesitamos una buena estrategia a medio y largo plazo, un buen planteamiento de lo que Europa es con respecto a Estados Unidos defendiendo nuestros intereses y principios.

¿Ve posible que Estados Unidos abandone la OTAN?

No quiero ser pesimista. Recuerdo que el llamamiento a que los europeos dejáramos de mecernos dulcemente en el dividendo de la Paz, no es de Trump, se lo escuché en 2011 al entonces saliente Secretario de Defensa de Obama. Tenemos que ser realistas, no podemos seguir descargando exclusivamente nuestra seguridad en las espaldas americanas. Y esto va a traer consigo decisiones difíciles. España es el país que menos contribuye por PIB a la OTAN. Tendremos que incrementar al menos un punto porcentual y arbitrar de dónde

salen esos cerca de 15.000 millones de euros.

Trump ha asegurado que acabará con la guerra de Ucrania y con el conflicto en Oriente Medio.

Me cuento entre aquellos que no creen que las ambiciones rusas se paren en el Dombás y Crimea. Por lo tanto, una paz de perdedores para Kiev repercutiría negativamente en nuestro futuro: la entrada de una Ucrania así, amputada, en la Unión Europea no se puede hacer. En cuanto a Oriente Medio, el equipo Trump exhibe un consenso general de enarbolar una postura muy rigurosa contra Irán y buscar la negociación con los países árabes y los del golfo. Además, Trump apoyará

a Israel, aunque tenemos que ver en qué se traducirá la desaparición de la primera línea política de su yerno Jared Kushner, que ocupó el cargo de asesor principal del presidente en su anterior legislatura y fue el muñidor de los Acuerdos Abraham.

¿Habrá cambios en la política energética y climática de Estados Unidos?

La transición energética es la gran bandera de la Unión Europea desde cuando aún no había conciencia de que este tema afectaba a la humanidad entera. Negacionista confeso del cambio climático y partidario a ultranza de la explotación gasopetrolera, Trump ha prometido retirar a Estados Unidos del "horriblemente injusto" Acuerdo de París sobre el clima como hizo durante su primer mandato. Según algunas fuentes, ya está redactada la orden ejecutiva que comenzará ese proceso. Ha anunciado el incremento de la producción y exportación de gas, y poner fin al *Green New Deal* (nuevo pacto verde) al que llama *Green New Scam* (nueva estafa verde). **T**



La exministra con TELVA en Irak

La invasión de Irak fue uno de los conflictos más graves que Ana Palacio vivió como ministra. En 2003 TELVA le acompañó durante seis días en su visita al país.

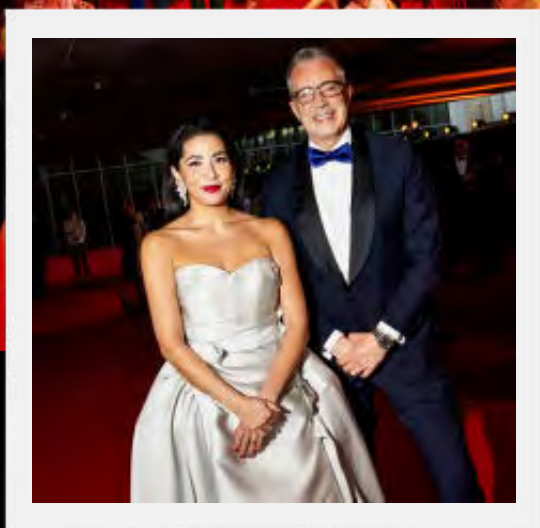
ASÍ VIVÍ UNA NOCHE DE HOLLYWOOD

La Gala del Museo de la Academia reúne a 500 figuras de la industria del cine en una cena benéfica privada, sin cámaras de televisión ni periodistas... Salvo que, como TELVA, seas un invitado exclusivo de Rolex.

—César Suárez. Fotos: Hunter Abrams (The Academy Museum Gala).



Más de 500 invitados de la industria del cine de Hollywood disfrutaron de una fastuosa cena en la terraza del Museo de la Academia de Cine



EL FUTURO DE LA ACADEMIA

El CEO de la Academia de las Artes y las Ciencias Cinematográficas, **Bill Kramer**, y **Amy Homma**, directora del Museo de la Academia, son los responsables de renovar los aires de la principal organización de la industria cinematográfica del mundo, que cuenta con el apoyo clave de Rolex dentro de su impulso a la cultura global gracias a su programa Perpetual Arts.

Todo lo que tiene usted en la cabeza sobre Hollywood es cierto. Y si no lo es, podría serlo. En Los Ángeles uno entiende que Hollywood es una manera de pensar, un calificativo, un estado mental. Todos esos engranajes dorados, exagerados y excéntricos de la “fábrica de sueños” están aquí a la vista. Están las palmeras finísimas de sombra inútil que miles de desempleados plantaron para embellecer la ciudad en las Olimpiadas de 1932. Está el cielo azul constante, las anchas aceras sin gente, los bailes de Emma Stone en *La La Land*, Julia Roberts de compras por Rodeo Drive, las sinuosas carreteras que recorren las mansiones de Bel Air, el rótulo con las letras míticas en lo alto de la colina, los patinadores, las limusinas, los fumadores de hierba tumbados en la ídem, el gimnasio de Schwarzenegger en la playa, los partidos simultáneos de frisbee. Bukowski en la biblioteca pública, las tribulaciones de John Fante, Humphrey Bogart



MÁS QUE UNA CEREMONIA FORMAL, UNA REUNIÓN DE AMIGOS Y COLEGAS



Desde arriba, en el sentido de las agujas del reloj: Joaquin Phoenix y Rooney Mara; Paul Mescal y Saoirse Ronan; Rita Moreno y Ariana DeBose; Demi Moore y Margaret Qualley; Kendall y Kylie Jenner, Uma Thurman y Tarantino.





TARANTINO, RITA MORENO Y PAUL MESCAL FUERON LOS PREMIADOS



Nicole Kidman.
Arriba: Steven Spielberg y Rita Moreno (protagonista de *West Side Story* en 1961); John Travolta y su hija, Ella Bleu. Dcha.: Kirsten Dunst y su marido, Jesse Plemons; Meg Ryan y John Mellencamp.



En el sentido de las agujas del reloj: Cara Delevingne y Selena Gómez; Jessica Biel; Colman Domingo; Sarah Paulson, Holland Taylor y Amy Adams.



en un bungalow de Laurel Canyon, la maqueta gigante del Titanic que ideó James Cameron, los carriles infinitos de las autopistas con sus conductores furiosos y hasta Michael Douglas acorralado en el muelle de Venice Beach, están aquí. No son clichés. Yo los vi en las 48 horas que pasé en la ciudad.

Tengo el privilegio de asistir a una cena restringida que convoca exclusivamente a miembros de la Academia del Cine de Hollywood. Es una gala benéfica que no se retransmite por televisión y a la que los periodistas no tienen acceso. Esta noche, la Academia de las Artes y las Ciencias Cinematográficas, conocida universalmente por sus premios anuales, los Oscar, recaudará once millones de dólares que destinará principalmente al desarrollo de las actividades de investigación y preservación de sus fondos, a sus programas educativos y a la difusión de la cultura cinematográfica en todo el mundo. Desde 2017, Rolex es el principal socio de la Academia y su apoyo está presente en todas sus actividades, incluido el Greenroom –la sala privada donde las estrellas se reúnen antes y

mer y su colaboradora más cercana, Janet Yang, presidenta de la Academia, tienen también la responsabilidad de renovar la imagen retrógrada y poco inclusiva de la Academia. Su gran reto es *Academy100*, una campaña que quiere recaudar 500 millones de dólares de aquí a 2028, cuando los Oscar celebren su siglo de existencia.

Kramer menciona varias veces la frase “transmisión del legado”. Para que las nuevas generaciones puedan ver los grandes títulos de la historia del cine, es prioritario invertir en conservación, en investigación y archivo, en programas educativos. “Nuestro museo es un lugar perfecto para que los jóvenes realicen esa inmersión en la cultura cinematográfica y se sientan parte de ella. No destacamos solo las facetas más conocidas de una película, como la interpretación o la dirección, sino también el vestuario, el maquillaje, la fotografía, la producción, el marketing... Somos la puerta de entrada para que los jóvenes aprendan a amar el cine. Y me enorgullece subrayar mi dato favorito: más de la mitad de los visitantes del museo tiene menos de cuarenta años”.

Paul Mescal, que recibe un premio al artista emergente, es una de las grandes atracciones de la gala. Todos quieren saludar al nuevo Gladiator de Ridley Scott. Saoirse Ronan le entrega el galardón y despierta las risas de los asistentes con una anécdota

después de los Oscar- y el patrocinio de los Governors Awards –que rinden homenaje a los logros de una figura a lo largo de su carrera en el cine-. La marca respalda también The Film Foundation, la organización creada por Martin Scorsese para la restauración y conservación de películas de todas las épocas y procedencias, con el fin de hacerlas accesibles a todos los públicos.

Para Bill Kramer, el dinámico CEO de la Academia de las Artes y Ciencias Cinematográficas, que asumió el puesto a mediados de 2022 con el objetivo de modernizar la centenaria estructura de la organización y proyectarla hacia el futuro, la alianza con marcas como Rolex es fundamental a la hora de consolidar su plan de globalización de las actividades de la Academia. En un encuentro previo a la gala, en una sala del imponente Museo, dice Kramer: “Somos una organización de arte y cultura sin ánimo de lucro formada por casi 11.000 miembros de todos los ámbitos de la industria cinematográfica de todo el planeta. Cada año invitamos a unos 400 nuevos artistas y profesionales del cine a formar parte de la Academia. Es decir, somos una comunidad cinematográfica internacional con más de 700 empleados en Los Ángeles, Nueva York y Londres. Tenemos más de cincuenta millones de artículos relacionados con la historia del cine en nuestra biblioteca y nuestros archivos, algunos de ellos expuestos en el Museo”. Kra-

El impresionante conjunto arquitectónico de siete plantas diseñado por Renzo Piano sobre la base de un edificio *art decó*, culmina el sueño del actor Douglas Fairbanks, apodado “el rey de Hollywood”, primer presidente de la Academia. “Evidentemente es nuestra joya de la corona. Tras muchos altibajos, lo hemos conseguido. Es el lugar perfecto para mostrar el pasado, el presente y el futuro de la industria cinematográfica, porque las cosas cambian de forma rápida y continua y debemos seguir el signo de los tiempos sin olvidarnos de dónde venimos: el paso del cine mudo al sonoro, del blanco y negro al color, del celuloide al digital...”, dice Kramer.

La noche de la gala, una inmensa alfombra roja cubre la entrada del museo, The Academy Museum of Motion Pictures, que a Kramer le gusta denominar “catedral del cine”. El nombre de su vestíbulo principal, Sidney Poitier, el primer actor negro en obtener un Oscar, es una declaración de intenciones del radical compromiso de Hollywood contra el racismo, el sexismo, y a favor de la inclusión y la diversidad, que tanto Kramer como Janet Yang, presidenta de la Academia, se encargan de subrayar. Tras un photocall en *travelling*, los invitados se mezclan en la algarabía del vestíbulo, cóctel en mano, como cualquiera de nosotros lo haría en un encuentro con viejos amigos y colegas recientes. Se ve que aquí están liberados del protocolo marcado por el rigor televisivo de

“Nos hemos marcado el reto de conseguir 500 millones de dólares de aquí a 2028 en la campaña Academy100 para celebrar un siglo de los Oscar”

(Bill Kramer, CEO de la Academia de Artes y Ciencias Cinematográficas)

los Oscar. Quentin Tarantino y Uma Thurman se unen a la animada conversación de John Travolta, que presenta a su hija, Ella, a todo el que se le acerca. Nicole Kidman y Marion Cotillard se abrazan cariñosamente cuando se encuentran. Margaret Qualley y su pareja, Jack Antonoff, charlan con Demi Moore, que abre el círculo para incluir a Rita Moreno, la mítica actriz de *West Side Story*, primera mujer latina en ganar un Oscar, una de las homenajeadas de la noche, quien llega de la mano de Ariana DeBose, que hizo el rol de Rita en la versión de la película que Spielberg estrenó en 2021. Eddie Redmayne coincide con Ariana Grande y aparece Cynthia Erivo, su compañera de reparto en *Wicked* -corren rumores fuertes de que se llevarán el Oscar-. Harvey Keitel luce una lustrosa melena plateada. Acompañado de su mujer, la directora Daphna Kastner, atraviesa un grupo en el que Elizabeth Olsen debe estar contando algo muy divertido a Sebastian Stan. Ke Huy Quan, el eterno ayudante de Indiana Jones, reparte abrazos ante la mirada sonriente de su protector Spielberg. Tom Hanks se incluye en el grupo con su mujer, Rita Wilson. Jeff Goldblum luce como un experimentado maestro de ceremonias, enlazando a unos invitados con otros. Selena Gómez llega con una mano sobre el hombro de su amiga Cara Delevingne. Kendall Jenner, Kim Kardashian, Kylie Jenner y Kaia Gerber bromean mientras posan. Quién tuviera un radar supersónico para captar todas estas conversaciones. Tras varios avisos del personal de sala, como ocurre en

las mejores fiestas, los más de quinientos invitados nos dirigimos por las escaleras mecánicas a la séptima planta. Un escalón por encima del mío, Joaquin Phoenix no para de hablar de la mano de Rooney Mara, que parece ajena al bullicio. Un escalón detrás, Kirsten Dunst bosteza levemente apoyada en el brazo de Jesse Plemons.

Dejamos atrás las distintas salas que exponen algunos de los magníficos objetos del museo: las gafas plegables que Cary Grant lució en *Con la muerte en los talones*, la primera máscara de *Alien*, la recreación de los escenarios de *Casablanca*, *El mago de Oz* o *Star Wars*, el repaso a la filmografía de Almodóvar... En sus fondos, el museo tiene más de 80.000 guiones -Tarantino donará en directo el original de *Pulp Fiction* durante el transcurso de la gala-, 70.000 pósteres y afiches gráficos, 190.000 artículos de todo tipo -desde *atrezzo* a la lista de invitados de la primera ceremonia de los Oscar- y 12 millones de fotografías.

Una pasarela de vidrio y hormigón ideada por Renzo Piano conecta el edificio de las salas de exposiciones con la espectacular terraza esférica donde se celebra la cena. Desde esta burbuja gigante se dominan los bulevares de la ciudad hasta las playas de Santa Mónica. Alrededor de las mesas continúan las conversaciones cruzadas y se celebran los encuentros. Paul Mescal, que recibe un premio al artista emergente, es una de las grandes atracciones de la gala. Todos se acercan a saludar al nuevo *Gladiator* de Ridley Scott. Su simpática paisana, Saoirse Ronan, se encarga de entregarle el galardón y de paso despertar las risas de los asistentes con alguna anécdota juvenil del actor. Durante la cena, converso largo y tendido sobre la vida en Hollywood con el invitado sentado a mi izquierda, el compositor sueco Ludwig Goransson -ganador de dos Oscar a la mejor banda sonora, por *Black Panther* y *Oppenheimer*-. Otro de los objetivos intangibles de Kramer es impulsar la camaradería entre los miembros de la Academia y provocar el intercambio de ideas de una parte a otra del mundo. “Todos estamos trabajando para estar preparados ante una época de cambios, pero en el fondo se trata de seguir haciendo películas y de contar historias que nos unan”, afirma Kramer. Muchos de los presentes volverán a encontrarse el domingo 2 de marzo en una gala más formal, ya con los ojos de cientos de millones de espectadores sobre ellos, a unas manzanas de aquí, en el teatro Dolby durante la 97 ceremonia de los Oscar.

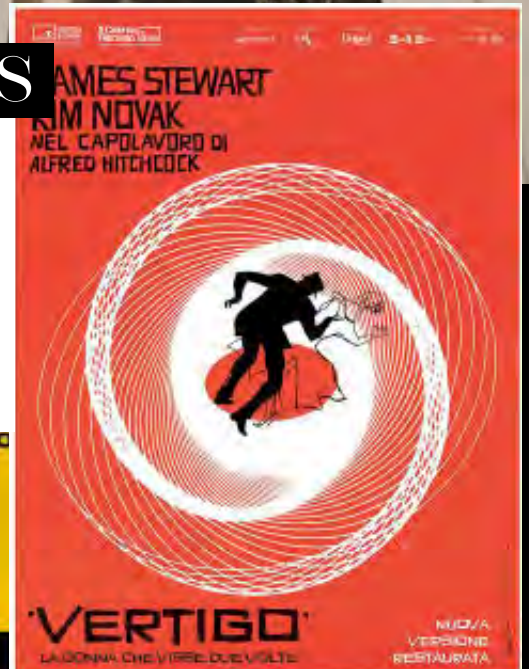


En la alfombra roja: André Aloï, Lilah Ramzi, César Suárez de TELVA, Anne-Sophie de Guigné (Rolex), Vincenzo La Torre, Amy Homma (directora del Museo de la Academia), Arnaud Boetsch (Rolex), Jennifer Davidson (jefa de comunicación de la Academia) y Virginie Chevalier de Meuron (Rolex).



EL PARAÍSO DE LOS CINÉFILOS

La Biblioteca Margaret Herrick es una parte fundamental de la colección del museo de la Academia. Ubicada en un antiguo edificio de Beverly Hills de aspecto colonial, su nombre rinde homenaje a su primera directora. Alberga el mayor depósito del mundo de artículos relacionados con la cinematografía, desde libros, materiales publicitarios, partituras, archivos de prensa o fotografías.





Flores blancas, frases inolvidables y deseo de “simbolizar **Cristina Diaz de Bustamante**, la experta en comunicación reunido en su casa a las mujeres que, a lo largo de sus seguir confiando en mí, en mi criterio y mi camino”.

Consultora de diseño,
estrategia y comunicación,
Cristina Díaz de Bustamante
en su casa del barrio
de los Jerónimos
preparando la reunión
de mujeres a las que
agradecer. Lleva vestido
de MarÁvic y salones
de charol de Martinelli.



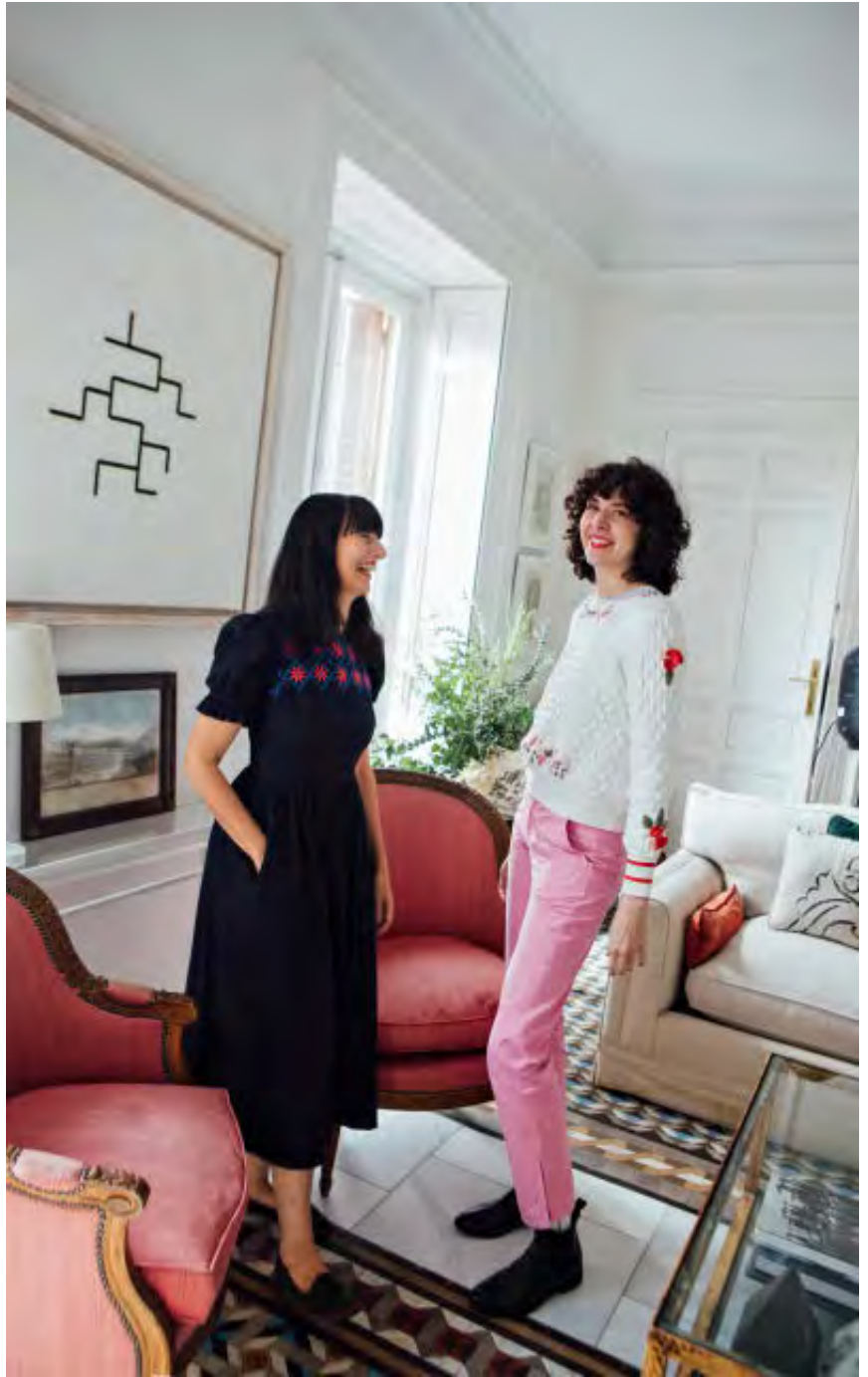
las cosas, dejar constancia”, es lo que ha querido
que, con TELVA de testigo y bajo el verbo *Florecer*, ha
años más difíciles “me dieron el impulso necesario para
Toca hablar de **agradecimiento.**

—Marta de la Calzada. Realiza: Blanca Unzueta. Fotos: Flaminia Pelazzi.

“Mi vida parecía idílica: un matrimonio supuestamente maravilloso, unos hijos sanos, una casa ideal... De eso pasé a enfrentarme a un camino de crecimiento personal no siempre lineal”



La casa del s.XIX conserva los suelos originales de baldosas hidráulicas en mosaico. Alegró la casa con centros de El Ángel del Jardín; el catering era de Dulces and Co, y vinos de Abadía Retuerta.

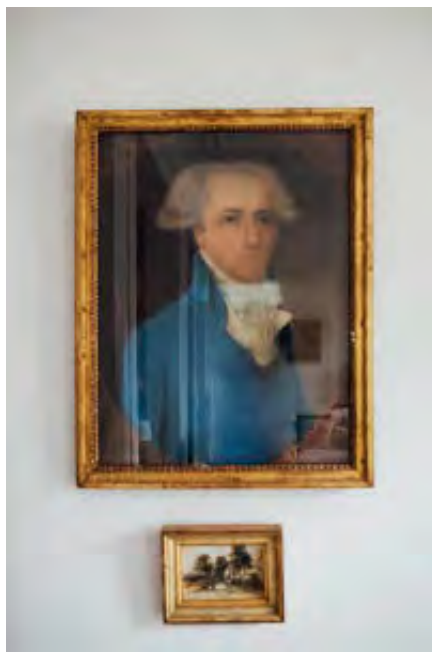


LA BUENA ENERGÍA DE LAS INVITADAS (Y SU ACOMPAÑAMIENTO)

Bajo el paraguas *Florecer* "quería agradecer a todas esas mujeres maravillosas que me han acompañado estos años difíciles de mi divorcio, con su cariño, su apoyo personal y profesional, su abrazo. Me di cuenta de lo sostenida y arropada que he estado, y de lo mucho que he aprendido de su mano. Las mujeres tenemos una enorme capacidad de colaborar y nutrir", dice Cristina. Arriba, la anfitriona con su amiga de la infancia, la interiorista Marta de la Rica. Frente a un gran lienzo de Fernando Cubría posan Brianda Fitz-James Stuart e Inés Aguilar (La Casita de Wendy). Dcha., bajo dos cuadros de flores atribuidos al pintor español Juan Arellano (s. XVII), Cristina Diaz de Bustamante lleva pantalón de Marina Rinaldi, camisa fruncida de MarÀvic, zapatos de Martinelli y pendientes de Valeria Cotoner. Beatriz Carranza Vallejo-Nágera con vestido de seda de Juan Vidal, sandalias de Martinelli y pendientes de Moncollier. Cristina Velasco lleva sastrería y camisa de Mirto, zapatos de terciopelo de Aquazzura y pendientes, Magony.



Los pequeños detalles son los más significativos: cómoda con foto de Cristina Diaz de Bustamante de niña con su madre, colección inglesa de esmalte y plata del s. XIX y busto de mármol. El cuadro del Capitán, un pastel adquirido en subasta. Silla francesa de nogal del s. XIX y grabado de copas antiguas del s. XIX.



L

e inspira el arte, la música, la arquitectura, la belleza y el silencio. La artista Marina Abramovic a la que ha tenido la suerte de conocer y coincidir en varias ocasiones. Kate Winslet “por su activismo rompiendo los cánones de belleza establecidos”. Admira a la escritora Milena Busquets, a la actriz Aitana Sánchez Gijón y a la cineasta Isabel Coixet. Muchos referentes, de distintos ámbitos con algo en común: “Mujeres que están a gusto en su piel, que emanan una belleza natural que proviene de la autenticidad”. No le ha costado a la experta en comunicación Cristina Diaz de Bustamante (Madrid, 1984) concretar su particular panel de favoritas. Resulta fácil compartir su gusto por la autora de *También esto pasará*, un título que parece hecho

a propósito para narrar esta historia. Sus pies descalzos pisan un suelo de baldosas hidráulicas de mosaico y su vestido estampado con flores arroja un verbo: florecer. Ha llegado el momento de agradecer, de bautizar con este infinitivo una celebración tras diez años de paréntesis personal marcado por un doloroso divorcio durante los que han sido precisamente las mujeres su principal apoyo. Resultará fácil compartir su historia.

“Siento que he vivido un desierto muy retador: a raíz de mi divorcio me tocó sostenerme mucho a mí misma mientras cuidaba de que mis hijos estuvieran emocionalmente bien, de reconstruirme como mujer y establecer las bases de un futuro alegre. Con 33 años tuve que volver a casa de mis padres, volver a ser hija. He tenido que aceptar que a veces la vida se tuerce y que hay que volver a empezar”, cuenta con la serenidad de la distancia mientras llena el comedor de las flores blancas que le ha enviado su amigo Willy, al frente del reducto más verde del Barrio de las Letras, El Ángel del Jardín. La sensibilidad estética le viene a Cristina de familia: su madre, Cristina Huidobro, es propietaria de Fortuny 23, una tienda de deco-

ración muy especial en Madrid, y su padre es el prestigioso paisajista Felipe Diaz de Bustamante. “En la vida he aprendido a que no hay que dar nada por sentado. Mi vida parecía idílica a los ojos de cualquiera: un matrimonio supuestamente maravilloso, unos hijos sanos y estupendos, una casa ideal que había decorado con mucha ilusión. De eso pasé a enfrentarme a un camino de crecimiento personal no siempre lineal, hay veces que sientes que retrocedes y debes lidiar con la frustración. Me ayudó el profundo trabajo de introspección al que obliga la llamada terapia transpersonal, simplificar, centrarme en lo pequeño, entender que la vida es a diario. Creo que hay un tabú, pues tiende a malinterpretarse cuando hablas de priorizarte a ti misma, pero es imprescindible. Hacerse un escaneo diario de cómo estás, qué necesitas y qué no necesitas. Si no estoy bien no puedo dar a los demás,

“No agradecemos lo suficiente. No se dice gracias, no se oficializa el sentimiento. En los últimos años de mi vida he aprendido que no hay que dar nada por sentado, que toca agradecer con la palabra y simbolizar el cierre de ciclos”

no puedo ser buena madre ni buena trabajadora. He aprendido a introducir en mi vida una filosofía *slow*: medito a diario una hora y dejo espacios para el silencio. Todos los veranos paso una semana meditando en el santuario de Lord, en Lérida. Ahí me di cuenta de la cantidad de mujeres maravillosas que me han impulsado en estos años, desde amigas de la infancia a otras con las que conecté de manera inmediata después de un café improvisado. Hoy he querido reunir las para reivindicar la importancia de dar las gracias. No se dan lo suficiente, no se dice, no se oficializa el sentimiento. Una de las cosas que estos años difíciles me han dejado clara es que hay que dar las gracias, y yo las doy cada día”. Mucho antes de que la tierra se moviera y antes de llenar su casa de flores de papel gigantes con las que decir florecer sin necesidad de decirlo, Cristina Diaz de Busta-

mante estudió arte y diseño en la Richmond University en Londres. “Londres es mi ciudad. El lugar que despertó en mí la pasión por la vida, por la diversidad y las culturas, allí aprendí a respetar y a ser”. Comenzó su trayectoria profesional en la casa de subastas Sotheby’s Londres en el departamento de arte contemporáneo. Organizó en 2008 la famosa subasta del artista Damien Hirst, *Beautiful inside my head forever*, que “fue un momento clave en la historia del arte contemporáneo reciente, la primera vez que un artista vivo vendía en exclusiva obra suya directamente de su estudio en el mercado secundario”, recuerda bien flanqueada por *el cuadro del Capitán*. Se trata de un cuadro en pastel adquirido en subasta. Un capitán de navío que luce el pendiente típico de haber cruzado el Cabo de Hornos en el siglo XVIII. La idea de travesía parece traída *ad hoc*, un viaje que ha compartido con mujeres.



El estudio gallego Anaquiños de papel elaboró a mano, entre el origami y la papiroflexia, enormes flores blancas que resumían el acto de florecer.

“Eso de que las mujeres son más duras entre ellas..., creo precisamente lo contrario. Estoy muy sorprendida por la fuerza natural de las mujeres para colaborar y ayudarnos las unas a las otras. Es la única dirección posible: nuestra unión y la no-competencia”. En su red de apoyo está la artista Brianda Fitz-James Stuart. “Ella fue quien me puso pistas en mi camino profesional cuando más lo necesitaba presentándome a Inés Aguilar, diseñadora de la firma La Casita de Wendy, con quien tracé el posicionamiento de su innovador proyecto Inteligencia Artesanal, que vincula la IA con el trabajo minucioso de las costureras”. Suena el timbre y es su amiga de la infancia, la interiorista Marta de la Rica, con quien compartió los últimos veranos en su refugio de Biarritz. Ya había llegado Beatriz Carranza Vallejo-Nágera, consultora estratégica de marcas de lujo,

“cada paso profesional nos lo consultamos, una vez al mes *pasamos cartilla*”, cuenta Cristina. Desde La Coruña ha venido esa misma mañana la artista del papel Cristina Velasco (estudio Anaquiños de papel) quien ha hecho a mano flores ornamentales siguiendo la técnica del *paper art*. Toca agradecer con la palabra, simbolizar el cierre de ciclos. “Siempre llevo conmigo una foto mía de niña, la miro y digo: Cris, venga, cuida a esa niña que fuiste, mantén esa alegría que tenías”. Entre risas y brindis resuenan de fondo dos mantras. “Mi padre me reitera para el ámbito profesional: Nunca tendrás una segunda oportunidad para causar una primera buena impresión, y mi madre me ayuda a quitar hierro a las cosas con su: Nunca pasa nada, y si pasa, no pasa nada”... **T**

Maquillaje y peluquería: Yohana Rojas y Marta Ros (NS Management) para L'Oreal.



ENLACE AL CANAL
x.com/byneontelegram
O escanea el código QR



Dar las gracias

Por Javier Gomá

Dar las gracias es un acto que significa cosas diferentes según la situación en que se produzca. Primera situación. Alguien entra en el patio de butacas de un teatro y, alternando consultas a los tickets de entrada que lleva en la mano y miradas exploratorias a la sala donde se van distribuyendo los espectadores, identifica finalmente su localidad en mitad de una fila y necesita que quienes ya están acomodados se levanten para que él pueda pasar y ocupar su asiento. Ha pagado por ello y, en consecuencia, tiene derecho a exigir este comportamiento de los otros. Con todo, el poseedor de los tickets pasa de perfil por la fila murmurando palabras de gratitud a quienes se han tomado la molestia de ponerse de pie. El mismo individuo del ejemplo anterior va después de la función a una cafetería y un camarero, tras tomar nota de su comanda, le sirve lo pedido en su mesa: el camarero está obligado a realizar esa prestación, porque el cliente va a abonar su consumición antes de irse y, sin embargo, da las gracias al trabajador de la cafetería. ¿Por qué? Parece de buen gusto, adorno de persona bien criada, transmitir al camarero que, aunque le haya prestado un servicio, no es servidor suyo, pues en nuestro tiempo nadie es más que nadie y todos somos señores de nosotros mismos, de modo que le da las gracias con intención niveladora, sin importar que el destinatario de su gratitud, el camarero, haya realizado un acto jurídicamente debido.

Situación distinta es la creada por la economía del regalo: quien lo da lo hace libremente, sin que una ley le exija esa donación, y quien lo recibe no está obligado por el Derecho a ofrecer nada a cambio. En suma, el beneficiado por la merced no incurre en una deuda jurídica, aunque —he aquí la diferencia— si en una deuda moral de gratitud. Este es precisamente el tema del tratado *Sobre los beneficios* del último Séneca, centrado en el juego *beneficia y gratia*. Quien hace un favor no da un préstamo con expectativa de recuperarlo, sino que, tanto en lo económico como en lo jurídico, regala a fondo perdido y, con todo, tiene razones para confiar en una disposición amistosa por parte del favorecido: su sentimiento de gratitud. Entre el que da y el que recibe, dice Séneca, se crea una relación, no de acreedor y deudor, sino de amigos. Y del amigo se espera un comportamiento de colaboración, complicidad y, en su caso, ayuda. Si el beneficiado es, al final, un mal amigo, no es sancionado por el Estado, pero comete, en términos de Séneca, “el delito aborrecible de la ingratitud”. Ingrato es, según el romano, “quien habiendo recibido un beneficio lo niega; ingrato el que disimula; ingrato el que no lo devuelve; y más ingrato que nadie es el que lo olvida.” La tercera situación es la mejor de todas: la de aquellas almas bellas que rezuman agradecimiento, porque, a pesar de las adversidades que todos experimentamos, conservan la capacidad de asombrarse del mero hecho de existir y para ellos la existencia misma, recibida sin merecimiento previo, constituye un don supremo, la mayor gracia. Se comportan en la vida como deudores agradecidos, aunque no hayan recibido un regalo.

Javier Gomá Lanzón licenciado en Filología Clásica, en Derecho y doctor en Filosofía, es filósofo, escritor y director de la Fundación Juan March.

FOTO: ANTONIO HEREDIA

Se sabe

Se sabe cuando se hace sin prisa. Se sabe cuando hay honestidad.
Cuando se ama lo que se hace. Se sabe cuando se cuida hasta
el más mínimo detalle. Cuando es Legado Ibérico,
se sabe. Y si lo eliges, aciertas.



elPOZO




Siempre sale bueno

De izda. a dcha., los doctores Luis Álvarez-Vallina, Joaquín Martínez López y Luis Paz-Ares, responsables de las Unidades CRIS de Inmunología, Hemoterapia y Oncología del Hospital 12 de Octubre de Madrid, y Lola Manterola, fundadora y presidenta de CRIS contra el cáncer.



Más rápidos



Pese a los casi 300.000 nuevos casos al año, la carrera por la supervivencia del cáncer crece a nivel exponencial. LOLA MANTEROLA, presidenta de la Fundación CRIS contra el cáncer, nos lo cuenta, y junto con los médicos e investigadores del Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid conforma un asombroso pulmón del activismo de la investigación de la enfermedad.

—Elena Flor. Fotos: James Rajotte. Realiza: Almudena Carnicero.

que el cáncer

T

erapias celulares como los CAR-T en tumores hematológicos, herramientas CRISPR de segunda generación en leucemias agresivas, vacunas de ARM para cánceres de pulmón, melanoma y páncreas, anticuerpos monoclonales para el cáncer de mama metastásico... La investigación avanza a pasos de gigante

y mejora la supervivencia del cáncer, pero queda mucho por hacer. La Fundación CRIS contra el cáncer es una de las más importantes en esta carrera. La crearon hace 14 años dos financieros, Lola Manterola (Madrid, 1971) y su marido Diego Megia, después de que ella sufriera un mieloma múltiple. Lo contaba así en TELVA: “En 2008 yo era una mujer trabajadora, con dos niños pequeños, de tres y cinco años. Había trabajado en Frankfurt y en Londres en banca de negocios, una profesión que exige mucha dedicación. Viajaba bastante, me sentía cansada. Me empezaron a doler los huesos y me pareció raro. Hice pruebas y pruebas y de pronto me dieron el diagnóstico: mieloma múltiple, un cáncer de la sangre muy raro en mujeres jóvenes. Tenía los huesos de cristal, la función renal a punto de colapsar y una anemia grave. De repente se apagaron los colores de mi casa”.

El duro tratamiento de quimioterapia y trasplante de médula no daba resultado. Diego, su marido, que a los 20 años perdió a su madre por un cáncer, se puso a buscar los mejores hospitales de todo el mundo donde tratar a Lola. La sorpresa fue descubrir que los mejores hematólogos en linfoma, leucemia y mieloma estaban en España, en hospitales públicos. Lola sigue viva y ha visto a sus hijos llegar a la universidad gracias a tener acceso, en 2008, a un ensayo clínico en el Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid y a las revisiones periódicas. La vida del matrimonio cambió radicalmente. En 2010 crearon la Fundación CRIS contra el cáncer con el objetivo claro de conseguir los fondos necesarios para fomentar la investigación oncológica y lograr acercarla a los enfermos para que tuvieran esa misma oportunidad que tuvo Lola.

Ella dejó su trabajo y ahora se dedica *full time* a la Fundación, que además de operar en España tiene una rama en Inglaterra y otra en Francia, y Lola ha sido galardonada por su labor con la Cruz de Isabel la Católica. Se considera una “activista” contra el cáncer. Vive a caballo entre Londres y Madrid y a lo largo de todos estos años ha explotado al máximo su cartera de contactos, con cenas benéficas, carreras, conciertos, pulseras... “También las aportaciones que logramos con grandes mecenas, empresas..., no paramos, y los proyectos que han puesto en marcha algunos padres de niños con cáncer que han fallecido y que han querido dar a otros la oportunidad que sus hijos no tuvieron”. Se emociona al hablar de ellos porque los conoce y sus caras le vienen inmediatamente a la cabeza.

Hablamos con ella y con los tres líderes de las Unidades CRIS en el 12 de Octubre, una de Tumores Hematológicos y otra de Inmunoterapia, que agrupan a profesionales de tres departamentos: Oncología, Inmunoterapia y Hematología, unidos para impulsar la investigación y los ensayos clínicos, también en colaboración con el CNIO (Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas). Es ya muy tarde y diluvia en Madrid, pero todos siguen

aquí, más preocupados por la última publicación en una revista científica que por lo que pasa fuera.

“La investigación es dura”, interviene Luis Álvarez-Vallina, jefe de la Unidad de Investigación Clínica de Inmunoterapia del Cáncer del 12 de Octubre y experto en ingeniería genética, quien se desespera cuando acaban los contratos precarios de algunos de sus médicos o los investigadores jóvenes se marchan a un laboratorio en el extranjero, donde tienen mejores condiciones, no sólo económicas, sino de medios y facilidades para desarrollar su trabajo. “Naturalmente nos compensa porque la investigación atrapa; tiene un componente vocacional muy importante y poder hacer algo que realmente te gusta en una de las mejores cosas de la vida”. Tras esta definitiva reflexión abordamos con Lola Manterola las razones del éxito de su proyecto.

¿Lola, quién te ha ayudado más en estos 14 años desde que fundaste Cris contra el cáncer?

Pienso que lo más importante ha sido, junto con Diego, mi marido, tener muy claros los objetivos desde el principio y trazar un camino que hemos seguido sin dudar. Hay muchas personas que contribuyen cada día al crecimiento de la Fundación CRIS. Empezando por el equipo, muy comprometido y trabajador. Y por supuesto los 85.000 socios que ya tenemos y que aportan mes a mes cada uno lo que puede, porque nos permiten tener unos ingresos recurrentes que financian, por ejemplo, las becas a los investigadores para desarrollar sus proyectos científicos en España.

¿Qué ha sido lo mejor de este tiempo?

Para mí que todos juntos estamos haciendo mucho en una actividad que nos hace salir de los pequeños problemas que tenemos a diario, o de los grandes temas que vemos en las noticias, como la guerra en Gaza y Ucrania y sobre lo que podemos hacer poco. En el caso del cáncer sabemos que hay un camino para curarlo, que es apoyar la investigación, y no esperar a que lo hagan otros. Todos los pacientes que seguimos vivos es gracias a ella y, los que no se han salvado, es porque la ciencia todavía no ha llegado a saber hacerlo.

Del intenso trabajo realizado desde entonces dan fe las cifras: una recaudación de más de 60 millones de euros al cierre de 2024 y el objetivo de llegar a 80 millones en 2025. “Tenemos un compromiso a largo plazo para lograr tratamientos que curen el cáncer. ¿Cómo? Con las unidades que hemos creado en los principales hospitales públicos como La Paz, el Clínico San Carlos, el Niño Jesús y el Hospital Universitario 12 de Octubre o las becas a investigadores para estancias en el extranjero, garantizando el retorno. Las ayudas a la investigación de la Fundación CRIS contra el cáncer están en primera posición en Europa”, afirma orgullosa. “Cuando ves los resultados en gente concreta, te entusiasmas. Hay personas que piensan que se van a morir y salen adelante o ganan tiempo para que se desarrolle un nuevo ensayo clínico. Te dan ganas de gritar, ¡espabila!”.

A este respecto, Luis Paz-Ares, jefe de Servicio de Oncología Médica del Hospital Universitario 12 de Octubre, matiza que no hay milagros, porque no todos los pacientes están indicados para determinadas terapias: “Hay una serie de requisitos estrictos de inclusión en los ensayos clínicos para minimizar los riesgos de efectos

El papel de la sociedad civil

- La Fundación CRIS contra el cáncer ha recaudado en sus 14 años de existencia más de 60 millones de euros.
- Esta cifra ha revertido en becas para investigadores, y en la creación de Unidades CRIS especializadas en el 12 de Octubre, el Hospital Clínico y el hospital de La Paz.
- En junio de 2024 ha firmado un acuerdo con la Comunidad de Madrid para crear un Instituto de Investigación público-privado.



Lola Manterola con jersey y zapatos, Zara. Falda, Simorra, y abrigo, Masscob.

Maquillaje y peluquería: Felix Tebar (NS Management) para L' Oreal Professionnel.

secundarios. Los avances hoy en día no son como la penicilina, una cura general; son pequeños y para un grupo pequeño de pacientes, pero cuando yo empecé a formarme como oncólogo, hace 35 años, la supervivencia de los cánceres a 5 años no llegaba al 35 por ciento; hoy supera el 60 por ciento en España. Para un paciente oncológico, el tiempo es llegar a la Comunión de tu hijo, a su graduación, cada mes cuenta". En su departamento trabajan en un proyecto de vacuna de ARN con un anticuerpo bioespecífico para el cáncer de pulmón de células pequeñas, que es el más agresivo, aprobado por la FDA y pendiente de la evaluación europea.

Tenemos buenas noticias: España es una potencia científica que en 2023 superó a Alemania en número de ensayos clínicos, según un estudio elaborado para la patronal farmacéutica que ha publicado *Diario Médico*. Además, el Informe Anual Indicadores de Acceso a Terapia Innovadoras en Europa 2023 apunta a que en dos años los pacientes han pasado de poder usar un 53% a un 62% de los fármacos aprobados en la UE. La mala noticia es que el tiempo de espera en España para su aprobación y uso ha pasado de 629 a 661 días, casi dos años de retraso. Trasladamos estas preocupaciones a Lola Manterola, para conocer cómo trabajan desde CRIS

pues, no nos engañemos, no todos tienen la misma inquietud. Con lo cual es cierto que los pacientes de los hospitales que tienen la investigación muy incorporada en su día a día tienen más probabilidades de vivir más tiempo.

¿Cómo se puede mejorar esta situación?

Por mucho que queramos no se puede dotar a todos los hospitales españoles con la última máquina, con el último tratamiento, con el mejor oncólogo o hematólogo. Por ejemplo, con las terapias celulares, no puede haber una máquina Prodigy de última generación para fabricar CART-S en cada centro. Lo que sí se tiene que intentar es que en cada Comunidad haya un Centro de Excelencia en el que la investigación sea una prioridad, dotarles de fondos y facilitar el traslado de los enfermos a estos centros. Y la estancia, claro, porque un diagnóstico de cáncer afecta a toda la familia. En el caso del cáncer infantil pueden ser meses y a veces los padres deben dejar sus trabajos para cuidarles, y por tanto se quedan sin ingresos.

Lo que piden los médicos

Luis Álvarez Vallina, codirector de la Unidad CRIS de Inmuno-Oncología, sugiere "hacer un tipo de *fast track*, unas listas para priorizar a los pacientes que no tienen

“Cuando yo empecé a formarme como oncólogo, hace 35 años, la supervivencia media de los cánceres a 5 años no llegaba al 35 por ciento; hoy supera el 60 por ciento en España. Para un paciente oncológico el tiempo es llegar a la Comunión de un hijo, a su graduación, cada mes cuenta”
(Luis Paz-Ares,)

contra en cáncer para ayudar a investigadores y médicos más allá de la pura financiación de sus proyectos.

Existe la sensación de que hay cánceres de primera y de segunda a la hora de ser investigados y tratados.

Hay cánceres a los que les falta investigación porque no hay muchos pacientes y no atraen el suficiente interés de la industria farmacéutica. También el Estado da prioridad a enfermedades más comunes en la población. Pero sí se trabaja y fundaciones como CRIS entienden la necesidad de esa financiación donde no llega lo público.

También parece que hay ciudadanos de primera y de segunda según la Comunidad Autónoma a la que pertenecen o la cercanía a un hospital puntero.

Es cierto que unas Comunidades Autónomas financian algunos tratamientos y otras no. Obviamente hay acceso a todos los tratamientos convencionales que han demostrado que funcionan, pero muchos hospitales no tienen el presupuesto para comprar esos fármacos avanzados que suelen tener menos efectos secundarios y probablemente más probabilidades de supervivencia para el paciente que los utiliza. Existe esa falta de información, esa falta de igualdad en la financiación y también en la formación del propio médico que trata al paciente

otra opción, como se hace con los trasplantes". Otro problema es el alto coste de las terapias avanzadas. En su laboratorio han desarrollado un nuevo tipo de terapia celular llamada *STab* contra el mieloma múltiple y leucemias B, "una auténtica revolución", que consiste en extraer linfocitos, reprogramarlos para dotarles de una especie de *puñales* moleculares para atacar las células cancerosas y devolverlos al paciente. En breve se pondrá en marcha con ensayos clínicos Fase 1 en pacientes en los que han fracasado otras terapias. Relata el inmunólogo la travesía del desierto de dos años que han sufrido hasta conseguir los fondos para su desarrollo y las autorizaciones de la Agencia Española del Medicamento (AEM). "Fabricar los CAR-T es caro, sobre todo si los programa la industria farmacéutica. Pero a nivel académico, en el centro más puntero, que es el Clinic de Barcelona, se pueden conseguir unas *carticels* con un coste de unos 80.000 euros".

La presión política

Conscientes de esta situación, desde hace más de un año CRIS contra el cáncer ha comenzado a funcionar además como un lobby, para influir en las Administraciones Públicas y los políticos.

Lola, cuando la Agencia del Medicamento Europea (EMA), aprueba un fármaco, Alemania lo tiene en 80 días y España tarda hasta dos años en aprobarlo. ¿Por qué?

Los sistemas de salud en Europa son distintos. En el sistema alemán, por ejemplo, hay determinados fármacos llamados Prime a los que se da prioridad porque pueden salvar la vida del enfermo. En España a veces, aunque estén aprobados por la EMA, se hacen nuevos estudios, que retrasan su aprobación. ¿Por qué? Porque en cuanto lo apruebes lo tienes que dar a toda España y es un coste muy importante. También influye que a la Agencia Española del Medicamento (AEM) le faltan expertos en determinados temas, como las terapias avanzadas. Los que saben de verdad trabajan en los laboratorios de investigación. Hay que buscar unas formas más eficientes para aprobar ciertos medicamentos complejos sin esperar a que un grupo de funcionarios los entiendan. Falta personal cualificado.

Fuisteis al Congreso y al Senado para solicitar un acceso rápido a terapias avanzadas como los CAR-T, que se reduzca la burocracia y se dote a los hospitales de esta tecnología. ¿Qué ha pasado?

Para nosotros es desesperante invertir fondos en un ensayo clínico para demostrar que un tratamiento es efi-

contra el cáncer se ha alcanzado el consenso político para actualizar el Plan de Abordaje de Terapias Avanzadas, que era de 2018 y necesitaba una actualización, lo que ha supuesto la rápida aprobación de los tratamientos CAR-T que ya están recibiendo muchas personas con tumores de sangre en España. En este sentido, debemos reconocer que el Ministerio de Sanidad mostró voluntad política desde el primer momento. Estaban tardando 700 días. Eso es una barbaridad. Hay que dotar de más recursos a la Agencia Española del Medicamento para que pueda analizar estas terapias y agilizar los trámites.

¿Crees que habrá un acuerdo a nivel político para hacerlo, o están demasiado ocupados con otras cosas?

Espero que sí porque son leyes que salvan vidas y da igual el partido político al que pertenezcas. Todo el mundo entiende que los niños y niñas, que los adultos deben tener la posibilidad de esos tratamientos.

“No es filantropía, sino responsabilidad por nuestra supervivencia”

¿Cómo abaratar los procesos y no dejarlo todo en manos de las farmacéuticas?

Es el quid de la cuestión: todas las Administraciones Pú-

“Si las terapias más avanzadas, como los CAR-T, se aplicaran desde el principio, su precio se compensaría con el coste acumulado de esos diez años que se evita el paciente de entrar y salir de hospitales, radioterapia, quimio, inmunoterapia... y su vuelta al trabajo como un ciudadano normal”

(Lola Manterola)

caz, que lo hayan aprobado las agencias y los sistemas sanitarios de países vecinos y sin embargo los pacientes en España no puedan tratarse. Nuestras instituciones deben ser conscientes de que el cáncer es urgente. Si se tarda 2 años en aprobar un medicamento el paciente se muere. También es muy frustrante para nuestros investigadores saber que tienen la cura para una persona con cáncer pero que no pueden tratarla porque el medicamento que necesita está en lista de espera del Sistema Nacional de Salud debido a su coste.

Entre los enfermos que llevasteis al Congreso estaba Fran, un paciente de 48 años pendiente de que se financiara su tratamiento con CAR-T que cuesta 300.000 euros.

Los médicos e investigadores explicaron a diputados y senadores que estos pacientes en los que han fracasado los tratamientos convencionales tienen en estas medicaciones nuevas su única esperanza. Y otro tema clave: si estas terapias se aplicaran desde el principio, su precio se compensaría con el coste acumulado de esos diez años que se evita el paciente de entrar y salir de hospitales, radioterapia, quimio, inmunoterapia... y su vuelta al trabajo como un ciudadano normal.

¿Crees que lograsteis algo positivo?

Por supuesto. Bajo el liderazgo de la Fundación CRIS

blicas, desde el Ministerio a las comunidades autónomas, deben entender que los fondos que se dedican a la investigación son una prioridad para la vida de los españoles. Es preciso involucrar a la sociedad civil, porque no hay dinero para todo, no podemos dejarlo solo en manos del Estado, es un trabajo conjunto y tenemos que concienciarnos de que enfrentamos una pandemia. Piensa que uno de cada dos hombres y una de cada tres mujeres tendrá un diagnóstico de cáncer a lo largo de su vida. Y cuando te toca esta situación y no llega ese ensayo clínico que te salvaría la vida o te daría más tiempo, piensas que deberías haber puesto más de tu parte. No es por tanto una cuestión de filantropía sino de egoísmo puro y duro, egoísmo bien entendido, una responsabilidad con todos. Nuestros hijos, nuestros nietos, nuestros abuelos, nuestros padres van a pasar por ahí, no podemos esperar y criticar. Por eso se creó la Fundación CRIS contra el cáncer, para pasar a la acción, yo me considero una activista incansable de la investigación del cáncer.

Agrupar los conocimientos en los distintos campos que tratan la enfermedad es clave para trasladar el conocimiento a las revistas científicas, los Congresos médicos, otros profesionales y hospitales. En especial en un

“En el tema de las terapias celulares habría que priorizar, como se hace con los trasplantes, de modo que haya listas que sitúen por delante a los pacientes en situación comprometida. No es lo mismo que te traten en un hospital pequeño que en el entorno de un gran centro donde siempre hay ensayos clínicos en marcha que te pueden dar otra oportunidad”
(Luis Álvarez-Vallina)

momento en que crece al doble el número de nuevos casos, como explica el doctor Joaquín Martínez, jefe del Servicio de Hematología y Hemoterapia del 12 de Octubre: “Influyen factores como el envejecimiento de la población y que se diagnostica antes y mejor a los enfermos. También ha crecido la prevalencia, que quiere decir el número de casos que tenemos en un momento dado, porque se mueren menos o su esperanza de vida crece con los nuevos tratamientos”.

El doctor Luis Paz-Ares explica que “el diagnóstico y tratamiento de una enfermedad tan compleja como el cáncer exige la participación de radiólogos, analistas, patólogos, biólogos moleculares... todos nos ayudan a tipificar el tipo de cáncer y ponerle apellidos, los biomarcadores, para planificar el mejor tratamiento posible. Lo mismo en la investigación: cuantos más profesionales participen de distintas disciplinas, ese proyecto será más efectivo”. Hace especial hincapié en la prevención, con los cribados moleculares, la biopsia líquida... “Tenemos algunos cribados, como el de colon, que son bastante efectivos y que, si se lo hiciéramos a todos los pacientes, evitaríamos hasta el 90% de los casos. En el cáncer de cérvix es muy efectiva la vacuna del papiloma humano y la citología periódica, lo mismo que las mamografías en el cáncer de mama. También sabemos que los TACs de baja radiación en los pacientes de alto riesgo de cáncer de pulmón, como los que han fumado más de 20 años, son efectivos y hay ya programas en los países de nuestro entorno. Tenemos que reclamar a la Administración que reaccione y los ponga en marcha”.

Muchos pacientes, cuando acaba su tratamiento, se sienten un poco “abandonados”, y tienen que lidiar solos con los efectos secundarios, a veces graves, de su medicación.

Es importante –explica Lola Manterola– que cada uno tomemos la responsabilidad de nuestra enfermedad, asegurarte de hacer todos los chequeos, y no echar la culpa al sistema si hay un fallo en el seguimiento. Durante los tratamientos no puedes seguir ocupándote de lo mismo por mucho que lo intentes; tu cuerpo muchas veces está siendo atacado por medicamentos que también afectan a células sanas. El único deber del paciente es vencer a su cáncer y para eso necesitas una estructura familiar y de amigos que digan: no te preocupes, yo voy a llevar al niño al cole, a los partidos el fin de semana, voy a organizar la compra y la comida y te voy a acompañar a dar paseos para que estés activo y no te deprimas. Hay gente muy afortunada con un entorno muy seguro, pero también hay gente muy sola.

¿Habéis encontrado resistencia en los hospitales públicos para que el nombre de CRIS figure en la puerta de determinados servicios?

Los hospitales ya saben que es importante dar visibilidad a las fundaciones que invierten millones de euros en un hospital público. Sobre todo porque el dinero lo aportan personas y cada una con una situación muy diferente.

Y entre los profesionales ¿te has encontrado con alguna guerra de egos?

No, no mucho, la verdad. Yo creo que los profesionales que trabajan contra el cáncer son totalmente excepcionales. Ya ser médico en un hospital público español es un verdadero mérito considerando los sueldos que tienen, la presión y la responsabilidad grandísima de la vida de los pacientes. Lo mismo con los investigadores, que se dedican a buscar ese tratamiento que va a ahorrar muchas vidas, generalmente quitando tiempo a la familia, al descanso y al ocio.

Destaca Joaquín Martínez, cómo el aumento de los recursos dedicados a la investigación en su departamento ha impactado en los pacientes: “Acabamos de publicar un estudio sobre mieloma múltiple y en la última década ha aumentado la supervivencia más del doble, especialmente en personas jóvenes. Las nuevas terapias celulares CAR-T son muy eficaces y permiten en algunos tipos de linfomas y leucemias que los enfermos prácticamente recuperen su vida normal”.

“Los tumores hematológicos son más accesibles –reconoce Álvarez-Vallina–. Los tumores sólidos se protegen con lo que se llama el microambiente supresor, células que inhiben la función del sistema inmunológico, y eso hace que sean más difíciles. Pero encontraremos la forma de llegar”.

En junio de 2024 la Fundación CRIS ha firmado un protocolo con la Comunidad de Madrid para la creación de un Instituto de Investigación del Cáncer. ¿En qué fase se encuentra?

Se trata de un proyecto muy ambicioso que confiamos en que vea la luz muy pronto, pero no podemos contar los detalles por el momento. Queremos poner en marcha un centro de investigación con un gran equipamiento y que cuente con los mejores profesionales, que son la clave. Es importante entender el concepto de Instituto público-privado ya que los recursos provienen de la sociedad civil, y va a revertir en la Sanidad Pública para que cualquier paciente tenga acceso a las terapias más innovadoras; y por supuesto acelerar la cura del cáncer para las futuras generaciones. La Comunidad de Madrid está haciendo una fuerte apuesta por la investigación. **T**

AIRE DE SEVILLA



AIRE
DE
SEVILLA

DIVANA

EAU DE TOILETTE
FOR WOMAN

AIRE
DE
SEVILLA

soyyo

EAU DE TOILETTE
FOR WOMAN

AIRE
DE
SEVILLA

Flow!

EAU DE TOILETTE
FOR WOMAN

MI EXPERIENCIA EN UNA MÁQUINA

Desde pasar tres minutos a cien grados bajo cero en una de ellas a someterte a un baño de luz que serena. Las investigaciones en longevidad buscan alargar la vida celular y la tecnología lo pone a nuestro alcance. Hemos probado las más punteras y te lo contamos.

—Mamen Infante.

La esperanza de vida mundial no hace más que crecer y el deseo de vivir más (pero solo si es mejor) empieza a extenderse. La ciencia de la longevidad persigue la calidad de vida para ralentizar el ritmo al que envejecemos. Quienes hacen negocio de este anhelo han puesto en marcha espacios con nombres con tirón tipo *biohack center*, *longevity hub*, *wellness club* o *recovery space*, ubicados dentro de clínicas de medicina estética, centros deportivos de alto rendimiento y clínicas de medicina integrativa donde el bienestar es excusa, pero también vehículo para la recuperación de tejidos, huesos, músculos, incluso para actuar sobre problemas como el insomnio, la ansiedad o la neblina mental, entre otras cosas. Esta corriente no ha hecho más que empezar pero se extiende rápidamente. Bien lo saben números 1 del deporte de élite como Ilia Topuria, Cristiano Ronaldo o Fernando Alonso, que tienen en sus casas cámaras hiperbáricas, cápsulas de crioterapia y otros aparatos de alta tecnología capaces de alcanzar las cotas de recuperación más avanzadas. TELVA ha probado algunas de estas innovadoras tecnologías de rejuvenecimiento y bienestar integral.

CÁMARA HIPERBÁRICA: *Origenación celular*

Nos parece algo de ciencia ficción pero la oxigenación hiperbárica tiene más de tres siglos de vida. “La sacó del baúl de los recuerdos la medicina deportiva, que buscaba formas de rehabilitar a su élite de las lesiones en el menor tiempo posible”, cuenta Ignacio Coello de Portugal, socio fundador y propietario de Medical Oxygen Corporation S.L. Antes de entrar en la cámara que tienen en la Clínica Ityos de Madrid me explica que se trata de un recipiente herméticamente cerrado de acero o aluminio en cuyo interior se suministra oxígeno y elevan las atmósferas para desalojar el nitrógeno de nuestro cuerpo y que, por apertura del canal alveolar y por los poros de la piel, el organismo reciba un flujo de oxígeno brutal. “Después de una hora, el nivel de oxígeno en sangre ha aumentado un 23% más”, apunta. Así que ataviada con una bata de algodón 100% y sin pendientes, piercings, desodorante o maquillaje, me tumbo y a priori la sensación es de cero claustrofobia porque la cámara es acristalada. Me aplican una presión de 1,5 ATAS porque es mi primera vez y me explican que cada



Fiebre futurista

Filippo Tommaso Marinetti,
Retrato de I. V. Kliun, 1913.
El artista lanzaba proclamas
ensalzando la velocidad,
la máquina y el progreso,
como base del futuro.

Respirar oxígeno puro en una cámara hiperbárica a una presión hasta tres veces más alta de lo normal es el nuevo tratamiento wellness que alarga telómeros, activa la regeneración celular, mejora el sueño y alivia el estrés

problema tiene su programa, no es uno igual para todo. Dentro de la cápsula solo noto una sensación de oídos taponados similar a la del despegue del avión -que se alivia tragando o bostezando- y que desaparece una vez se ha alcanzado la cota necesaria para el tratamiento. Enseguida me relajo y termino bostezando aunque no me quedo dormida como, me dicen, pasa a menudo. Durante una hora, mientras veo imágenes de paisajes otoñales con música clásica de fondo, respiro a una presión dos o tres veces más alta de lo normal, lo que consigue aumentar la cantidad de oxígeno que transporta la sangre y redundo, según me explican, en una revitalización tisular que mejora la recuperación y regeneración de los tejidos. Por qué la oxigenación hiperbárica tiene tantos usos, encierra una explicación sencilla: La energía vital de la célula vive del oxígeno. Pasar una hora en la cámara es como llevar a las células al gimnasio, y que se regeneran a una velocidad cinco veces superior a la normal. Las células de cualquier órgano, por cierto, incluido el cerebro. Además de para la rápida recuperación deportiva, la oxigenación hiperbárica se usa en medicina estética para favorecer la cicatrización y en el capítulo wellness es útil para mejorar problemas de sueño, estrés, etc. En la salud femenina es buena aliada ya que mejora patologías como la anemia cróni-

ca, ovarios poliquísticos y problemas derivados del descenso de estrógenos en menopausia como el insomnio, la osteoporosis o la neblina mental. ¿Más?. Este tratamiento es virudicida, antibacteriano y antimicrobiano. Consigue la recuperación de un pie diabético, la regeneración más rápida de huesos y tendones rotos; ha demostrado su capacidad de curar casos de COVID persistente y también mejora casos de fertilidad masculina. Además, baja los niveles de cortisol y es compatible con radioterapia en pacientes oncológicos. Por si todo fuera poco, un *bonus track* para los locos de la longevidad: está demostrado que la oxigenación hiperbárica es capaz de alargar los telómeros.

CRIOTERAPIA: *El frío curativo*

Dentro de una cápsula cerrada, como un ascensor dentro del que parece que va a empezar a nevar en cualquier momento, expongo el cuerpo a una temperatura de -110°C. En ropa interior y con gorro, calcetines y guantes, experimento una sensación de frío seco superficial los (interminables) tres minutos que dura *She's a Rainbow* de los Rolling Stones. La sensación de frío, que es intensa, se puede soportar mejor



CÁMARA HIPERBÁRICA

Existen diferentes modelos y las más comunes son monoplaza y acristaladas. En función del objetivo son más o menos sesiones. En Clínica ltyos de Madrid, Clínica Grupo Pedro Jaén en Madrid, Sha Wellness Clinic en Alicante, RoseBar de Six Senses en Ibiza, Reto48 Fitness & Biohacking Center en Madrid, ZEM Wellness Clinic en Altea.



CRIOTERAPIA

Pueden ser cápsulas completas tipo ascensor o recipientes donde la cabeza queda fuera. Se pueden elegir diferentes temperaturas, que llegan a alcanzar 160 grados bajo cero. Si quieres probarlo, acude a: Longevity Hub by La Prairie en Madrid, ZEM Wellness Clinic en Altea o Reto48 Fitness & Biohacking Center en Madrid.

que la que provoca meterse en una tina de agua helada ya que no es frío húmedo. Mientras aguantas piensas en los beneficios, que son muchos y tienen su explicación médica: someterse a esta temperatura genera una vasoconstricción severa en todo el cuerpo y cuando éste recupera la temperatura normal y la sangre vuelve a los tejidos, recibe una importante oxigenación. Esto vehiculiza gran cantidad de nutrientes y minerales para regenerar las células, algo fundamental en la recuperación de lesiones. Pero no solo funciona en post-entrenamiento. La crioterapia tiene efecto antiinflamatorio y vasoconstrictor y alivia el dolor muscular. Además, promueve la función del sistema linfático, ayudando a la detoxificación del cuerpo, y mejorando el descanso y el manejo del estrés gracias a que tras la sesión se generan endorfinas y disminuyen los niveles de cortisol.

MECANOBIOLOGÍA:

Menos estrés y mejor sueño

Este protocolo, realizado con el desarrollo Cellu M6® de la marca LPG, cumple lo que promete. Después de la sesión, noto que floto y esa noche duermo como un bebé. El secreto está en la mecanobiología, ya que a través del masaje busca hacer trabajar a las células y desencadenar una respuesta biológica en ellas a través de la estimulación del sistema circulatorio y linfático. “El masaje actúa sobre el sistema nervioso autónomo, favoreciendo el paso del sistema nervioso ortosimpático (responsable de la respuesta al estrés) al sistema nervioso parasimpático (responsable de la relajación y la regeneración). Este cambio ayuda a reducir la ansiedad y favorece un sueño más profundo y reparador”, explica



LPG ANTIESTRÉS

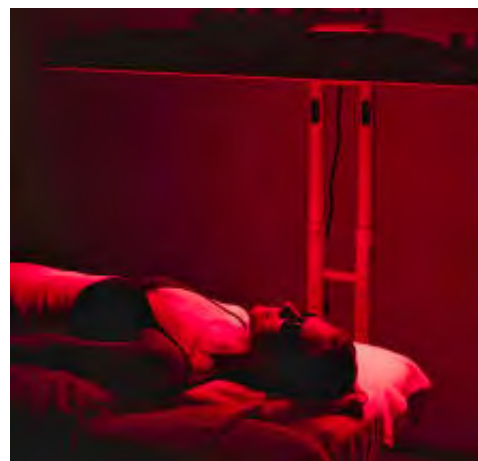
Este masaje terapéutico está disponible en los centros autorizados de LPG que cuenten con la nueva tecnología Cellu M6® de LPG. Sumado a un masaje manual de despedida te permite alcanzar cotas de relajación máxima. TELVA recomienda el centro de Carmen Navarro en Madrid. Encuentra tu centro más cercano en endermologie.com/es

Christian Gagniere, director médico y científico de LPG. Someterse periódicamente a este masaje consigue reducir significativamente el estrés, aumenta la vitalidad y las defensas naturales, mejora los trastornos del sueño y mejora el estado de ánimo general.

SAUNA DE INFRARROJOS:

La luz de la calma

Son como una sauna tradicional con lámparas de luz infrarroja (a veces más parecidas a una cama de rayos UVA) que, según me cuenta Sara Álvarez, propietaria del centro Reto48 en Madrid, basan su eficacia en estudios que han demostrado que el cuerpo responde especialmente bien a las longitudes de onda del rojo y del infrarrojo cercano, que van de 600 a 900 nm. “Esto activa una serie de procesos metabólicos y del sistema nervioso: alivia el dolor, reduce la inflamación y restaura las funciones vitales, promueve la regeneración de las células, alivia dolores, reduce la tensión muscular, baja la presión arterial y refuerza el sistema inmune”. Las saunas de infrarrojos pueden encontrarse en spas y centros de estética pero también hay versiones médicas ultra-sofisticadas como la que tienen en el Longevity Hub de Clinique La Prairie de Madrid, llamada Far infrared. En ella el tratamiento recibido es capaz de rejuvenecer, recargar energía y eliminar las toxinas de nuestro organismo. Todo ello porque no es una simple lámpara, sino que cuenta con tres tecnologías: rayos infrarrojos lejanos que detoxifican, estimulan el metabolismo y alivian la inflamación y el dolor, plasma que alivia el estrés y potencia la energía y terapia de luz indicada para el rejuvenecimiento de la piel y la eliminación de toxinas. **T**



SAUNA DE INFRARROJOS

La encontrarás en forma de sauna convencional con lámparas infrarrojas tras las lamas de madera o en forma de cama, tipo las de rayos UVA. Busca la tuya en Reto48 Fitness & Biohacking center en Madrid, RoseHub de Six Senses en Ibiza, o Six Harmonies Spa, Longevity Hub by Clinique La Prairie y Revive Spain, los tres últimos en Madrid.



Paloma Sancho responde

Directora de belleza de TELVA

25

PREGUNTAS
QUE
SIEMPRE
ME
HACEN MIS
AMIGAS

1 **¿Cómo debo limpiar diariamente mi piel?**

Por la noche recomiendo la doble limpieza porque la grasa del maquillaje y los filtros de la crema solar solo se van con una fase oleosa. Primero un aceite o bálsamo y, como segundo paso, el limpiador de base acuosa. Elige uno sin jabón para no irritar la barrera cutánea y, a ser posible, que incluya ceramidas y niacinamida que la refuerzan. Hay un ingrediente que está muy de moda ahora que son los glucósidos, que limpian sin resecar y fortalecen el microbioma cutáneo.

2 **¿Es necesario que use un contorno de ojos siempre?**

El contorno de ojos no es un producto imprescindible. Siempre puedes aplicar el mismo sérum o crema hidratante que te pongas en el resto de la cara en la zona de los ojos (siempre que no produzcan irritación). Si tienes ojeras, bolsas o arrugas muy marcadas sí te recomiendo usar un contorno con vitamina K, cafeína y ácido tranexámico para tratar esos tres problemas.

3 **¿Cuál es el mejor sérum antioxidante para aplicarme cada mañana?**

El que tenga el activo que tiene mayor evidencia científica: la Vitamina C pura, que además de protegernos de la acción de los radicales libres estimula la producción de colágeno, previene la aparición de manchas e ilumina la piel cada mañana. Si tienes la piel más sensible, usa una Vitamina C con una concentración inferior al 8% con un pH menos ácido.

4 **¿Es obligatorio usar crema hidratante mañana y noche?**

La crema solar es la única crema no negociable que debes usar cada día (dos dedos de cantidad, no menos). La hidratante debes usarla solo si tu piel la necesita. En el caso de notarla seca después de aplicar tu sérum, busca una crema que tenga ácido hialurónico, niacinamida y ceramidas.

5 **¿Me sirve de algo tomar suplementos de colágeno?**

Los suplementos nunca sustituyen a una dieta sana y variada, pero sí es cierto que a partir de los 25 años empezamos a producir menos cantidad de colágeno, una proteína fundamental para la salud de nuestro pelo y piel. Por eso muchos expertos recomiendan tomar estos suplementos. Pero no vale cualquiera: tiene que estar hidrolizado y ser de una fórmula patentada (Verisol o Peptan, por ejemplo) con estudios de eficacia.

6 **¿Cómo puedo dominar el encrespado de mi pelo?**

Con mucha hidratación (mascarillas, sérum de puntas, aceite...) y evitando la fricción. Si tienes tendencia al encrespamiento duerme con el pelo recogido con un coiletero suave y con una funda de almohada de seda. Y apúntate al paso del prelavado: aplicar acondicionador en seco y deja actuar unos minutos antes de lavarlo.

7 **¿Cómo debería ser un lavado de pelo de libro?**

Hay que lavar la cabeza, no el pelo. Se lava el cuero cabelludo, no la fibra capilar frotando la melena ya que, haciendo esto último, levantas la cutícula y haces que pierda brillo y salud.

La grasa y suciedad están en el cuero cabelludo. Se pone poca cantidad de champú y se aclara con agua templada. El agua fría para terminar el lavado hará que tengas más brillo. Y sécalo cuanto antes: el pelo cuando está mojado es cuando más vulnerable está.

8 **¿Cuál es el mejor tratamiento para reafirmar mi rostro?**

Ultrasonidos microfocalizados ecoguiados por que actúan en el SMAS que es una capa de la piel formada por fibras de colágeno y elastina, allí hace microlesiones que activan la síntesis de colágeno y producen una retracción de la piel consiguiendo un tejido más firme y elástico.

9 **¿Qué color de sombras crees que me van más según mi color de ojos?**

Como dice mi amigo Roberto Sigüero, maquillador, "cualquier color bien puesto le queda bien a todo el mundo". Pero hay colores que potencian más o menos el color de tus ojos: si son verdes, por ejemplo, los tonos rojos, granates y ciruelas. Los azules se potencian con naranjas, ocre, teja o dorado. Y los marrones, con cobre, rosa o azul.

10 **¿Puedo de verdad eliminar la celulitis?**

El tratamiento de la celulitis es complejo y requiere que la alimentación, el deporte y los tratamientos con tecnología vayan de la mano. Eliminarla por completo cuando ya está muy avanzada es complicado, pero sí es posible mejorar mucho el aspecto del tejido. Se recomienda evitar el azúcar y las grasas saturadas, hacer ejercicio diario y recurrir a tratamientos con radiofrecuencia, vacumterapia, cavitación y ultrasonidos que nos ayuden a drenar y remodelar la figura.

11 **¿Y las manchas de la cara?**

Los mejores tratamientos son la Luz Pulsada Intensa o el láser; el primero funciona muy bien para aclarar léntigos y, además, mejora la calidad de la piel y unifica el tono. El segundo es más específico para melasma. En casa, los activos despigmentantes más utilizados son el retinol o el retinal, el ácido kójico, la hidroquinona y el ácido tranexámico.

12 ¿Cómo eliminar las marcas de acné?

Este tipo de cicatrices requieren paciencia, es una carrera de fondo en la que se trabaja con cosmética en casa (retinoides) y tratamientos médico estéticos: láser fraccionado ablativo CO2, Luz Pulsada Intensa, peelings superficiales o medios, microneedling e incluso rellenos dérmicos en caso de cicatrices atróficas.

13 Quiero hacerme un retoque estético, ¿por dónde debería empezar?

Yo sigo el lema menos es más: toxina botulínica para arrugas dinámicas cada seis meses y, para mejorar la calidad de la piel, prueba tratamientos no invasivos de medicina regenerativa: con exoxomas, plasma rico en plaquetas, células madre o hidroxiapatita de calcio para reafirmar. No se puede frivolizar con la medicina estética. Infórmate muy bien, busca profesionales que sepan lidiar con posibles efectos adversos y sé prudente.

14

¿Cuáles son los perfumes que duran más tiempo?

Influye sobre todo la fórmula y la elección de los ingredientes. Los intensos suelen durar más gracias a sus notas amaderadas, de vetiver, especiadas o de ámbar, como los últimos de Coty que, además, tienen una molécula que prolonga la estela. Pero también hay frescos que duran, como Nadia 46, un cítrico que huele a limpio pero con una altísima concentración de aceites esenciales.

15 ¿Hay un orden para aplicarme el maquillaje?

Sí: primero prebase o *primer*, después la base, el corrector y el polvo suelto. Seguiríamos con los polvos de sol y el colorete. A continuación, los ojos: perfilador, sombras, eyeliner, máscara de pestañas y las cejas. Lo último; el perfilador de labios, una capa de rojo de labios y el brillo encima.

16 ¿Cómo me pongo el iluminador?

La tendencia de la piel glow está a la orden día día: el iluminador aporta volumen y se aplica después de la base con un producto en crema o polvo en las zonas de hueso: parte alta del pómulos, encima de las cejas, arco de cupido y tabique de la nariz.

17 ¿Cómo puedo recuperar mi pelo castigado por el tinte?

Si se ha debilitado por el tinte o decoloraciones agresivas es importante entender que se ha dañado la fibra, no la raíz. Es decir, el pelo que nace nuevo es fuerte. Recuperar no se puede, pero podemos cuidar para que su aspecto sea sano: medios y puntas usar champús no agresivos, aplicar mascarillas reparadoras...

18 Para el cuello ¿necesito una crema específica?

Aunque es cierto que es una piel más fina que la del resto de rostro, yo extendería los tratamientos del rostro al cuello y escote mañana y noche. A excepción de los activos irritantes, como el retinol y derivados.

19 **Me ha salido un granito, ¿qué hago con él?**

Ni se te ocurra apretar. Dan muy buenos resultados los *sticks* de emergencia formulados con ácido acetilsalicílico, o los de parches anti imperfecciones. Hay muchos en el mercado que llevan activos antirritantes (niacinamida, agua termal), microexfoliantes (derivados del ácido salicílico) y saneantes (sales de zinc), que consiguen reducir los granos en tiempo récord. Mientras, aplica maquillaje corrector.

20 **Tengo vello facial, ¿cómo lo elimino?**

Cuidado: muy importante hacerlo con depilación eléctrica, es decir, la electrólisis, un método de depilación permanente que utiliza una corriente eléctrica para destruir el folículo piloso, impidiendo así el crecimiento del vello. El láser en el vello hormonal puede provocar el efecto contrario y hacer que te salga más pelo.

21 **¿Tengo que usar crema solar a diario en invierno?**

Si durante tu vida diaria en invierno no vas a estar al aire libre, yo optaría por una *BB cream*, maquillaje o crema hidratante con factor de protección. Pero eso sí: siempre que vayas a exponerte al sol sí es recomendable aplicar crema solar con un SPF 50 de amplio espectro. ¿El orden? Limpieza, sérum, crema hidratante, crema solar y maquillaje.

22 **Sobre entrenamientos, ¿es más importante la fuerza o la parte aeróbica?**

El entrenamiento de fuerza es fundamental pero hay que combinarlo con aeróbico (30-40% del último y 60-70 % del primero). El músculo segrega multitud de compuestos beneficiosos cuando lo activamos que llegan al cerebro y mejora su funcionamiento, protegiéndolo contra el deterioro cognitivo, además de reducir los factores de riesgo cardiovascular.

23

¿Cómo me pongo el corrector de ojeras?

Aplicalo hacia el lagrimal, del mismo tono de tu piel y con ingredientes hidratantes como el ácido hialurónico e iluminadores, como la niacinamida. La cobertura mejor media-alta para tapar las ojeras.

24 **Dudo si usar pintauñas con semipermanente o no...**

Sí, pero no más de dos o tres manicuras seguidas ya que este tipo de esmaltado daña las uñas. Sobre todo por la fase de retirada, que se hace con un torno que elimina el esmalte pero también la capa superior de la uña. Soy más partidaria de las uñas de gel, ya que tanto el esmalte como la retirada solo afecta a esa capa y no a las uñas, pero tampoco abusaría. Y cada día aplica aceite en la cutícula y crema de manos para mantener hidratada y cuidada la zona de las uñas.

25 **¿Cómo cierro los poros?**

Los poros ni se abren ni se cierran, solo se limpian. Lo importante es una rutina cosmética adecuada con reguladores de la producción de sebo como el zinc, ácido salicílico, glicólico, niacinamida y cosmética *oil free*. En casos severos de poros muy marcados, se puede recurrir a tratamientos médico estéticos o a un tratamiento de limpieza profunda, como por ejemplo HydraFacial, que consigue una total renovación cutánea exfoliando y extrayendo el exceso de sebo acumulado en el piel. **T**

OBJETIVO:
**PELO
SANO**

Usar retinol en el cabello,
cuidarlo tanto como
la piel, renovar
las planchas o secadores
con frecuencia o
apostar por productos
que no se aclaran.
Aquí, la guía definitiva
para tener un pelazo.

—Clara Sánchez de Ron.

Que levante la mano quien no quiera un pelo más sano. Cada vez buscamos más una melena cuidada y lo último para lucir un cabello saludable, brillante y fuerte a cualquier edad. Para conseguir este objetivo, nada como seguir algunos hábitos, productos y rutinas imprescindibles. Porque ahora el pelo se cuida como la piel. Se habla de rutinas nocturnas con melatonina o retinol para despertar con una melena nueva y rejuvenecida evitando la caída y mejorando el crecimiento capilar, de los *leave-in* o acondicionadores sin aclarado para dar brillo y acabar con el encrespamiento, y de renovar o sustituir las herramientas térmicas, como la plancha o el secador, por las más nuevas *styler* con tecnología para no dañar tu pelo. Toma nota.





1. Curl Me Now, Moncho Moreno (29,90 €).
2. Sublime Gold Leave-in Treatment Shield, Miriam Quevedo (90 €).
3. Crema sin aclarado Metal Detox, L'Oréal Professionnel (34,88 €).
4. All in one Leave-In Conditioner, Moroccanoil (33 €).
5. Leave-in Acidic Bonding Concentrate, Redken (36,90 €).



LEAVE-IN Sin aclarado

El producto de pelo del que no deja de hablarse es el *leave-in*, un **acondicionador sin aclarado**, que como asegura Asun Pont, educadora de Kérastase, “no solo hidrata en profundidad, sino que también protege el cabello de las agresiones diarias como el sol, las herramientas de calor o la polución y son esenciales en cualquier rutina capilar porque hidratan, protegen el pelo y facilitan el peinado del pelo liso como rizado, controlan el encrespamiento, definen los rizos, sellan las puntas y hay uno para cada necesidad”. En cuanto al modo de uso, Nacho Segura, de Peluquerías Pascual de Valencia, señala que “se deben utilizar en seco o en mojado, de medios a puntas, buscando aquellos que no aporten peso a la melena”.

POR LA NOCHE

Cuidados intensivos



La dermatóloga Virginia Velasco de la Clínica Dr. Morales Raya, aconseja **"recoger el pelo de forma suave** con un coiletero de tela porque disminuye la fricción, sobre todo en pelo rizado o con tendencia al encrespamiento". También **dormir con gorro de seda** o utilizar una funda de almohada en este tejido, como apunta Chiara Scudieri, co-fundadora y directora creativa de I.C.O.N. "para evitar la fricción con la almohada que encrespa el pelo". Y como recomienda la farmacéutica Mencía Hermosa: "Aplicar concentrados de melatonina en el cuero cabelludo para combatir la caída y mejorar su densidad".



Para dormir con ellos

1. Lampdapil Melatonin Concentrate, Isdin (47,95 €). 2. Sérum de noche Cellulaire Nuit Symbiose de Kérastase (52,90 €). 3. Deluxe Hair Turban, Miriam Quevedo (50 €).

MINIMALISMO CAPILAR

¿Qué producto de pelo es realmente necesario?

Sérum

Completa el ritual de cuidado capilar. Su uso es opcional pero promueve el crecimiento del cabello y mantiene el cuero cabelludo sano gracias a sus activos. Aplicado con el pelo seco o húmedo mejora la textura y el brillo del pelo.

Prechampú

Es un producto opcional pero muy interesante en pelos encrespados. Es parecido a un acondicionador hidratante que ese aplica antes del lavado por todo el pelo. Después, champú normal y aclarado con agua templada.

Exfoliante

Para el cuero cabelludo, se recomienda una vez cada dos semanas. Elimina las células muertas y restos de producto que obstruye el folículo piloso. Facilita la absorción de nutrientes para que el pelo crezca fuerte y sano.

Aceite

Es un producto complementario pero tonifica el cuero cabelludo y da fuerza y brillo al pelo. Actúa mejor con masaje en el cuero cabelludo. De una a dos veces a la semana. Es como un prechampú.

Protector térmico

Fundamental si usas herramientas térmicas ya que pueden provocar daños en el pelo. Aplícalo en la fibra del pelo antes de usar el secador, la plancha o tenacillas. Tu pelo lo agradecerá.



Renueva tus herramientas

El doctor Oscar Muñoz, dermatólogo de la Clínica Capilderm, aconseja "renovar las herramientas de calor con frecuencia porque la tecnología evoluciona y mejora el control de la temperatura y hace que el pelo se dañe menos"



Planchas con moderación

Aunque las herramientas no tienen un impacto negativo en la caída del pelo, sí pueden producir una agresión térmica sobre la cutícula, que empeorará el aspecto cosmético del cabello

1. Secador Airlight Pro con luz infrarroja de L'Oreál Professionnel (disponibles en peluquerías)
2. Moldeador Airwrap i.d, Dyson (549 €).
3. Secador cepillo Reverse, Rowenta (99,99 €).
4. Cepillo secador Air Power Volume, Babyliss (80 €).

RETINOL Melena joven

María Porriño, dermatóloga tricóloga del Grupo Pedro Jáen, señala que "el retinol hace que los activos que aplicamos en el cuero cabelludo se absorban mejor y es conveniente para que el tallo piloso crezca sano". También lo confirma la farmacéutica Helena Rodero, "además de ser el **activo antienvjecimiento** para la piel, el cuero cabelludo y el pelo pueden notar mejoría de aspecto y densidad".



1. High-Density Lotion Kerala Essence, Lico by Helena Rodero (43,95 €).
2. Loción Spectral.DNC-N de (52,80 €).

El tratamiento profesional

¿Quién no es fan de la mítica loción p50 de la marca Biologique Recherche? Avalada por su eficacia en el cuidado de la piel y sus tratamientos faciales, ahora llega el tratamiento capilar de a The Beauty Concept, que "con productos que oxigenan, nutren, reparan y fortalecen", según explica la directora del centro, Paz Torralba. Sin duda, una cura capilar intensiva respaldada por una completa sinergia de lípidos, vitaminas, péptidos, aminoácidos, minerales y antioxidantes para todas las melenas (200 €).



1. Loción P50 Capillaire, Biologique Recherche (108,37 €).
2. Complexe tratamiento de 12 ampollas Cegaba + Bioproline, Biologique Recherche (181,27 €).

ESTOS SON LOS 4 SUPLEMENTOS PARA MUJERES A PARTIR DE LOS 40 RECOMENDADOS POR EXPERTOS

Hablamos con el equipo de expertos en complementos alimenticios Solgar® sobre la importancia de mantener una rutina de alimentación saludable y qué suplementos pueden acompañarte en la perimenopausia y menopausia

A partir de los 40 años es importante que recuerdes que algunos aspectos relacionados con tu bienestar como la salud ósea, estado de ánimo, descanso y salud cardiovascular se pueden ver afectados con la llegada de la perimenopausia y menopausia.

Según los **expertos Solgar®**, es un buen momento para consultar con un profesional cómo ayudar a cuidarte de la mejor forma.

ESTRÉS Y SENTIRSE DESBORDADA

¿Las responsabilidades te desbordan y sientes estrés en tu día a día? El ritmo ajetreado y los cambios hormonales pueden causarte alteraciones emocionales. Es en este momento cuando, los expertos de Solgar® nos explican que la **ashwagandha** puede ser una ayuda. Esta planta adaptógena es conocida por su capacidad para ayudar a lidiar con el estrés. A medida que las mujeres experimentan cambios hormonales en sus 40s, pueden enfrentar niveles aumentados de estrés y ansiedad. La ashwagandha puede ayudar a promover la relajación y el bienestar físico y mental.

SALUD ÓSEA

Con la llegada de la perimenopausia y la pérdida de estrógenos, se agudiza la pérdida de densidad ósea. Por ello, es importante asegurar un correcto aporte de nutrientes que apoyen la salud ósea como la **vitamina D**, esencial para la absorción y metabolismo del calcio. Además, también desempeña un papel importante en la función inmunitaria. Desde Solgar® nos dicen que muchas mujeres pueden no exponerse suficientemente al sol para producir la vitamina D necesaria, especialmente en ciertos climas o durante los meses de invierno.

SALUD CARDIOVASCULAR

Nuestro sistema cardiovascular también se ve afectado por la bajada de estrógenos. Por ello es importante tener en cuenta otros nutrientes que apoyan la salud del corazón como los tan conocidos **ácidos grasos omega-3**. Sus beneficios son múltiples, además de apoyar la salud del corazón apoyan los niveles de triglicéridos y tensión arterial en condiciones normales. Por si fuera poco, el omega-3 DHA también contribuye a que nuestro cerebro y visión funcionen adecuadamente. Las mujeres pueden obtener omega-3 a través de pescados grasos, semillas de lino y nueces, pero un suplemento de aceite de pescado de alta calidad también puede ser beneficioso.

DESCANSO Y ENERGÍA

¿Te notas más cansada y con más dificultad para dormir? Los expertos en suplementos **Solgar®** nos cuentan que el **magnesio** puede ayudarte en

este momento. Es un mineral esencial que ayuda a disminuir el cansancio y fatiga y a producir más energía para tu día a día. También influye en tu estado emocional ayudándote a mantener el equilibrio y un buen descanso, lo que puede ser particularmente beneficioso durante las fluctuaciones hormonales de los 40s. Las mujeres deben aspirar a una ingesta diaria de aproximadamente 300 mg, que se pueden obtener a través de alimentos como nueces, semillas, granos enteros y verduras de hoja verde, así como a través de la suplementación si es necesario.

La llegada de un nuevo año es sinónimo de nuevos propósitos, y uno de los más comentados es, sin duda, mantener una buena salud y bienestar. Esto es lo que en **nuestro vídeo podcast En Equilibrio, un proyecto de TELVA y SOLGAR®**, intentamos contar de la mano de expertos en belleza, slow living y salud emocional. Es importante aprender a mantener el cuerpo y la mente en equilibrio con una buena alimentación y los mejores consejos para tu salud.



Recuerda que...

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada y variada y un estilo de vida saludable. La vitamina D contribuye a la absorción y utilización normal del calcio y el fósforo, contribuye al mantenimiento de los huesos en condiciones normales y al funcionamiento normal del sistema inmunitario. El DHA y el EPA contribuyen a mantener una tensión arterial normal. El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de EPA y DHA. El DHA y el EPA contribuyen a mantener unos niveles normales de triglicéridos en la sangre. El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 2 g de EPA y DHA. No debe superar una ingesta diaria suplementaria de 5 g de EPA y DHA combinados. Los ácidos eicosapentaenoico y docosahexaenoico contribuyen al funcionamiento normal del corazón. El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 250 mg de EPA y DHA. El ácido docosahexaenoico contribuye al mantenimiento de la visión en condiciones normales y al funcionamiento normal del cerebro. El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 250 mg de ácido docosahexaenoico. El magnesio contribuye al metabolismo energético normal, a la función psicológica normal y ayuda a la reducción del cansancio y la fatiga.



DESCUBRE MÁS



CUIDA TU BIENESTAR TODO EL AÑO

- Vanesa Lorenzo -

Los complementos alimenticios no deben usarse como sustitutos de una dieta equilibrada y variada y un estilo de vida saludable.

SOLGAR®
Since 1947
COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS

belleza

1 SIN PINCHAZOS

Esta crema trata las arrugas de expresión (frente, patas de gallo y entrecejo) sin recurrir a la medicina estética. Hidrata y rellena para una piel más firme.

Reductor de Arrugas Dinámicas Clinical Solutions™, Mary Kay (59 €).



FOTO: PEPE LÓPEZ



EN MI RADAR

Paloma Sancho, directora de belleza de TELVA, te cuenta sus imprescindibles.

2 Un perfume gourmand

El frasco redondo es un desafío de fabricación; la boca no es vertical y el tapón sirve al mismo tiempo de base. *My wish*, de Halloween, huele a violeta, caramelo salado, jazmín y frutos rojos (89 €).



FOTO: E. ESCANDELL



3

PIEL GLOW & LABIOS SATINADOS

Hay una tendencia en redes sociales que propone un maquillaje minimalista que consiste en maquillar los labios, la piel y nada más. Aplica una base ligera por todo el rostro, un poco de iluminador en la parte alta del pómulos y un labial en tono rojo o rosado de acabado satinado.

1. Illuminous Silk Acqua Highlighter, Giorgio Armani (45 €).

2. My Sculpt Satin Lip Stylo, Dolce & Gabbana (45 €).

3. Base Radiance Doble Efecto Flash Germinál (42 €).

4 TODO EN UN MISMO CENTRO

The Beauty Concept (Ortega y Gasset 49, Madrid) inaugura el espacio TBC Medical donde podrás probar la mejor tecnología, como Thermage o Ultherapy, pedir cita con sus médicos estéticos o ingresarte en una de sus 4 cabinas con los mejores tratamientos.





TENTADAS POR LA MANZANA

A partir de cuatro ingredientes activos (células madre, vinagre de sidra, aceite de semillas y piel fermentada), la nueva línea *Youthtopia*[™] de Origins revela el poder antioxidante de la fruta más apetitosa y literaria: la manzana, para potenciar la juventud y la belleza de nuestro rostro.

Tal y como afirma el popular refrán inglés: “*An apple a day keeps the doctor away*” (que viene a decir algo así como que: “*Una manzana al día, del médico te alejaría*”). Y es que, si por algo destaca esta fruta tan tentadora es por su poder antioxidante. Ahora, gracias a *Youthtopia*[™], la nueva línea de Origins, puedes beneficiarte de sus increíbles propiedades en tu rostro, ya que la marca, fiel a su compromiso con las fórmulas de alto rendimiento impulsadas por la ciencia y la naturaleza, revela el potencial rejuvenecedor del aceite de semillas de manzana prensado en frío, la cáscara fermentada, su extracto de células madre y un complejo de vinagre de sidra. *Youthtopia*[™], consta de dos productos complementarios: *Refining Apple Peel* es un *peeling* facial que ayuda a alisar la piel y reducir la apariencia de los poros y *Peptide Plumping Apple Cream*, se trata de una crema hidratante y ligera que combate los primeros signos del envejecimiento. Ambos productos son veganos y están libres de ingredientes de origen animal. ¿A qué esperas para aprovechar el poder antioxidante de las manzanas en tu piel?

Un dúo infalible y rejuvenecedor

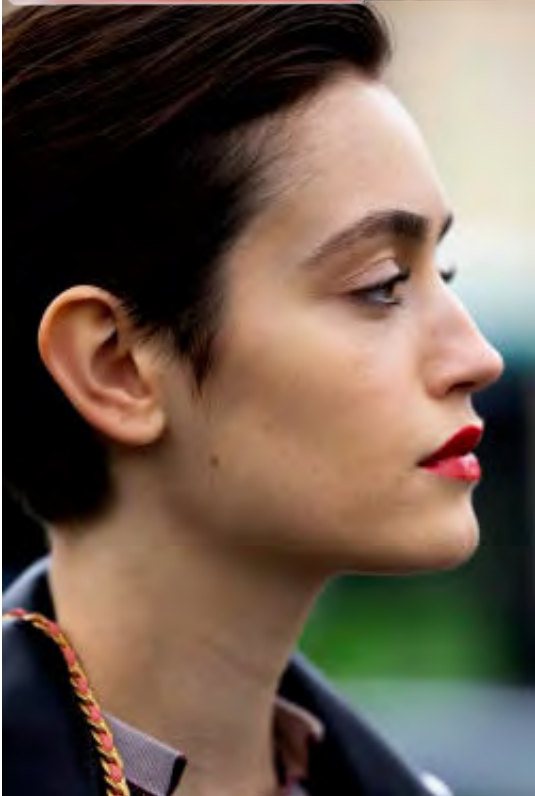
- **Refining Apple Peel** es un *peeling* facial cuya fórmula contiene 100.000 células madre de manzana, vinagre de sidra de manzana y ácido glicólico. Esta combinación actúa suavemente para alisar la piel y reducir la apariencia de los poros. Para ello, solo tienes que aplicarlo diariamente con un disco de algodón sobre la piel limpia. ¿El resultado? Un rostro más firme y terso.

- **Peptide Plumping Apple Cream** es una crema hidratante y ligera que combate los primeros signos del envejecimiento. Rica en péptidos antioxidantes, sus más de 50.000 células madre de manzana aumentan visiblemente la elasticidad de la piel. La fórmula también contiene aceite de semillas, piel de manzanas fermentadas y escualeno, que garantizan una buena hidratación. Aplícala mañana y noche sobre la piel limpia del rostro, cuello y escote.



PARA EL DÍA, tonos frambuesa en textura bálsamo o barra que puedes aplicar con la yema de los dedos.

Rouge Allure Liquid Velvet, tono Passionnante, Chanel (48 €).



SOFISTICADA: El rojo nunca falla en las ocasiones especiales. Elige uno clásico -con subtonos cálidos- y añade un toque de iluminador en el lagrimal.

Pure Color Explicit Slick Shine Adrenaline Rush, Estée Lauder (46 €).



YSL Loveshine tono
Passion Red,
Yves Saint Laurent
Beauty (45 €).



Lip Idôle Liner,
tono Red Now,
Lancôme (28 €).

LA TENDENCIA

#No mascara makeup

LABIOS ROJOS Y NADA MÁS

—Cristina Martín Frutos.

Si todavía alguien dudaba del poder de unos labios rojos, TikTok lo ha vuelto a dejar claro. El rouge no solo tiene la capacidad de empoderar, aportar glamour o disimular las ojeras, también puede convertirse en el mejor aliado de la última tendencia de maquillaje viral: *#no mascara make up*. Un hashtag con millones de visualizaciones que defiende que lo verdaderamente *cool* es no maquillarse las pestañas (más allá de un toque con máscara transparente). Aunque para muchas sea un alivio, hay quien dice que sin rímel no es nadie... Y es aquí donde el labial rojo tiene mucho que decir, equilibrando la sensación de mirada desnuda. Para que el look funcione es imprescindible trabajarlo sobre una piel hidratada y luminosa -mejor una bb cream o corrector que una base- y unas cejas rotundas. Como la boca es la protagonista absoluta, no caben fallos: el perfilador será de gran ayuda. El último truco consiste en aplicar con los dedos un poco del labial sobre las mejillas para coordinar el look. Ya lo dijo Coco Chanel: si estás triste, ponte más pintalabios, ¡y a comerte el mundo!



belleza

1

2

3

La belleza del Louvre solo para mí



4



5



6



El momento *Dreamers*

Al contrario de lo que ocurría en aquella emblemática escena de *Bande à part* de Jean-Luc Godard y que más tarde reinterpretaría Bertolucci en *Soñadores*, cuyos protagonistas competían por recorrer las galerías del Louvre lo más rápido posible para batir un récord, yo solo deseaba que se congelara el tiempo y hacer noche en el museo. Contemplar tizianos y botticellis sin empujones y en silencio... El auténtico lujo era esto.



7

Desde el ala *Denon* hasta el ala *Richelieu*, solo un puñado poliglota de periodistas abrumados habita el museo. Recorreremos las galerías del Louvre con una guía apasionada y diminuta topándonos solo con algún conservador despistado de bata blanca que, tras ser interceptado, inmediatamente intenta hacerse invisible. Somos los primeros en degustar “¡De todas las bellezas!”, el magnífico resultado de un proyecto de colaboración y mediación cultural sin precedentes entre el Museo Louvre y L’Oréal Groupe que aborda el papel fundamental de la belleza a lo largo de la historia: un recorrido guiado a través de objetos, rituales y representaciones que permite a los visitantes explorar más de 10.000 años de arte (desde la prehistoria hasta el futuro) a través de una selección de 108 obras fascinantes.

Desde el pasado 13 de noviembre y hasta marzo de 2027, todos los visitantes del Louvre están invitados a descubrir los secretos de belleza que guardan las galerías del museo, así como la evolución de los cánones y visiones idealizadas de la belleza para evidenciar que, sin duda, la auténtica belleza va mucho más allá de una imagen o una apariencia determinada; poderosa y resiliente, la auténtica belleza revela el espíritu y los valores de una sociedad y sus transformaciones. Este *leitmotiv* articula un itinerario reflexivo, original y único, creado por el Louvre con la colaboración del departamento de Arte, Cultura y Patrimonio de L’Oréal Groupe. “En el corazón de nuestro propósito, ‘crear la belleza que mueve el mundo’, reside el deseo de hacer accesible la belleza a todos y contar la historia de su diverso y perdurable papel desde los albores del tiempo”, afirmó Nicolas Hieronimus, CEO de L’Oréal Groupe con motivo de la inauguración.

Asimismo, el objetivo fundamental de esta alianza es alumbrar nuevas perspectivas sobre la belleza que nos permitan fomentar la diversidad, la inclusión y la tolerancia entre culturas y civilizaciones, sobre todo, para alentar a las generaciones más jóvenes a abrazar *todas las bellezas*. Finalmente, para una experiencia inmersiva, el Museo Louvre en colaboración con L’Oréal Groupe pone a disposición de los interesados una aplicación web (accesible mediante código QR, pero también disponible en remoto para un recorrido virtual) a través de la cual podrán enriquecer su visita gracias a la señalización de las obras y objetos que forman parte de la muestra. Además, podrán escuchar a *Nefertitabet* en primera persona, cuyos productos de belleza eran tan preciados que la acompañaron al más allá; recrearse en los ideales de belleza de la Antigua Grecia con la estatua de *Mercurio Richelieu* o descubrir la fascinante historia del *Hermafrodito durmiente*. **1**

—Verónica González Soriano

1. Lejos queda la controversia que suscitó el proyecto del arquitecto Leoh Ming Pei en 1984, *La pirámide* del Louvre es hoy tan parisina como la *Tour Eiffel* o *Notre Dame*. 2. *La Victoria de Samotracia* en la desértica galería *Daru*. 3. Aunque *La Gioconda* no pertenece a la muestra, fue un privilegio admirarla sin cordón de seguridad ni cientos de smartphones a su alrededor. 4. *La mujer ante el espejo* de Tiziano, probablemente, el primer *mirror selfie* de la historia del arte. 5. *Retrato de una princesa de la casa de Este* por Pisanello. 6. *La sala de las Cariátides* completamente vacía. 7. La escultura de mármol del *Hermafrodito durmiente* (100-150) cuyo colchón primoroso fue esculpido y añadido por Bernini en 1620.

¡De todas las bellezas! es un itinerario inédito resultado de la sinergia entre el Museo Louvre y L’Oréal Groupe que permitirá a los visitantes explorar más de 10.000 años de historia a través de 108 obras fascinantes

48 horas en París



LE CAFÉ MARLY



LAPLUME BY MADAME RÉVE



AU PIED DE COCHON



HOTEL BACHAUMONT



CORTADO CAFÉ



LA TOUR EIFFEL

Le Café Marly, situado en el corazón de *Les Tuileries*, bajo los arcos del Louvre, es la mezcla perfecta entre una *brasserie* parisina y un café literario, donde saborear las preciosas vistas al *Cour Napoléon*. @cafe_marly

La Plume ubicado en el corazón del barrio de *Les Halles*. Este sofisticado restaurante de cocina parisina con influencia japonesa y coctelería cuenta con un ambiente de lo más *cool* y unas impresionantes vistas a *l’Église Saint-Eustache*. El salmón *grillé teriyaki* o el pato son infalibles. @laplumebymadamereve

Au Pied de Cochon, todo un icono abierto 24h desde 1947. Perfecto para culminar una noche divertidísima sin necesidad de charcutería contundente (los clásicos franceses como su degustación de ostras, el *foie gras* o la sopa de cebolla son impecables). @pieddecochon

Hotel Bachaumont es el *boutique* perfecto para alojarte durante un fin de semana en la ciudad. Ubicación inmejorable, interiorismo *Art Déco* y fantástico desayuno. No te pierdas su animadísimo bar por las noches (*Le Bar Chaumont*) @hotelbachaumont

Cortado Café el último hito *made in Spain* en la Ciudad de la Luz o como ellos rezan en su cuenta de IG: “Café y cositas”. El pasado mes de noviembre realizaron un concurso de dobles de Rosalía. Sentido del humor y los mejores *croissants* de jamón que encontrarás en París. @cortado.paris

Rue Étienne Marcel, Montorgueil y Rue du Nil y sus alrededores: repletos de tiendas de moda, restaurantes y pastelerías (*Frenchie, Stohrer* etc.) y bares apetecibles (*Candelaria, Le Syndicat*, etc.)

Retinal vs. Retinol

Ambos activos son derivados de la Vitamina A y, aunque suenan parecido, tienen usos y efectos muy distintos en tu piel. Un farmacéutico nos ayuda a descifrarlos.

—Paloma Sancho.



retinal

“Ambos son derivados de la Vitamina A y ambos tienen que convertirse en ácido retinoico para ser bio-disponibles y ejercer su acción de estimular el colágeno y la elastina en la piel”, nos cuenta Eduardo Senante, farmacéutico de Farmacia Senante en Zaragoza. “Pero el retinal está más cerca de esa versión de ácido retinoico, por lo que los resultados se notarían más rápido. Yo lo recomiendo en pieles con tendencia acnéica, ya que el retinal es antibacteriano, además de en mixtas, grasas y sensibles, porque el retinal suele ser mejor tolerado”, asegura.

1. Sérum Retinal Smooth, Isdin (69,95 €).
2. Retinight, Germaine de Capuccini (80 €).
3. Pro Retinal Dual Treatment, Paula's Choice (72 €).
4. Crema Retinal Antiedad, Camaleón (14,90 €).



retinol

El retinol estimula la renovación celular y la síntesis de colágeno y elastina, mejora la firmeza, la elasticidad y el aspecto de las arrugas y líneas de expresión. “Yo lo recomiendo para todo tipo de pieles, pero especialmente en las más envejecidas porque el retinol es una molécula que se estabiliza peor en concentraciones altas y tiene una liberación más lenta”, asegura Eduardo Senante. Si tu piel es más resistente a los activos irritantes y está envejecida el retinol es tu ingrediente estrella para la rutina de noche.

1. Retinol Boost+ Serum Intenso de Noche, Neutrogena (36,90 €).
2. Renewing Night sérum de retinol, Ulé (82 €).
3. Capture Totale Retishot 0,1% de retinol, Dior (115 €).
4. Ampoule Lift 0,3 % retinol, SVR (43,90 €).

ALMA SECRET RENUEVA TU PIEL MIENTRAS DUERMES

Alma Secret ha formulado el sérum con retinal y niacinamida más potente del mercado para eliminar manchas y arrugas durante la noche y conseguir la ansiada buena piel.



Pocas cosas tienen más poder para levantarnos la autoestima que sentirnos a gusto en nuestra piel. Por eso, uno de los principales objetivos de la cosmética es retrasar los signos visibles del envejecimiento, como arrugas, pérdida de elasticidad y manchas. Para enfrentar esta tarea, hay algunos ingredientes clave, avalados por su eficacia, como es retinal, un retinaldehído que ya es el favorito entre dermatólogos y profesionales del cuidado de la piel. Alma Secret ha incluido esta forma de vitamina A en una nueva gama cosmética, Round Midnight Renewing Sérum 0,2%, con una fórmula innovadora que potencia sus beneficios y maximiza su efectividad. Así, el retinal se presenta protegido dentro de una cápsula multicapa, aislado de factores externos que lo puedan degradar, como la luz, el aire o el calor, lo que prolonga su vida útil y mantiene su eficacia durante más tiempo. De esta forma penetra hasta las capas profundas de la piel, se libera de manera con-

trolada y se tolera mejor. "Esta nueva tecnología patentada permite que el retinal llegue intacto a las células diana, liberando hasta 15 veces más concentración del activo que otros encapsulados convencionales", cuenta Rocío Lajarín, CEO de esta marca española que apuesta por ingredientes naturales. Su formulación también incluye niacinamida, rambután y Circadian Bliss®, un activo biotecnológico que resincroniza el ritmo circadiano de la piel alterado por la sobreexposición a la luz azul para potenciar los resultados del sérum mientras dormimos.

UNA GAMA COMPLETA

Dermatólogos y farmacéuticos aconsejan usar retinal en los tratamientos nocturnos para combatir las líneas de expresión y las arrugas, la pérdida de firmeza y otros signos del envejecimiento. Este derivado de la vitamina A al 0,2% es el protagonista de Round Midnight, la primera gama de alta potencia de Alma Secret. También cuenta con un contorno de ojos con un 0,05% y otro sérum con una concentración del 0,1% para quienes buscan introducir este activo de manera gradual.



Amaderado y especiado; así es el nuevo perfume Bois Pacifique de Tom Ford Beauty (145€).



Sofá Capitol Complex, diseñado por Pierre Jeanneret. Disponible en Cassina.



Saudi coffee: the culture of hospitality, Assoulina.



Para un fondo de maquillaje imbatible 24h Weightless Skin Foundation de Bobbi Brown (60€).

BUENOS (Y SOFISTICADOS) PROPÓSITOS

BEAUTY

PARA DAR LA BIENVENIDA A 2025



¿Mirada luminosa y XXL? Clinique All About Eyes™ es un sérum que trata bolsas y ojeras. Su aplicador es un sueño.



Reduce las arrugas y líneas de expresión con Stimulskin Plus, de Darphin (139€), ideal para cuidar el contorno de ojos y labios.

Pure Color Explicit Matte de Estée Lauder ofrece una cobertura total para tus labios y un acabado mate sedoso en 12 tonos (46€).



Alivia la sequedad del cuero cabelludo con Scalp Solutions de Aveda (48€).



Taif Rose Cologne Intense, de Jo Malone London (136€) es una majestuosa fragancia floral con notas de rosa, café y ámbar.



M·A·Cximal Sleek Satin es la barra de labios perfecta. Disponible en 34 tonos, In the Clear es un éxito en ventas (27€).

Perfumes con un toque oriental, fondos de maquillaje fundentes, labiales sedosos y lo último para tu mirada

BELLEZA PROLONGADA: FLUIDBASE REDERM, LA CIENCIA DETRÁS DEL SUPLEMENTO QUE NUTRE TU PIEL Y REDUCE ARRUGAS

Beber salud es posible. Hacerlo de la mano de un nutricosmético elaborado a base de péptidos bioactivos de colágeno, ácido hialurónico, astaxantina, vitaminas y minerales para promover la regeneración cutánea, también. Fluidbase Rederm, de Laboratorios Genové, es el producto que no puede faltar entre tus indispensables de rutinas de belleza. Empieza a cuidarte desde dentro para lucir una piel radiante por fuera.

Cosmética y ciencia van de la mano cuando hablamos de **Fluidbase Rederm**. Estamos ante un producto con trayectoria en el mercado que continúa siendo referente de belleza por su eficacia y resultados. Estimular tu piel desde el interior "bebiendo" **colágeno**, nunca fue tan fácil.

Con la edad, nuestra piel va necesitando diferentes cuidados. A partir de los 25-30 años, nuestro cuerpo produce menos colágeno. Y es que no en todas las etapas de la vida será posible tener una piel firme, tersa y elástica por la pérdida natural de colágeno. Sin embargo, sí es viable retrasar el envejecimiento de la misma aportando esa cantidad de colágeno que nuestra piel necesita. Tan sólo con **ingerir un sobre al día del nutricosmético Fluidbase Rederm** nos ayudará a conseguirlo.

Y es que las **cremas y sérums** que podemos aplicar al seguir cualquier tratamiento, no logran alcanzar las capas más profundas de la piel. Sí, pueden ser grandes aliadas para mantener y mejorar nuestro aspecto, pero las cremas tienen límites debido a cómo funcionan y a la estructura de nuestra piel. Los tratamientos con cremas faciales pueden aportar **hidratación, protección, desvanecimiento** de algunas **manchas solares** (en algunos casos) y una mejora temporal de la **textura y elasticidad** de la piel. Sin embargo, en ningún caso, podrán revertir el envejecimiento profundo, reparar **daños graves** como cicatrices profundas o cambiar la "estructura" de la piel para reconstruirla. Es por ello que, **Fluidbase Rederm** se convierte en la opción más acertada cuando buscamos el cuidado y la regeneración cutánea total para combatir los signos del envejecimiento desde el interior así como mejorar visiblemente la elasticidad, densidad e hidratación de la piel. En tan solo **30 días de uso** continuo los resultados



ya son visibles.

Ello se consigue gracias a su formulación: está compuesto colágeno diferencial -péptidos bioactivos de colágeno-, que aseguran su absorción y por lo tanto consiguen estimular la síntesis de colágeno y elastina.

La fórmula la completan otros activos de elevada eficacia, como el AH, la vitamina C y la astaxantina para completar la acción **antiedad**.

Con esta formulación, no solo mejora la **elasticidad, firmeza e hidratación**, sino que también protege frente el **envejecimiento**. Así lo han demostrado los avales científicos, estudios ecográficos, métodos de valoración objetivos y visuales del que el tratamiento funciona.

Transcurrido **1 mes de tratamiento**, los resultados son evidentes. Se consigue además, potenciar la efectividad de los tratamientos tópicos y mejorar la piel desde el interior, donde las cremas y sérums no pueden llegar.

¿A qué esperas para alimentar tu piel con **Fluidbase Rederm**?



La vitamina C, el zinc y el cobre contribuyen a la protección las células frente al daño oxidativo. La biotina y el zinc contribuyen al mantenimiento de la piel en condiciones normales.

Debe tomarse un sobre al día, directamente o diluido en agua, preferiblemente por la mañana, durante 8 semanas.

Fluidbase® Rederm Colágeno Bebible es un complemento alimenticio a base de péptidos bioactivos de colágeno, ácido hialurónico, astaxantina, vitaminas y minerales.

belleza



Situada en el corazón de Silicon Valley, Stanford es una de las universidades más prestigiosas del mundo. Fundada en 1885, sus 33 km cuadrados albergan 700 edificios y han visto nacer a Google, HP o Nvidia.



**EL INVESTIGADOR
DAVID FURMAN**

Es uno de los doce miembros del consejo Dior Reverse Aging Board. David Furman es bioquímico y experto en inmunología humana, director de The Stanford 1000 Immunomes Project, un centro de investigación dedicado a la aplicación de analítica avanzada para el estudio del envejecimiento del sistema inmunitario.

EL ANTIAGING QUE SE HABLA EN STANFORD

Con el respaldo de un grupo de expertos en medicina regenerativa, Dior ha presentado en la Universidad de Stanford una tecnología que oxigena los tejidos para aumentar el colágeno en piel y así retrasar su envejecimiento. Un hito.

—Ani Vallhonrat.

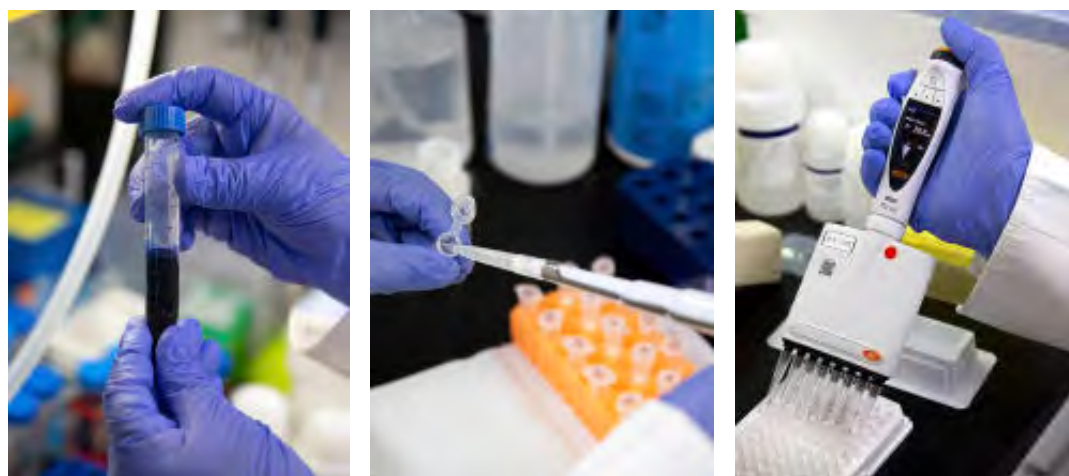
En el congestionado mundo de la cosmética pocas marcas pueden presumir de permanecer en la cúspide del éxito cincuenta años después de su creación. En su afán por ofrecer a su exigente público razones de peso para no cambiar sus exquisitos tratamientos por el último *hype* incubado en TikTok, Dior ha vuelto a dar en la diana. En colaboración con el prestigioso centro de investigación CiRA, de la Universidad de Kioto, y bajo la batuta de un consejo formado por doce expertos en medicina regenerativa (el director del departamento de cirugía reconstructiva del hospital Georges-Pompidou de París es uno de ellos) la marca pro-

Investigación puntera

iedad del grupo LVMH ha presentado la nueva tecnología detrás de *Capture*, su célebre línea de tratamiento. Reunida en el club de la Universidad de Stanford (Palo Alto, California), una representación de este consejo presentó los datos de una investigación que demuestra el rol determinante de la oxigenación celular en el proceso de envejecimiento, y no solo en el de la piel. “Sabemos que el oxígeno es un impulsor de la molécula ATP, portadora de energía; pero hasta ahora no había sido posible dar con una tecnología capaz de mejorar la suplementación de colágeno de las células involucradas en la regeneración de la piel. La tecnología que se presenta hoy supone una revolución en el abordaje del envejecimiento de la piel”, aseguró David Furman, profesor en Stanford, bioquímico y experto en inmunología, que ha pasado años investigando los procesos de respiración de las células involucradas directamente en el proceso de envejecimiento cutáneo: fibroblastos y células madre. “Para llevar a cabo su función de regenerar los tejidos, las células necesitan adenosina trifosfato (ATP), un tipo de energía que comienza a escasear a medida que pasan los años”, explicó durante su conferencia Vitto-

rio Sebastiano, profesor de ginecología y obstetricia en la Universidad de Stanford. La tecnología Oxy-Collagen (así se llama el hallazgo, y motor de la nueva *Capture*) es una realidad gracias a un polímero vegetal y un péptido de colágeno que trabajan en sinergia para incrementar la respiración de los fibroblastos en un 57%. Este hallazgo, que eleva *Dior Capture* a una nueva categoría de tratamiento, representa en realidad la eterna dife-

El profesor David Furman ha realizado un test in vitro con OX-C sobre células NK (encargadas de eliminar a las células dañadas, responsables de la oxidación y posterior envejecimiento de los tejidos) comprobando su reacción inmediata. “El estudio muestra que en presencia de OX-C, las células NK incrementan su producción en un 84%. Es una reacción en cadena; las células tienen más ATP a su disposición y la síntesis de colágeno tipo I se triplica”, asegura el experto en inmunología.



rencia competitiva de la firma. Porque, como aseguró Bruno Bavoucet, presidente de LVMH Recherche, durante la conferencia en Stanford, “Dior es belleza, pero ante todo es ciencia”. En un contexto global poblado por flores de un día, Dior resiste como el lujo inteligente cuando parece que casi hemos olvidado el verdadero significado de esta palabra. **1**

Piel más densa

Un estudio con microscopia confocal llevado a cabo por la dermatóloga Patricia Ogylvie -miembro del equipo de científicos detrás del hallazgo- demuestra que la aplicación diaria de *Le Serum* (95 €) y *La Crème* (145 €) durante un mes multiplica por cinco la densidad de la piel y por tres su luminosidad. Nacida en 1986, la línea de tratamiento *Capture* cuenta con más de 100 publicaciones científicas a sus espaldas y 20 patentes.



EL SECRETO DEL PERFUME DURADERO

¿Sabías que un perfume dura más o menos en la piel dependiendo de nuestra temperatura corporal, edad o de su formulación? El último avance de Coty es una revolucionaria molécula derivada del azúcar capaz de prolongar su duración hasta 30 horas. Su nueva colección de fragancias la lleva y EVA VIÑAS, vicepresidenta de I+D, nos lo explica.

—Paloma Sancho.



Eva Viñas, vicepresidenta senior global de I+D en Coty.

El conocimiento y la cantidad de información que hay en torno a la belleza ha creado una generación de clientes cada vez más exigentes...”, cuenta Eva Viñas, ingeniera química y vicepresidenta senior global de I+D en Coty, grupo que desarrolla fragancias de firmas como Gucci, Chloé o Calvin Klein, y que este año celebra su 120 aniversario.

Su apasionante trabajo le lleva a viajar por todo el mundo y analizar las necesidades y tendencias de un mercado cada vez más cambiante: de la moda de los frascos de colores *warm* (ahora son naranjas y cálidos que gustan más), al auge del fenómeno de las fragancias nicho en Tik Tok, la pasión por la vainilla y la nueva obsesión del público: la duración de las fragancias.

¿Qué le pedimos a un perfume?

Debido al auge de #PerfumeTok, los consumidores se están volviendo más conocedores y exigentes en cuanto a fragancias, además de estar más interesados en los detalles sobre la creación artística, la artesanía y los ingredientes. Con el conocimiento viene la exigencia: los consumidores de fragancias quieren que duren mucho, dejen una estela y empleen ingredientes y tecnologías únicos. Y las fragancias duraderas permiten dejar una impresión duradera y ser reconocidos. La necesidad de fragancias de larga duración se refleja en *hashtags* populares como #beastmode o en trucos y consejos sobre cómo aumentar la longevidad que vemos en las redes (mezclando con lociones corporales o aceites, por ejemplo).

¿Que es lo que determina la duración de un perfume?

La estructura de la fórmula y la cali-

dad de los ingredientes son los factores más determinantes para explicar la longevidad de una fragancia, después de la aplicación. Siempre podemos reforzarla con tecnología para prolongar la durabilidad de las características de la fragancia, como hemos hecho con nuestra “aura molecular”: una molécula derivada del azúcar que actúa como un imán que ralentiza la evaporación de los ingredientes y permite que el aroma característico dure hasta 30 horas. Y la hemos incorporado a nuestra marca nueva *Infiniment Coty*.

¿Y cómo han descubierto la molécula que llevan los perfumes *Infiniment Coty*?

La molécula en sí ya existía, pero no se había utilizado en perfumería. La trajimos a esta nueva categoría e identificamos básicamente un nuevo rol para ella: controlar la volatilidad de los ingredientes de la fragancia. Ya no hablamos de pirámide olfativa: desafiamos el *statu quo* para revelar el concepto de la esfera olfativa.

Entonces ¿ya no es tan importante el pH de nuestra piel?

Hay muchos estudios y es una ecuación muy compleja con muchos resultados diferentes. Por ejemplo, la edad de una persona está relacionada con la sequedad de la piel: las personas jóvenes tienen una capa lipídica (sebo) en la piel que impacta en el olor de la fragancia, mientras que una piel más envejecida es más seca y con menos capacidad de difusión. Lo que comemos también podría afectar el perfil de olor de la fragancia.

¿La duración de un perfume lo determina también la temperatura corporal?

La temperatura de la piel es lo que más influye en la evaporación de las notas de perfume; a mayor temperatura, más posibilidades de que se evapore. Por eso aplicamos el perfume en



Una colección de 14 perfumes

La colección Infiniment Coty Paris ha sido creada por Sue Nabi, CEO de Coty Inc, y Nicolas Vu, y se divide en tres conceptos: Amanecer, Día y Atardecer. Más que un enfoque cronológico representan un ciclo, una etapa de la vida, reflejando diferentes facetas de la personalidad. Todos los perfumes incluyen la molécula Aura, están disponibles en Perfumerías Nadia y cuestan 230 euros cada uno.

muñecas y cuello, porque en esos puntos hay más temperatura y, por lo tanto, mayor volatilidad y, por tanto, mayor proyección del olor hacia los demás. Pero no solo por la temperatura, sino también por las propiedades de la piel. Tenemos algunos estudios iniciales que muestran que, bajo las mismas condiciones, las fragancias se comportan de manera diferente en distintos tipos de piel.

Segue la tendencia a lo dulce, a las notas como la vainilla, especialmente en los jóvenes. ¿Por qué?

Hay muchas razones que explican el auge de las fragancias *gourmand*, que huelen a vainilla, pistacho, caramelo, etc... Primero, el “ciclo de 20 años”, es decir, la tendencia de nostalgia de los 90 que fue la que (re)lanzò la popularidad de las fragancias de vainilla. Ahora la vainilla está entrando en el universo del lujo con giros más interesantes y composiciones únicas. Por ejemplo, la

fragancia *Encore Une Foix* de Infiniment Coty Paris, que combina vainilla *Planifolia*, vainilla *Bourbon* y notas ambarinas de bálsamo de Perú. O *Burberry Goddess*, compuesta de caviar de vainilla. TikTok también impulsa el interés por estas notas, siendo *#vanillafragrance* una de las notas más populares en redes sociales. Además del interés en la nota en sí, la tendencia en torno a este estado de ánimo llamado *vanilla girl* es un fenómeno.

También se llevan cada vez más intensos, ¿a qué se debe?

Vemos un creciente interés por notas más intensas, como el oud, así como aceites, que pueden influir en la percepción general de la potencia de las fragancias y su duración.

El alcohol es fundamental en un perfume. ¿Qué le aporta?

El etanol es un ingrediente clave en los productos de fragancias, permitiendo

la dispersión eficiente del aroma. El alcohol es un excelente chasis: se evapora rápidamente y actúa como un “vehículo” para impulsar las notas de salida, permitiendo, por su volatilidad, aportar frescura a la nota de salida.

En Coty ¿habéis implementado una forma más sostenible de obtenerlo?

Sí, desde 2022 Coty ha integrado alcohol capturado de carbono (en balance de masa) junto con alcohol tradicional en la fábrica de fragancias más grande de Coty en Granollers (Barcelona). Además, algunas fragancias, incluida la colección completa Infiniment Coty Paris, se fabrica utilizando 100% alcohol de este carbono reciclado innovador. Nuestros estudios de análisis del ciclo de vida han demostrado que el alcohol capturado de carbono tiene una huella ambiental reducida, incluidas menores emisiones de carbono que muchos alcoholes tradicionales en el mercado. **T**

viaje

El viaje de Gabriella

“Permitanme decirles que esta noche están encantadoras”, nos dice el maitre del Hotel Imperial donde GABRIELLA CORTESE se siente como en casa. No en vano, su hijo ha correteado por sus pasillos desde que era casi un bebé.

TELVA tiene el privilegio de viajar a la India de la mano de la creadora de Antik Batik para conocer sus lugares secretos y a sus grandes amigos.

—Elena López Ávila. Fotos: Vikas Maurya.



Gabriella a las afueras de Jaipur, donde se encuentra el **palacio-fortaleza de Amber**. Todas las mañanas, los elefantes se reúnen bajo una explanada guarecida por la sombra de la fortaleza junto a sus *mahouts* o cuidadores para esperar a los turistas.

Hawa Mahal, también conocido como el Palacio de los Vientos, es uno de los edificios más emblemáticos de Jaipur. Construido en 1799 por el maharajá Sawai Pratap Singh, tiene 953 pequeñas ventanas con celosía, llamadas *sharokhas*, diseñadas para permitir que la brisa circule y lo mantenga fresco.

ENLACE AL CANAL

www.instagram.com/byneontelegram

© 2023 by byneontelegram





Villa Paladio es una de las direcciones obligadas de JAIPUR para ver y dejarse ver. Con una decoración que adoraría cualquier creador de contenido en redes, en este hotel y restaurante es habitual encontrarte con celebrities y socialités.

“Espero que este viaje te haga enamorarte de la India y su gente y comprendas mejor el ESPÍRITU NÓMADA que siempre me ha hecho ir hacia adelante”, dice la tarjeta que Gabriella me deja en el hotel



JAIPUR se ha convertido en un enclave idílico para los europeos que son bien recibidos por el maharajá, un joven, ahijado de Carlos III que ha estudiado Arte en Roma y desfilado para Armani y Dolce&Gabbana. Su fortuna supera los 600 millones de euros



A la dcha., Barbara Miolini y Marie-Anne Oudejans posan junto a Gabriella Cortese en Polo Palladio Jaipur. La primera llegó a la India hace más de 10 años después de haber trabajado para hoteles de lujo en St Moritz. Oudejans, con su experiencia en moda y su talento para poner a los artesanos en el centro de sus proyectos, se convirtió en la socia perfecta de Miolini.



Gabriella en el Bar Palladio, un restaurante y coctelería que imita a una mini-Italia, inspirándose en el icónico Caffè Florian y Harry's Bar en Venecia. El lugar lleva el nombre del arquitecto renacentista Andrea Palladio.

P

ermítanme decirles que esta noche están encantadoras”, nos dice el *maitre* de la cocinera del Hotel Imperial en Nueva Delhi con un exquisito acento *british* seguramente aprendido en la propia Inglaterra. La realidad es que, al menos en mi caso, me he vestido con el único look

decente de mi maleta, ya que se trata de una noche especial, celebrar mi cumpleaños a 7.250 kilómetros de mi casa en un decorado que parece extraído de una novela de Ágatha Christie. Un matrimonio de británicos a nuestro lado, él un Hugh Grant con 10 años más, ella una Glenn Close de 10 años menos, se inmiscuyen en nuestra conversación para felicitarme y, de paso, darnos sus direcciones secretas tras pasar largas temporadas en lo que ellos consideran su segundo hogar. Mientras, el *maitre* desaparece misteriosamente, según adivinaré después para avisar a recepción, porque cuando vuelvo a la habitación, han dispuesto con esmero en una cómoda de caoba una tarta de chocolate, un ramo de rosas amarillas y una tarjeta donde reza: “Es un honor que haya decidido pasar su cumpleaños con nosotros”. También encuentro una tarjeta de Gabriella Cortese, la creadora de Antik Batik y la mejor compañera de aventuras posible para esta ocasión. Ha preferido dejarla en la habitación en vez de entregármela personalmente: “Espero que este viaje te haga enamorarte de la India y su gente y comprendas mejor el espíritu nómade que siempre me ha hecho dar pasos hacia adelante”. Adivino entonces que estoy ante una oportunidad única de descubrir este país tan exótico como evocador junto a una mujer a la que es imposible dejar de admirar. Nacida en Turín, su abuela le contagió una mentalidad abierta y la pasión por los bordados y la artesanía. También, a través de autores como Italo Calvino, Emilio Salgari o Alexandra David-Néel, exploradora y escritora anarquista y budista, Gabriella comenzó a desarrollar cierto gusto por los viajes exóticos. A los 26 años, tras estudiar y trabajar en París, viajó al Tíbet sola, lo que despertó en ella, de manera definitiva, esa inquietud viajera. “Después de aquello aterricé en Bali donde descubrí la técnica de impresión con cera (Batik) y comencé a hacer pareos para amigos y conocidos, hasta que se desbordaron los pedidos. No encontraba allí los materiales adecuados y todo se complicó. Me decían que la India era el sitio en el que encontraría lo que estaba buscando”, asegura.

Fue entonces, en 1994, cuando hizo su maleta y se plantó en Nueva Delhi sin conocer a nadie. Y en el Hotel Imperial comenzó a hacer contactos, a apuntar direcciones de fábricas, a rumiar esa idea que ya estaba tan clara en su cabeza, la de una firma de espíritu bohemio y libre. Hoy en día, Antik Batik trabaja con 12 talleres en India casi a tiempo completo. “Cuando comencé todo era completamente distinto. Recuerdo un día que quería llegar a las 10 de la mañana a un taller y no llegué hasta las 5 de la tarde. No había manera de encontrar la

dirección. Otro día se averió el coche con 50 grados en la calle y casi me deshidrato”, cuenta entre risas.

Después de aquel primer contacto con el país, llegaron muchos otros. Tantos que Nueva Delhi o Jaipur se convirtieron en un segundo hogar y los siguientes viajes a India los hizo con su hijo, que apenas tenía dos meses. “Pasó aquí parte de su infancia. Recuerdo que lo amamantaba para que no enfermara de la tripa y, cuando lo metía en la bañera del hotel, le ponía el chupete para que no bebiera el agua. Fue creciendo y se hizo con un triciclo que guardaban en el hotel y con el que recorría los pasillos del Imperial a toda velocidad”, narra con cierta nostalgia.

Así, Nueva Delhi y Jaipur se presentan como un libro de aventuras que estoy deseando iniciar mientras intuyo que las páginas de la pequeña libreta que he metido en mi bolso apenas van a ser suficientes para tomar nota de nuestras andanzas.

Nueva Delhi, la ciudad de los negocios

Es la capital federal de la República India y sede del poder ejecutivo, legislativo y judicial. Aterrizar en la segunda ciudad más poblada del mundo, con casi 34 millones de habitantes, te hace descubrir dos cosas. Por un lado, que la densa niebla que nos recibe es en realidad polución, uno de los principales problemas a los que se enfrenta la urbe. Lo segundo, más llamativo, es que se trata de una ciudad que nunca duerme, ni siquiera a las 5 de la mañana cuando aterrizamos y las carreteras parecen estar en plena hora punta.

La agenda del primer día es ligera precisamente por ese cambio horario. Comenzamos bien entrada la tarde con un paseo por la Puerta de La India, un monumento que rinde homenaje a los soldados que murieron en la Primera Guerra Mundial y las Guerras Afganas de 1919. Las familias de clase media toman este paseo al atardecer, ellas vestidas con sus saris de colores, ellos más a la europea. Lo que no nos esperábamos es el furor que produce el pelo rubio de Gabriella. Le paran, le piden fotos, la tocan... Pero a la creadora de Antik Batik se la ve feliz y acostumbrada a ese protagonismo.

Hay dos lugares en Nueva Delhi que me dejan una huella imborrable. El primero es uno de los talleres ubicado en la ciudad donde Gabriella realiza los bordados de sus prendas. “La diferencia entre Francia y la India es que cuando empiezas a trabajar aquí todo es posible. Te escuchan y si algo no lo han hecho antes dicen: “De acuerdo, intentémoslo”. La mentalidad de la gente me recuerda un poco a la de Nápoles, muy centrados en su familia, con tradiciones que pasan de padres y madres a hijos. Por eso creo que me sentí como en casa desde el principio”, asegura. El trabajo en el taller se encuentra dividido por sexos. Mientras los hombres bordan con una técnica aprendida de sus padres, las mujeres se dedican a los acabados y al *crochet*.

Dejamos para el día siguiente la visita al mercado de Chandni Chowk, un lugar donde se juega a la compraventa desde hace cientos de años, y donde la diseñadora encuentra hilos, lentejuelas, pompones y toda clase de abalorios para su firma. Nadie te prepara para una inmersión en un laberinto de sinuosas callejuelas cu-

biertas con un cableado tan denso que apenas se percibe el cielo y un tráfico constante de tuk-tuks y motocicletas que fluctúan entre masas de clientes. Lo realmente curioso es que nadie empuja, todo fluye de manera misteriosa y fácil. El mercado está dividido en bazares según áreas de especialización. Para las telas, la zona de Katra Neel. El bazar Kinari vende todo lo necesario para una boda, incluidos los saris. Khari Baoli Road tiene el mayor mercado de especias de Asia... Confieso que aunque al principio empiezo con ganas el tema del regateo, pronto me canso de hacer el teatrillo, ningún acuerdo concluye si no sales de la tienda con ademán contrariado para que el dueño te persiga con la última propuesta que, esta vez sí, resulta cuerda. Hay otro lugar mágico en Nueva Delhi que bien merece una tarde. Se trata de Jantar Mantar, que fue el observatorio astronómico más ambicioso del país hace 300 años. Cuenta la leyenda que un grupo de indios sabios se reunió para concebir un complejo monumental que investigara y observara el cosmos. Y crearon una serie de esculturas que no solo se convirtieron en instrumentos para la investigación astronómica, sino que también cumplen con un sentido estético. Su estilo contemporáneo hace enmudecer al visitante. Hoy, más de tres siglos después de su construcción, Jantar Mantar sigue funcionando como un portal hacia las estrellas.

Y Jaipur era una fiesta

Cuando uno aterriza en Jaipur, respira. Los espacios son más abiertos, el cielo se vuelve azul y se nota la presencia cercana de la naturaleza pese a sus tres millones de habitantes. La ciudad rosa, llamada así porque muchos de sus edificios tienen las fachadas en ese color, es la capital del estado de Rajastán. Es también la ciudad en la que la creadora de Antik Batik tiene uno de sus talleres, el de impresión por bloques, una técnica milenaria que los artesanos realizan con el mimo que una labor así requiere. Se basa en la utilización de bloques de madera tallados a mano con diferentes dibujos. Visitamos el taller un sábado. Yasin, uno de sus artesanos, está sumergido en una de las telas haciendo pruebas. No sé cuánto de timidez y cuánto de concentración hay en él, pero consigo que levante la mirada unos segundos para confesarme que sus ances-

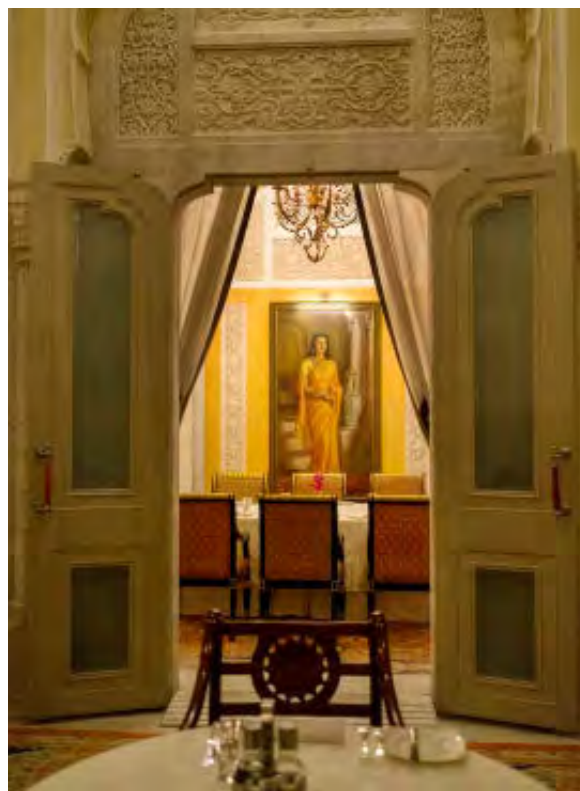
tros trabajaban hasta con 16 colores diferentes en una misma tela. Me lo enseña con los dedos, sumando 16, para que no queden dudas al respecto. Un trabajo magistral teniendo en cuenta que en esas 16 impresiones sobre el mismo trozo de tela no puede haber un solo error, ni siquiera de medio milímetro. Actualmente, si en una tela se realizan 6 ó 7 impresiones de colores distintos lo consideramos una verdadera joya.

El artesano, vestido con camiseta blanca de tirantes manchada con mil colores, presiona suavemente el bloque de madera sobre la tela: "No se debe apretar mucho, sino no queda bien", murmura para sí. Después da un golpe seco con el canto de la mano. El due-

ño del taller es consciente de la importancia de conservar esa tradición ancestral, pero también de que debe adaptarse a los nuevos tiempos. Su hijo mayor estudia en la Central Saint Martins lo que, sin duda, abrirá nuevas perspectivas al taller.

El día antes de nuestra llegada ha habido una gran fiesta que ha congregado a muchos europeos. Y es que esta ciudad se ha convertido en un enclave magnífico para algunos de ellos. Empezando porque siempre son bien recibidos por el maharajá, Padmanabh Singh, (más conocido en Europa como @pachojai-pur) un joven de modales exquisitos y con mentalidad europea -es ahijado de Carlos III y estudió en la escuela Millfield de Somerset, en Reino Unido-. Con apenas 26 años, se estima que su fortuna supera los 600 millones de euros. Pacho, como le llaman en su familia, ha estudiado en Roma Historia del Arte, le apasiona el Polo y ha desfilado para Giorgio Ar-

mani y Dolce & Gabbana. Según todos los rumores, actualmente su pareja es una joven francesa, Claire Deroo, asidua visitante de la ciudad porque su tía, la diseñadora de joyas Marie-Hélène de Taillac, pasa largos periodos en India. Marie-Hélène es un nombre que aparecerá sin cesar durante nuestra estancia en la ciudad. También el de su sobrina Claire quien, tras pasar un año sabático aquí, se decidió a abrir "una de las boutiques con más encanto de Jaipur", como nos la describirán. Por supuesto, allá vamos para descubrir una cuidada selección de prendas artesanales, eso sí, a precios parisinos. Libros de viajes, vajillas extraordinarias y una decoración cuidada y exquisita que podría estar en el parisino barrio de Le Marais.



La mujer más guapa del mundo.

Rambagh Palace, uno de los mejores hoteles del planeta, fue lugar de residencia de Gayatri Devi, que falleció en 2009 a los 90 años, famosa por su belleza y considerada la mujer más guapa del mundo.



The Geme Palace es la joyería más icónica de la India. Desde 1700, la familia Kasliwal ha creado reliquias para emperadores, reyes, celebrities de Hollywood y, por supuesto, marahajás. Nos recibe Samir, última generación de la familia que ha estudiado en Italia y en Nueva York. Abajo, una de las vestimentas típicas de la región del Rajastán y la boutique de Claire Deroo, la francesa de la que dicen que es la prometida del marahajá de Jaipur.





En Jaipur visitamos uno de los talleres de impresión por bloques. Yasin, uno de los artesanos, confiesa que SUS ANCESTROS trabajaban hasta con 16 colores diferentes. Lo dice con los dedos, sumando 16



Gabriella en la boutique de Thierry Journó, un lugar de ineludible peregrinaje para los visitantes que adoran lo exquisito. Journó comenzó su andadura como copista en el Louvre y colaboró con John Galliano en Givenchy.

El espíritu cosmopolita parece ser una de las energías que dominan la ciudad. Para comer, Gabriella ha querido reservar mesa en Villa Paladio, un lugar de decoración explosiva donde nos recibe una frase del periodista y escritor italiano Italo Calvino: “Al llegar a cada nueva ciudad, el viajero se encuentra con un pasado que no sabía que tenía...” El lujo de Asia se mezcla con la cultura occidental en un espacio creado por Barbara Miolini, quien gestiona también Bar Palladio y algunos de los lugares más emblemáticos de la ciudad. En la mesa de al lado, una nueva sorpresa: dos invitadas célebres que asistieron a esa fiesta sobre la que todo el mundo guarda silencio. “Ah, la fiesta de ayer...” Frase inacabada y sonrisa enigmática. Son Fabrizia Caracciolo y Lisa Vincenzini Quaratesi. La primera de ellas es una princesa perteneciente a la legendaria casa aristocrática italiana Caracciolo di Castagneto, la familia que un día reinó en Nápoles; la segunda, su amiga Lisa, es una influyente diseñadora de joyas. Ambas se encuentran instaladas cómodamente en una terraza con vistas a un idílico jardín. Gabriella las abraza, me presenta como “la periodista española de la revista más chic del país” y promete que las visitaremos en el exclusivo hotel donde están alojadas. Las dejamos disfrutar de su almuerzo, mientras nosotras pedimos zumos de frutas y una exquisita pasta cocinada a la manera italiana. Los días en Jaipur se suceden de una forma dulce, como su clima y como su luz. Visitamos, por supuesto, la boutique de Thierry Journó, un lugar de ineludible peregrinaje para los visitantes que adoran lo exquisito. Journó comenzó su andadura como copista en el Museo del Louvre. Como ilustrador, colaboró con John Galliano en Givenchy. Es él mismo el que me dice aquello de que “Jaipur es lo que era París en los años 80”. Thierry se sienta en su despacho y nos ofrece una taza de café. En la calle, la humedad consigue una atmósfera altamente pegajosa. “Si te preguntas por qué me vine a vivir a Jaipur te daré una sola razón. Me fascina la decoración, como ves, y tenía claro que el éxito, hoy en día, se consigue con el saber hacer indio y el ojo occidental”. Llegamos a The Geme Palace, quizá la joyería más icónica de India. Desde 1700, la familia Kasliwal ha creado reliquias para emperadores, reyes, actrices de Hollywood y, por supuesto, marahajás. Podríamos decir



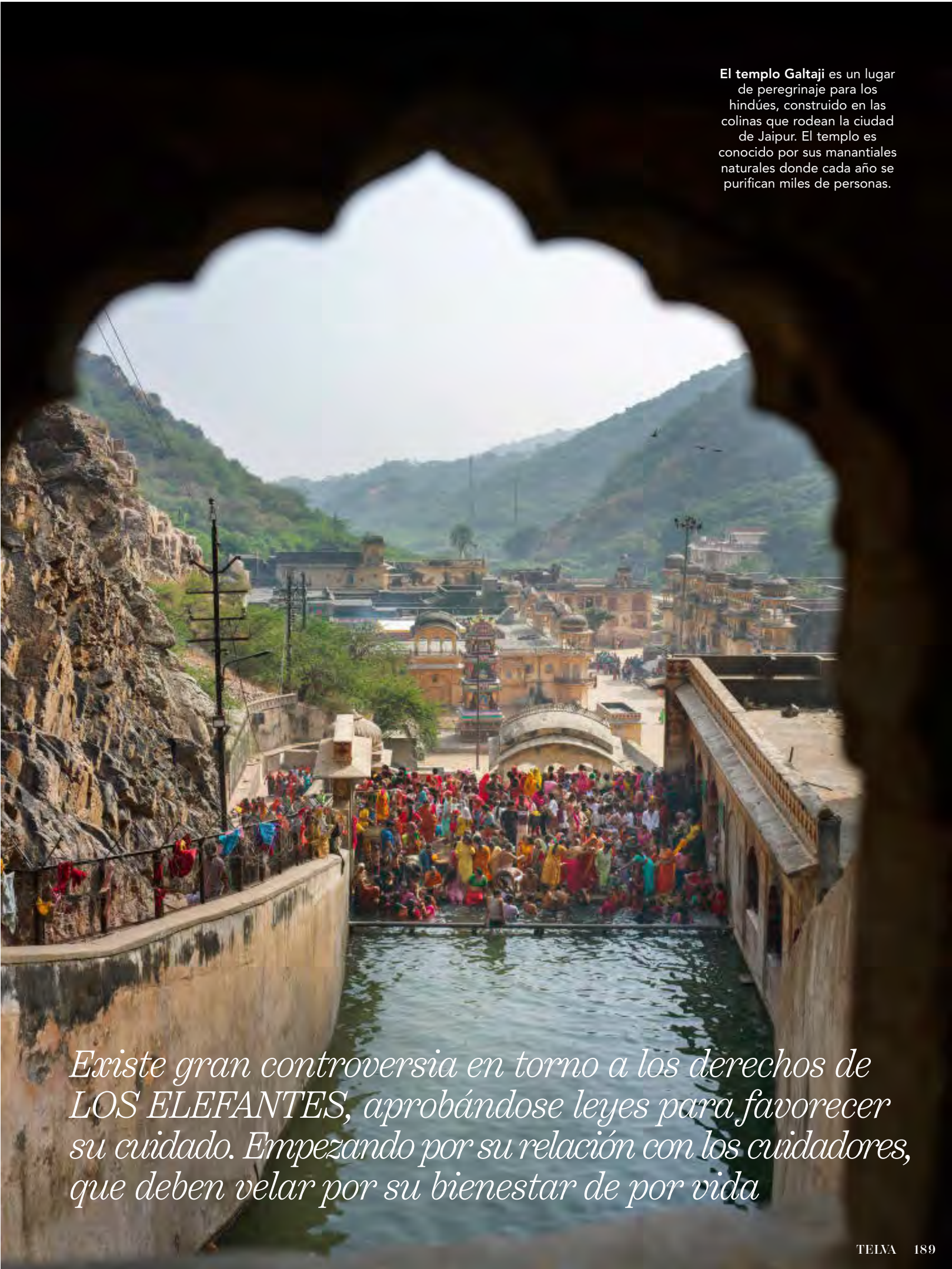
Fabrizia Caracciolo, princesa perteneciente a la legendaria familia de aristócratas italianos Caracciolo di Castagneto, y Lisa Vincenzini Quaratesi, una influyente diseñadora de joyas, en Jaipur.

que la historia de la familia Kasliwal está profundamente entrelazada con la historia de su India natal. Por aquí han pasado desde Carlos III y Lady Di hasta Jackie Kennedy. De hecho, las paredes están plagadas de fotos de personajes célebres que conforman su historia. Nos recibe Samir Kasliwal, última generación de la familia, que ha estudiado en Italia y Nueva York. El hijo mediano del actual CEO sabe que debe expandir el negocio y se encuentra centrado en crear joyas más asequibles para una generación más joven. Pero hoy es el día de deslumbrar “a una periodista llegada de Madrid”, de ahí que toda la familia comience a mostrarnos “joyas de valor incalculable”, tal y como repiten una y otra vez.

Bajo nuestra atenta mirada comienzan a desfilar collares de perlas y esmeraldas o gargantillas de brillantes en un delicioso color crema. Nos dejan tocarlas y probárnoslas. Nuestro regocijo y sorpresa con cada pieza que exponen parece hacerles gracia. Y continúan con su muestrario hasta que se nos hace tarde y nos despiden con un abrazo y la promesa de volver a vernos.


Tengo claro que no podemos irnos de Jaipur sin una visita a los elefantes. A las afueras de la ciudad se encuentra el palacio-fortaleza de Amber, un lugar emblemático. Todas las mañanas, los elefantes se reúnen bajo una explanada guarecida por la sombra de la fortaleza junto a sus *mahouts* o cuidadores, para esperar a los turistas que han pagado por una experiencia única, encaramarse a su lomo para desplazarse por la rampa que da acceso a la puerta Suraj Pol.

En India también existe una gran controversia entre los defensores de la tradicional marcha de los elefantes y los que creen que atenta contra los derechos de los animales. De hecho, se han aprobado leyes para favorecer su cuidado. Empezando por la relación que se establece entre los *mahouts* y sus elefantes, una relación que implica ocuparse del bienestar del animal a lo largo de toda su vida. Actualmente, los elefantes no pueden cargar con más de 2 personas y no pueden subir la rampa más de tres veces al día, además de no prestar servicio en los meses de más calor. También se ha creado una especie de santuario, el Hathi Gaon, donde pueden descansar y refrescarse a lo largo del día junto a sus *mahouts*. Nosotras solo buscamos ver de cerca esa estampa increíble y llena de color de los elefantes pintados con



El templo Galtaji es un lugar de peregrinaje para los hindúes, construido en las colinas que rodean la ciudad de Jaipur. El templo es conocido por sus manantiales naturales donde cada año se purifican miles de personas.

Existe gran controversia en torno a los derechos de LOS ELEFANTES, aprobándose leyes para favorecer su cuidado. Empezando por su relación con los cuidadores, que deben velar por su bienestar de por vida

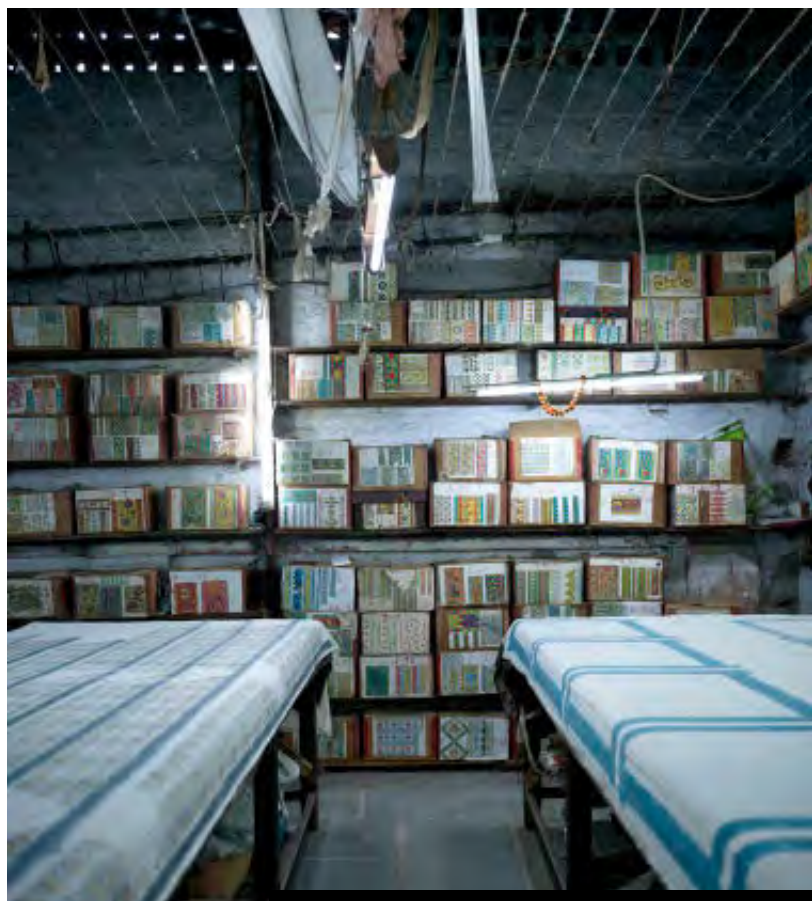


Jantar Mantar fue el observatorio astronómico más ambicioso del país hace 300 años. Cuenta la leyenda que un grupo de indios sabios se reunió para concebir un complejo monumental que estudiara los movimientos del cosmos. Para ello crearon una serie de esculturas que no solo se convirtieron en instrumentos para la investigación de los astros sino que también cumplen con un sentido estético.

ASTRONÓMICO: más de tres siglos después de su construcción, el observatorio Jantar Mantar sigue funcionando como un portal hacia las estrellas gracias a sus cálculos precisos

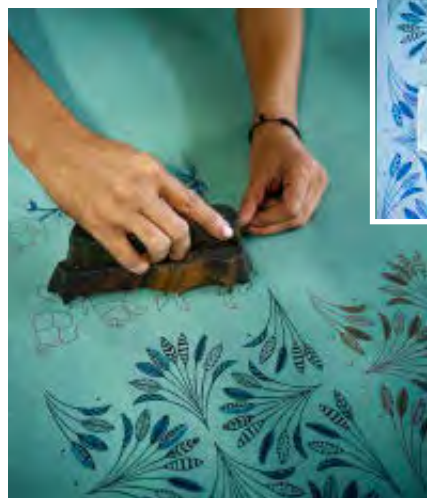


Gabriella en la tumba de Safdarjung, un mausoleo de arenisca y mármol en Nueva Delhi. Construida dentro de un jardín, es una versión tardía del estilo de los enterramientos imperiales mogoles con el Taj Mahal como máximo exponente.



LOS TALLERES DE ANTIK BATIK EN DELHI Y JAIPUR

El mercado de Chandni Chowk es un laberinto de sinuosas callejuelas cubiertas con cables que apenas dejan entrever el cielo y con un tráfico constante de Tuk-Tuks y motocicletas. Misteriosamente... todo fluye.



12 talleres: Gabriella trabaja con varias fábricas repartidas entre Nueva Delhi y Jaipur. Los trabajos artesanos pasan como herencia vital de padres a hijos y de madres a hijas, en labores divididas por sexos. Mientras que ellos bordan y hacen los patronajes, ellas se ocupan de los acabados y del crochet.

“Mi hijo pasó aquí parte de su infancia. Lo amamantaba para que no enfermara y le ponía el chupete para que no bebiera agua de la bañera. De niño, se hizo con un triciclo con el que recorría los pasillos del HOTEL IMPERIAL a toda velocidad”

Sumergirse en el mercado de Chandni Chowk es pasar días enteros de búsqueda hasta dar con los hilos, las lentejuelas o los pompones justos que la creadora ha imaginado.

Nuestra estancia concluye visitando Rambagh Palace, el MEJOR HOTEL del mundo. Fabrizia Caracciolo, la aristócrata italiana que está alojada en él, nos ha dado acceso al interior blindado de todo el recinto. “Tengo que irme pero, por favor, tomad un chardonnay y disfrutad”, nos dice

TELVA RECOMIENDA...

HOTEL IMPERIAL
Janpath, New Delhi-110001,
Tel: +91 (11) 41116700,
41501234
M: +91 9873425803
rjain@theimperialindia.com
www.theimperialindia.com

47 JOBNER BAGH
Near Chandpole Police Line,
Metro Station T3
Jaipur 302001
Tel: (+91) 1414022187
www.jobnerbagh.com

RESTAURANTE JAMUN
17, Lodhi Colony Market,
110003 Nueva Delhi 110003

THE JOHRI
G3950, MSB Ka Rasta, Johri
Bazar, Ghat Darwaza
302003, Jaipur,
Tel: (+91) 89055 51680
www.thejohrijaipur.com

MODERN CAFÉ
51, Dhuleshwar Garden,
Sardar Patel Marg
302001, Jaipur,
@jaipurmodernkitchen

BAR PALLADIO JAIPUR
Kanota Bagh,
Narain Singh Road
302004, Jaipur
www.bar-palladio.com

THE PALACE ATELIER
302002, Jaipur
Tel: (+91) 1414088956
www.thepalaceatelier.com

IDLI BY THIERRY JOURNO
S-1, Subash Marg, C-Scheme,
302001, Jaipur
www.idlibythierryjournoo.com

RAMBAGH PALACE
Bhawani Singh Road
302005d, Jaipur
[www.tajhotels.com/
en-in/hotels/rambagh-
palace-jaipur](http://www.tajhotels.com/en-in/hotels/rambagh-palace-jaipur)

VILLA PALLADIO
Palacio Abhay Niwas,
Jamdoli Chouraha
302031 Jaipur
TEL (+91) 141 2969762
[www.villa-palladio-
jaipur.com/](http://www.villa-palladio-jaipur.com/)

THE GEM PALACE
Mirza Ismail Road
Jaipur 302001
Tel: (+91) 1412374175
www.gempalace.com

RAJASTHAN POLO CLUB
Rambagh Campus, Jaipur
Tel: (+91) 9829090045

mil colores y engalanados con unos exquisitos mantos rojos y la dignidad de los *mahouts* a lomos de este animal tan legendario como increíble. Tengo la sensación de que mientras acaricio suavemente la frente de uno de ellos, me mira a los ojos y parpadea lentamente. ¿Es su manera de dar las gracias?

Unos 10 kilómetros al norte de este lugar, llegamos a Galtaji Temple, un lugar de peregrinaje para los hindúes, construido en una grieta de las colinas que rodean la ciudad. El templo es conocido por sus manantiales naturales y sus tanques, donde miles de personas vienen a bañarse cada año para purificarse. También es un lugar al que acuden los turistas por la cantidad de monos que viven aquí, se dejan fotografiar y se posan sobre tus hombros a cambio de una golosina. Es este santuario uno de los lugares que más me impresiona. Gabriella me deja vivir mi propia experiencia con la banda sonora de una plegaria retumbando a través de varios altavoces, y un paseo entre los grupos de mujeres de brillantes saris en las que se percibe una felicidad absoluta por haber cumplido con esta tradición religiosa. La energía es especial, la vibración intensa.

Por la noche, visitamos Bar Palladio, uno de los imprescindibles de Jaipur. El dúo formado por Barbara Miolini y Marie-Anne Oudejans está consiguiendo espacios preciosos, candidatos perfectos para nutrir las guías de turismo de lujo. Miolini llegó a India hace más de 10 años con experiencia en hoteles de lujo en St Moritz o Venecia. Oudejans, por su parte, no era diseñadora de interiores, pero su experiencia en moda y su talento para situar a los artesanos en el centro de sus proyectos la convirtieron en la aliada de Miolini para poner en el mapa a Jaipur. Juntas también han creado la decoración de Polo Palladio Jaipur, el lugar que reúne los fines de semana a la *crème de la crème* en el bar palaciego mientras los equipos juegan su tradicional partido de polo.

Nuestra estancia en la ciudad rosa concluye visitando Rambagh Palace que en 2023 se convirtió en el mejor hotel del mundo. En su día fue lugar de residencia de Gayatri Devi, esposa del maharajá Sawai Man Singh II, famosa por su belleza, su paso por la política y su vida de novela. Ha sido Fabrizia Caracciolo, la aristócrata italiana que está alojada en él, la que nos ha dado paso al interior blindado de todo el recinto. “Tengo que irme pero, por favor, tomad un chardonnay y disfrutad”, nos dice antes de marcharse envuelta en un vestido-túnica de inspiración hindú. En el jardín, un quiromante nos propone aprender la mano mientras resuenan los ecos de una danza *kalbelia* de una tribu de Rajastán. La luz de las miles de estrellas visibles reverbera en un estanque rotundo de estilo imperial. Cierro los ojos con fuerza con la intención de guardar este instante en mi memoria para siempre. **T**

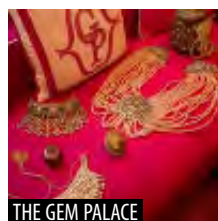
Ayudantes de fotografía: Archit Singh, Aayush Tuladhar y Raghan Sahni.



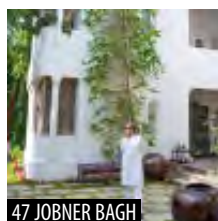
HOTEL IMPERIAL



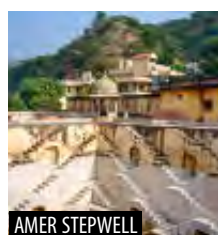
MODERN CAFÉ



THE GEM PALACE



47 JOBNER BAGH



AMER STEPWELL

EL ENTRENAMIENTO DE FUERZA ES CLAVE PARA UNA MUJER, PERO... ¿POR QUÉ?



Carmen Rodríguez de Tembleque, fisioterapeuta en el Health Center de Quirónprevención, el centro médico especializado en rehabilitación y entrenamiento en prevención de lesiones, nos cuenta por qué es tan importante que cualquier mujer complete su entrenamiento con ejercicios de fuerza

Existe la percepción de que, tradicionalmente, las mujeres se han centrado más en el **entrenamiento cardiovascular o aeróbico** que en el **entrenamiento de fuerza**. “Las mujeres han enfocado el entrenamiento a la pérdida de grasa y se creía, erróneamente, que solo con el trabajo aeróbico se conseguía, dejando a un lado la fuerza. Estudios recientes han comprobado que la combinación de ambos es lo más efectivo para conseguirlo”, explica **Carmen Rodríguez de Tembleque, fisioterapeuta en el Health Center de Quirónprevención**.

Pero, además de contribuir a reducir la grasa corporal, el entrenamiento de fuerza ofrece otros muchos beneficios. Entre ellos podemos destacar la **prevención de lesiones, de pérdida de masa ósea y del deterioro cognitivo y contribuye a la regulación de los índices de glucosa y del colesterol**. “También tiene un papel muy importante en diversas etapas de la vida de la mujer, como la **menopausia** o la **menstruación**, ya que tiene mucho que ver con la **regulación hormonal**. Además, en el caso de mujeres de edad avanzada, las ayuda a mantenerse ágiles”, asegura. ¿Y cómo debería ser un buen entrenamiento de fuerza? “Aquellas mujeres que no tienen una relación



Carmen Rodríguez de Tembleque, fisioterapeuta en el Health Center de Quirónprevención.

previa con el deporte deben empezar con **rutinas de baja carga semanal con ejercicios sencillos**. Y en cada sesión se suele trabajar el **full body**, el entrenamiento de todo el cuerpo”, cuenta Carmen Rodríguez de Tembleque. Por su parte, las más experimentadas pueden asumir **un volumen de trabajo mayor, con cargas más intensas** y ejercicios más complejos.

Otra cuestión a tener en cuenta es la **capacidad de recuperación**: “Una persona que prioriza el descanso y no tiene mucha **carga de fatiga** podrá realizar un entrenamiento de mayor volumen”. En una rutina **full body** se podrían planificar **tres días a la semana**, intercalados con descansos. Mientras, una **mujer más habituada al deporte** podría hacer entrenamientos de fuerza **cuatro o cinco días por semana**: entrenaría dos y descansaría uno, realizando ejercicios para diferentes grupos musculares cada día.

LA CLAVE: EL ENTRENAMIENTO HÍBRIDO

Pero **cardio y fuerza no son incompatibles** y, actualmente, se está imponiendo el **entrenamiento híbrido**: “Se trata de mezclar el entrenamiento de cardio con el de fuerza. Pero **hay que planificarlo bien para que no se acumule fatiga**”. Se podrían combinar en una misma sesión, trabajando primero la fuerza y, después, el cardio; pero lo ideal sería entrenarlos en días alternos para que ningún grupo de trabajo interfiera en los resultados del otro.



Disfruta aquí de la entrevista completa

cocina

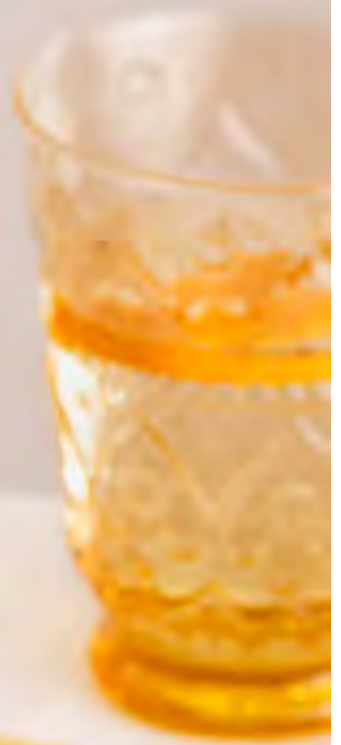
Los cítricos son un seguro de salud y energía pero, sobre todo, transmiten un sabor delicioso a platos dulces y salados. Estas recetas con **NARANJAS Y MANDARINAS**, son una auténtica fuente de placer.

—Recetas, fotos y realización: Raquel Carmona.

A hand in a white sleeve is holding the handle of a large, woven wicker basket. The basket is overflowing with fresh oranges and green leaves. The scene is set against a plain, light-colored background. The overall composition is clean and focused on the freshness of the fruit.

Mi media naranja

CREMA DE
ZANAHORIA
Y NARANJA



PUERROS ASADOS
CON MAYONESA
DE NARANJA



Deliciosas mermeladas

Dulces o amargas, las mermeladas realizadas con cítricos son garantía de éxito. Uno de los secretos para obtener un resultado incontestable es macerar la pulpa, con el azúcar, el agua y la piel fina y cortada, durante una noche. También realizarla como si fuera un ritual, sin prisas, a fuego lento y sin perderla de vista. Es un genuino plato de cocina lenta.



**MERMELADA
DE MANDARINA
Y JENGIBRE**



x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

x.com/byneontelegam

byneon
Neon147

byneon
Neon147

MANDARINAS CON COSTRA DE CHOCOLATI

EMACE AL CANAL
x.com/byneontelegam
Descubre el código QR



*La leyenda asegura que
las mandarinas llegaron de China
a España y que se llamaron así
por el color del traje de los antiguos
mandatarios de este país de oriente*



Sopa de zanahoria y naranja

Ingredientes para 4-6 personas:

2 cebollas, 2 tallos de apio, 4-5 cucharadas de aceite de oliva, 1 kg de zanahorias, 1 l de caldo de verduras o de pollo, 2 naranjas, sal y pimienta al gusto, 150 ml de crema fresca, tomillo fresco, nuez moscada.

Modo de hacerlo:

Pelar y picar la cebolla en juliana. Lavar los apios y trocearlos. Lavar las zanahorias, dejarlas con la piel y rallarlas. Lavar y secar las naranjas, reservar la ralladura de una y el zumo de las dos.

Rehogar a fuego medio, en una cacerola con aceite, la cebolla y el apio, hasta que se ablanden. Agregar las zanahorias y la ralladura de naranja. Salpimentar y cocinar hasta que se dore.

Añadir el caldo y el zumo, el tomillo, y la nuez moscada, y cocinar a fuego lento durante 30 min. aprox.

Pasarlo por el chino o triturarlo en batidora. Calentar y servir con la crema fresca.

Nuestro truco: añadir el caldo poco a poco hasta lograr la textura deseada. El comino le añade un sabor especial.

Tiempo de elaboración: 50 min.

Dificultad: principiantes.

Precio aprox.: 3 €/persona.

Conservación: 2 días en nevera. Admite congelación.

Calorías aprox.: 453/ración.

Puerros asados con mayonesa de naranja

Ingredientes para 4 personas:

4 puerros, aceite de oliva Virgen Extra, menta fresca, la ralladura de 1 naranja, sal. Para la mayonesa: 1 huevo, la ralladura y el zumo de media naranja, 200 ml de aceite de oliva suave, sal.

Modo de hacerlo:

Precalentar el horno a 200°C. Lavar los puerros, cortar la parte verde en

rodajas pequeñas y hacerles un corte por la mitad en la carne, sin llegar abajo.

Cubrir con papel vegetal el fondo de una fuente para horno, agregar un poco de aceite y cubrirlo con las rodajas verdes. Cubrirlo con los puerros con el corte hacia arriba. Añadir sal, ralladura, hojas de menta y aceite de oliva. Cerrar el papel y hornear 40-50 minutos.

Preparar la mayonesa colocando el huevo a temperatura ambiente en el vaso de la batidora, con la ralladura, zumo, sal y añadir el aceite poco a poco mientras se bate, hasta que emulsione. Reservar.

Retirar los puerros del horno, y servirlos en una fuente rellenos de la mayonesa y decorados con ralladura y menta fresca.

Nuestro truco: para ahorrar tiempo, hacer los puerros a la plancha, con un poco de aceite y a fuego bajo.

Tiempo de elaboración: 90 min.

Dificultad: principiantes.

Precio aprox.: 3 €/persona.

Conservación: 2 días en nevera.

Calorías aprox.: 560/ración.

Mermelada de mandarina con jengibre

Ingredientes para 6 personas:

1 kg de mandarinas, 500 g de azúcar, el zumo y la piel de un limón, 50 g de jengibre fresco.

Modo de hacerlo:

Lavar y pelar las mandarinas. Reservar la piel de 2 ó 3, eliminando el albedo (parte blanca). Pelar el limón, también sin el albedo. Cortar las pieles de las mandarinas y la del limón en tiras finas y cocerlas en agua 15 minutos. Escurrir, añadir más agua y volver a cocer 10 minutos. Esto se hace para que las pieles no amarguen. Reservar.

Extraer la pulpa de las mandarinas (sin parte blanca) y retirar las pepitas, si tuvieran.

Calentar a fuego bajo en una cacerola las mandarinas, el zumo del limón, el jengibre rallado y el azúcar, removiendo de vez en cuando, durante 40-50 minutos. Incorporar las pieles

de la naranja y el limón y llevarlo a ebullición unos 10 minutos más.

Cuando esté lista, introducirla en frascos previamente esterilizados. Rellenar, tapar y ponerlos boca abajo para hacer el vacío. Dejarlo así hasta el día siguiente.

Nuestro truco: el tiempo de cocción varía según el jugo de las mandarinas. Remover de vez en cuando hasta conseguir la consistencia. Al enfriarse la consistencia será más espesa.

Tiempo de elaboración: 1 h.

Dificultad: principiantes.

Conservación: una vez abierta, conservar en la nevera.

Calorías aprox.: 2.615/totales.

Mandarinas con costra de chocolate

Ingredientes para 4 personas:

12 mandarinas, 200 g de azúcar moreno, 4 palos de canela, 1 vaina de vainilla, 4 estrellas de anís, 200 ml de ron, 2 l de agua, 200 g de chocolate negro.

Modo de hacerlo:

Hervir el agua, el azúcar y el ron, y remover hasta que se disuelva el azúcar. Añadir el anís, la canela y la vaina de vainilla partida en dos. Reducir el almíbar a fuego lento durante 30 minutos aprox.

Mientras, pelar las mandarinas retirando la piel blanca. Incorporarlas al almíbar y cocinar 10-15 minutos.

Retirar las mandarinas, colocarlas en una rejilla para que se enfrien y escurran.

Trocear y derretir el chocolate en el microondas o al baño María. Introducir las mandarinas con cuidado en el chocolate y dejar que se enfrien sobre papel vegetal.

Decorar con hojas y regar con un poco de almíbar.

Tiempo de elaboración: 2 h.

Dificultad: con algo de experiencia.

Precio aprox.: 4 €/persona.

Conservación: 2 ó 3 días en nevera.

Calorías aprox.: 722/ración.

SUSCRÍBETE

12 números por sólo 54,99€/año

De regalo lote de productos*



FARMA
DORSCH
LABORATORIO DERMOCOSMÉTICO



* Productos valorados en 80€



HAIR LOSS SHAMPOO GO ORGANIC | 200 ml

Champú Anticaída – 80% menos caída según test clínico.

Con vitaminas B5, B6, Biotina y zinc, y libre de siliconas, sulfatos y PEGs, este champú limpia en profundidad con agentes vegetales 100% naturales. Fortalece desde la raíz, estimula el crecimiento de cabello nuevo y regula el sebo, dejando un cabello más resistente, brillante y equilibrado.

CONDITIONER GO ORGANIC | 200 ml

Acondicionador Reparador – 70% más hidratación según test clínico.

Crema reparadora y ultrahidratante sin siliconas que repara y protege contra daños térmicos, tintes y sol. Mejora la densidad, aporta brillo intenso y suaviza el cabello, dejándolo más fuerte, manejable y lleno de vida.

O si lo prefieres suscríbete a la edición digital por sólo 13,99€/año
Llama ahora al **91 275 19 85** o entra en [suscripcion.telva.com](https://www.suscripcion.telva.com)

*Promoción válida sólo en territorio español peninsular y Baleares.

Escanea y suscríbete



PREMIOS TELVA/AE MEJORES EMPRESARIAS DE MURCIA

Talento femenino en Murcia

Una nueva edición de los PREMIOS TELVA/ACTUALIDAD ECONÓMICA patrocinados por CaixaBank ha premiado a las tres mejores directivas y profesionales de la Región de Murcia. Anabel Díaz, Miriam Fuertes y Teresa Olivares Lago recibieron sus premios en un relevante acto que contó con la presencia de Fernando López Miras, presidente de la Región.

—Fotos: Flaminia Pelazzi

Bien merecido

A la dcha., el trofeo que recibieron las ganadoras, una exclusiva pieza de cerámica de Sargadelos.

Arriba, las tres premiadas: Anabel Díaz, Miriam Fuertes y Teresa Olivares Lago.





De izda. a dcha.: Francisco Pascual, adjunto al director de *El Mundo* y responsable de *Actualidad Económica*; Anabel Díaz, vicepresidenta de Uber; Miriam Fuertes, consejera de Grupo Fuertes; Fernando López Miras, presidente de la Región de Murcia; Teresa Olivares Lago, CEO de Tutete; Olga Ruiz, directora de TELVA; Joaquín Manso, director de *El Mundo* y Natalia Bajo, directora de TELVA.com.



Natalia Bajo, condujo el evento.



Joaquín Manso y Olga Ruiz con Fernando López Miras.



1. De izda. a dcha.: Marcos Ortuño, consejero de Presidencia, Portavocía, Acción Exterior y Emergencias; Conchita Ruiz, consejera de Política Social, Familias e Igualdad; Visitación Martínez, presidenta de la Asamblea Regional de Murcia; María Isabel López, consejera de Empresa, Empleo y Economía Social; Anabel Díaz; Joaquín Manso; Fernando López Miras, presidente de la Región de Murcia; Olga Ruiz; Francisco Pascual; Miriam Fuertes; Mercedes Bernabé, concejala de Gobierno Abierto, Promoción Económica y Empleo del Ayuntamiento de Murcia; Teresa Olivares y Mariola Guevara, delegada del Gobierno. 2. Joaquín Manso. 3. María Isabel López, Fernando López Miras, Tomás Fuertes, presidente del Grupo Fuertes, Joaquín Manso y José Angel Cerón, director de Comunicación de Grupo Fuertes. 4. Alfonso Hernández Zapata, presidente de FREMM, con Anabel Díaz y Teresa Olivares. 5. Premiadas, consejeras de la Región y concejalas del Ayuntamiento con Olga Ruiz y Natalia Bajo. 6. Eva Hernández, Sisi Sánchez, María del Mar Galera, todas asociadas de OMEP, y una invitada. 7. Amanda Aquino, de la revista Élite Murcia, la escritora Lola Gracia y Paqui Moreno. 8. Javier Payá de Unidad Editorial, Marcos de la Fuente y José Jesús López Gálvez. 9. Fuensanta Lorenzo, Teresa Olivares, Victoria Ros y María Sánchez-Merenciano.





10



11



12



13



14



15



16



17

10. Fernando López Miras entrega el Premio Mejor Trayectoria Empresarial a Miriam Fuertes. 11. Juan Jesús Lozano, director de CaixaBank en la Región de Murcia entrega el Premio al Impacto Social a Teresa Olivares. 12. Anabel Díaz, Premio Mejor Directiva, con Francisco Pascual y Olga Ruiz. 13. De izda. a dcha., José Jesús López, director de Negocio de El Mundo; Marcos de la Fuente, delegado comercial de Unidad Editorial; Mar Conesa, directora general de Comunicación de la Región de Murcia; Francisco Pascual y Marcos Ortuño, Consejero de Presidencia, Portavocía, Acción Exterior y Emergencias. 14. Florentino del Barco e invitada. 15. Anabel Díaz y Teresa Olivares con invitadas. 16. Joaquín Gómez, director del Instituto de Fomento de la Región de Murcia, y Cristina Jover, directora de la Agencia Weekend. 17. Juan Jesús Lozano y Natalia Bajo. 18. Foto de familia del equipo de Tutete con su CEO, Teresa Olivares.



18

NOVEDADES • EVENTOS • NUEVAS TIENDAS

toma nota

—Redacción TELVA.



LOUIS VUITTON

Pureza y dinamismo

El icónico estampado Damier se declina ahora en un soporte nuevo: la Alta Joyería. La pieza estrella de la colección es un impactante anillo unisex en tres grosores diferentes, oro blanco o amarillo y diamantes. La colección incorpora una pulsera flexible, un colgante con tachuelas de diamantes con cadena de oro, y pendientes (louisvuitton.com).

SILVIA TCHERASSI

Una primavera que florece

La nueva colección de la diseñadora colombiana para la temporada primavera-verano está inspirada en la naturaleza efímera de las flores nocturnas. Nos gusta este look de camisa XL de rayas de doble puño y cuello mao, con aplicaciones florales en 3D bordadas a mano, bajo una sobre falda en guipur, con las mismas aplicaciones en relieve. (Camisa: 620 €; falda: 1.490 €. silviatcherassi.com)



RHUDO

Noches mágicas

Rhudo Madrid tiene todo listo para que celebres la Nochebuena y Nochevieja con menús inspirados en nuestra tradición mediterránea: quesos manchegos D.O.C., Rodaballo salvaje, Solomillo de Rubia gallega, Crema de mariscos o Tataki de vaca. Desde 190 € y 360 € persona. (rhudo.world/es)



AIRE DE SEVILLA

Los aromas del sur

Basada en flores blancas como la del naranjo, mandarina y jazmín, y con toques amaderados de cedro, sándalo y vetiver, esta fragancia te proporcionará una deliciosa sensación de frescor. (institutoespanol.com)



MAS1 Esta firma de bolsos es un proyecto de dos jóvenes emprendedoras que hace 5 años decidieron crear, más que bolsos, una comunidad, con diseños para cada ocasión. “Original es la palabra que nos describe”, afirman. Así, comenzaron con metal y metacrilato, y luego piel. Su cuenta de IG @mas1 refleja la personalidad de la marca y del producto.

AMAT EDITORIAL

El poder de nuestro inconsciente

A través de la propia historia de transformación de Hugo Anaya, un reputado broker de bolsa y otros casos reales, con *El broker que no vendió su Ferrari* aprenderás herramientas prácticas para actualizar el inconsciente y aprovechar todo su potencial. (Precio: 18,95 €).



NUEVA APERTURA

Rimowa. Su nueva tienda en la milla de oro madrileña (Serrano, 78) exhibe la gama completa de sus colecciones icónicas de magnífica artesanía: desde maletas de aluminio ranurado hasta icónicos artículos para los desplazamientos diarios. En un entorno tipo galería y fiel a su diseño minimalista, la tienda cuenta con un centro de atención al cliente para reparaciones de ruedas, cerraduras y asas. (rimowa.com)



FUNDACIÓN ABANCA

La imaginación es el límite

En la exposición *Cuadros que nunca pinté*, el artista Héctor Francesch invita a explorar su fascinante mundo donde, colores y formas, se entrelazan en una danza de posibilidades infinitas. Una nueva serie que se configura como un viaje al interior de su mente creativa. (Hasta el 25 de enero en A Fundación. La Coruña).

BELLA AURORA

Una buena idea para regalar

Por segundo año consecutivo la artista Pils Ferrer ha diseñado unas cajas de regalo con los mejores tratamientos de esta marca, que cuenta con más de 130 años de experiencia cuidando la piel de las mujeres. (bella-aurora.com)



MUSEO GUGGENHEIM DE BILBAO

Piezas de diseño



La tienda del museo de Bilbao cuenta siempre con colecciones de diseño exclusivo en accesorios y complementos, objetos para el hogar, papelería, etc... En la imagen, regadera realizada en vidrio por Hübisch. (Precio: 39 €) (tienda.guggenheim-bilbao.eus)

LA LISTA QUE ME INSPIRA

SARA SÁLAMO

UNA ATRIZ

Scarlett Johanson.



UN LEMA

“Que por mí no sea”.

LA ÚLTIMA MALA IDEA QUE HAS TENIDO

Algún tatuaje.

QUÉ LIBRO TIENES EN TU MESILLA DE NOCHE

La clase de griego, de Han Kang.

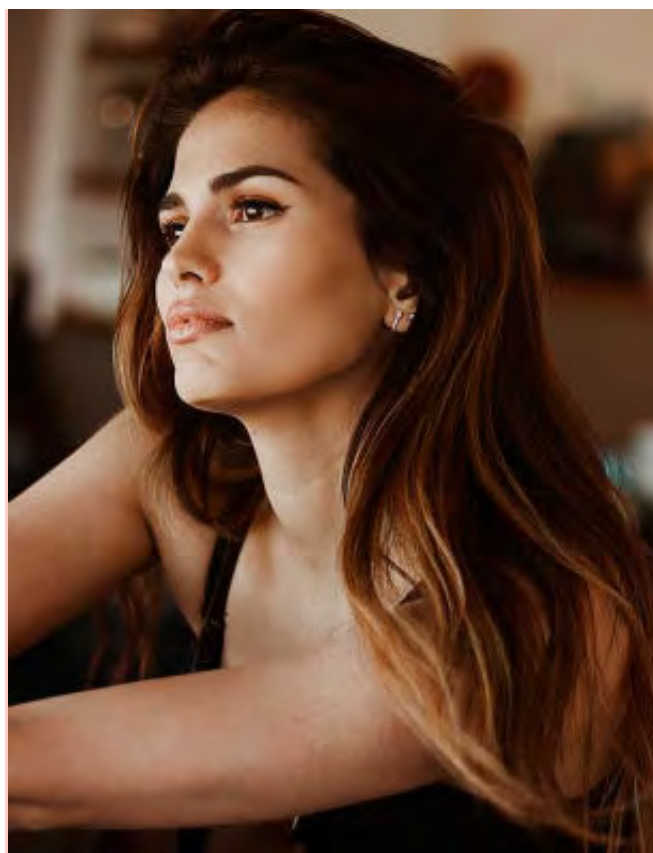


FOTO: MIGUEL ZARAGOZA

La actriz tenerfeña protagoniza la comedia Al otro barrio, junto a Quim Gutiérrez. Detesta tener cosas pendientes por hacer, se le da bien el bricolage, le gustaría teletransportarse y su mayor deseo es rodar su ópera prima como directora y guionista.



EN QUIÉN TE REENCARNARÍAS
En Vivian Maier.

EL MEJOR CONCIERTO EN EL QUE HAS ESTADO
Travis Birds o Naty Peluso.

LA ÚLTIMA PELÍCULA QUE TE HA MARAVILLADO
Zafari, de Mariana Rondón.



La película que has visto más veces en tu vida. Probablemente esté entre *E.T.* y *Closer*. **Una escritora a la que siempre vuelves.** Gloria Fuertes. **Un recuerdo de infancia.** La espectacular cabalgata de Reyes de El Sauzal, en mi isla, Tenerife. **Un actor.** Jake Gyllenhaal. **Un director con el que te gustaría rodar.** Ruben Östlund (*The Square*, *El triángulo de la tristeza*). **Lo que menos te gusta hacer.** Estar en un sitio por compromiso. **La canción que siempre te da subidón.** Cualquiera de Nancy Sinatra. **Una que te emociona.** *Photograph*, de Ed Sheeran. **Con quién te gustaría salir a cenar.** Con mi marido y mis niños. **Un lugar para perderte.** Siempre anhelo conocer sitios nuevos... que sean tranquilos. **Tu tema de conversación favorito.** Cuestiones humanistas. **Un sueño.** Rodar mi ópera prima como directora y guionista. **Una manía.** Tengo por costumbre comer el yogur o el helado de una forma específica, no soporto que me lo den con la cuchara incrustada. **Qué te quita el sueño.** Tener cosas pendientes por hacer. **Antes te gustaba, pero ya no...** Acostarme tarde. **Quién te hace reír a carcajadas.** Una cómica que se llama Ceci Hace. **Qué talento te gustaría tener y no tienes.** Tocar bien algún instrumento. **Qué talento tienes y desconocemos.** El bricolage y las artes plásticas. **Un vicio.** Ninguno, por suerte. **Menú favorito.** Espaguetis, patatas fritas y tiramisú. **Una bebida.** Café. **Te obsesiona...** Me obsesiono con facilidad cuando descubro algo nuevo que me interesa, y esto suele ocurrir a menudo. **Qué te atrae más de un hombre.** Que tenga aspiraciones y sea honesto. **Y de una mujer.** Exactamente lo mismo. **Qué rasgo cambiarías de ti misma.** Me gustaría ser menos perfeccionista y aprender a delegar. **De qué te arrepientes.** De no haber empleado más tiempo en aprender idiomas que me apasionan, como el francés. **Qué te aburre muchísimo.** Ciertos discursos casposos y añejos. **Un propósito que nunca cumples.** Aprender a disfrutar del aquí y el ahora. **Un verso que te gusta tener cerca.** “Nací para poeta o para muerto, escogí lo difícil”. **La frase que más repites.** “Me suena de algo, pero no me acuerdo dónde” y “Necesito un café”. **La última serie que te enganchó.** *Mi pequeño reno de peluche*. **Personaje histórico preferido.** Juana de Arco. **Un superpoder.** La teletransportación. **Lo último que piensas antes de dormir.** ¿Qué tengo que hacer mañana?

—César Suárez.



www.gourmetcatering.es
+34 963 530 544 - valencia@gourmetcatering.es



CONCIERTO DE AÑO NUEVO



CONCIERTO DE UNA NOCHE DE VERANO EN SCHÖNBRUNN



LA CLAVE DE LA PERFECCIÓN

Se dice que es un sonido que todo el mundo reconoce. Pero eso solo es evidente cuando lo escuchamos, porque es totalmente indescriptible. No lo definen los instrumentos hechos a medida y nacidos de una tradición artesana que trasciende el tiempo, ya sean trompas, triángulos, timbales de piel u oboes antiguos. Tampoco los músicos y su habilidad para llenar la partitura de vida y fusionarse los unos con los otros. Ni tampoco la energía y destreza que derrochan al tocar *Dynamiden* de Josef Strauss acelerando un tiempo y ralentizando el siguiente. Con ese extraordinario sonido, que se ha desarrollado a lo largo del tiempo con herramientas únicas y multitud de talentos, la Filarmónica de Viena nos invita a sumergirnos en el ritmo, unirnos a la armonía... y disfrutar de la perfección.

#Perpetual



OYSTER PERPETUAL DAY-DATE 36



RELOJ EXCLUSIVO DE LA FILARMÓNICA DE VIENA

